

本期看点

雨天好发汗疱疹
药汤外洗祛湿气



3版

宝宝有舌苔
就是积食?

6版

抽筋是不是
缺钙引起的

7版

产后5步
正确收缩修复盆底肌

9版

中秋月饼 吃法有讲究

几种吃法要不得

中秋节马上就要到了,大街小巷早早就出现了琳琅满目的月饼,有莲蓉、五仁、豆沙馅的传统派;也有冰皮、水果、燕窝、抹茶口味的创新派……各式各样的月饼,让我们眼花缭乱,不知道怎么挑选才好。中国食品报社食药同源研究院副院长龙日荣提醒说,不管是哪种口味的月饼都不宜多吃,更不能乱吃,尤其是中老年朋友以及婴幼儿。

4版



关于第十四届广东省科普作品创作大赛 评审结果的公示

详见第10-15版



天天健康
周周看报

2021年

钟南山院士为《健康养生周刊》题写刊名。

《健康养生周刊》

开始征订了!

独立邮发代号: 45-424

全年仅需: 75元

征订指南:

- 1、到附近的邮局订阅;或打电话:11185,报邮发代号45-424订阅。
- 2、手机微信扫一扫右边的中国邮政二维码,进入中国邮政微商城,点击“报刊订阅”,查找《广东科技报·健康养生周刊》,点击“购买”通过微信支付即可完成订阅。

