

订阅两报 畅游天下

2011年读者旅游线路即日起全线发车

1.神农山

神农山风景区是世界地质公园、国家AAAA级旅游区、国家猕猴自然保护区，白松岭是这里最具代表性的地质景观，由于它酷似一条巨龙，而石灰岩构成的山体又像人工堆砌的长城，所以地质专家给了它一个形象的名字——“龙脊长城”。它隐现于云山雾海之中，煞是壮观，诸多游客在游览后都发出了“一朝踏上白松岭，十年不忘太行行”的感叹。

神农山一日游两报读者 78元/人(含单程索道)

自驾游两报读者 48元/人(含单程索道)

发车时间：每周三、六早7点

最佳游玩时间：8月~12月



2.卧龙谷

位于嵩县的卧龙谷、十八瀑景区是伏牛山系景观微缩的体现，您可以在这里尽情享受遮天蔽日的阴凉，深呼伏牛氧吧新鲜的空气，观赏溪流淙淙、树木葱郁的北亚热带景观，感受人与自然的统一与和谐。

卧龙谷、十八瀑两日游两报读者 168元/人(含一早三正餐+住宿)

自驾游两报读者 98元/人(含一早三正餐+住宿)

发车时间：每周六早7点

最佳游玩时间：4月~10月



3.枣庄曲阜

徜徉在鲁南水乡——山东省枣庄市，铁道游击队等脍炙人口的抗日故事、微山湖上万亩荷塘的沁人芬芳、千年京杭大运河忙碌的货船汽笛声、原汁原味的鲁南民居、咸香浓郁的特色鲁菜都将带给您最美的享受。

在枣庄的近邻曲阜，除了能感受到千年来备受尊崇的孔府、孔庙、孔林的皇家园林风范，更能在此历代的碑刻、画帖处，雕梁画柱前，感受孔子的

小记者作文班——

语文学习可以更轻松

学龄前儿童到底要不要学认字？答案是肯定的。但很多家长困扰的是：孩子接受的学龄前认字教育并不系统、科学。

为帮助更多的读者，服务两报订户，小记者作文班将于本周日上午开设“赢在一年级”（适宜4岁~6岁学龄前儿童）亲子认字公开课，下午开设“赢在新年级”（适宜一至五年级

健康健身俱乐部

周三周四会员日 惊喜就在宝神鹿

为回馈读者，读者健康定点药店——宝神鹿大药房周三、周四会员日推出一系列优惠活动，读者进店即有惊喜。

周三周四会员日 实惠看得见

每周三、周四会员日期间，消费满55元送5元现金券，消费满98元返15元现金券。

幸运抽大奖 月月齐分享

进店消费满28元即可领取抽奖券一张，获得赢取以下大奖的机会：

(1)一等奖6名，各奖100元

赠券一张；

(2)二等奖8名，各奖60元

赠券一张；

(3)三等奖50名，各奖10元

赠券一张；

(4)四等奖300名，各奖2元
赠券一张。

抽奖时间：每月第一周周三

17:00

抽奖地点：宝神鹿大药房

一路店(七一路与凯旋路交叉口)

中奖查询：请至宝神鹿大药房各门店查询(详情见店内海报)

夏日超低价，实惠就在宝神鹿！

宝神鹿大药房旗下七一路店、纱厂南路店、王城路店、九都路店、涧东路店、医药超市春都路店 8月18日至8月24日低价药品推荐如下：

品名	规格	产地	价格(元)
奥美拉唑肠溶胶囊	20毫克*14粒	海南海灵	3.5
美吡哒(格列吡嗪片)	5毫克*30片	海南金晓	8.9
六味地黄丸	9克*10丸	北京同仁堂	8.5
金嗓散结丸	360粒	西安碑林	10.5
达克宁栓(硝酸咪康唑栓)	7粒	西安杨森	12.5
马应龙膏	10克	武汉马应龙	3.5

温馨提示：因品种繁多，不能一一刊登，欢迎咨询。买贵了，差价返还！

礼品多多，惊喜连连，欢迎新老顾客惠顾！

咨询电话：63227929、13783130491

一项来自牙病预防指导组的全国口腔健康调查显示，青少年患龋齿(蛀牙)率高达90%。为帮助青少年养成良好的牙齿健康习惯，洛报集团健康健身俱乐部特邀请首电医院口腔科副主任史剑鸣讲解牙齿保健常识。

史剑鸣医生曾接受系统的口腔理论与临床知识和全科临床医学培训，从事临床工作25年，临床经验丰富，在省级、国家级医学专业杂志发表论文十余篇，并著有医学专著两部，擅长镶牙、拔牙、补牙及牙齿美白等口腔临床基础工作。

史剑鸣大夫告诉广大家长及青少年：蛀牙的特点是牙齿的颜色、形态和质地发生变化，逐渐形成龋洞。这些龋洞会滋生微生物，微生物在生长过程中产生的毒素能穿透入牙髓，诱发炎症，引起牙齿疼痛，并最终引起牙齿缺失和一些并发症。

针对蛀牙的治疗，目前主要采用填补手术，将龋洞修复，堵住产生毒素的源头，但一些严重的蛀牙却无法完全修复。

史剑鸣大夫为青少年的牙齿保健提了以下几点建议：

注意口腔卫生 要养成早晚刷牙的习惯，进食后要漱口，入睡前要注意不吃酸性食品、甜食等。吃含糖食品后要清洁口腔。

合理饮食 多吃一些富含蛋白质、维生素、钙、磷等物质的食物。可多吃一些乳制品、鱼类、豆类和动物肝脏，以及蜂蜜、水果等，有效防治蛀牙的出现。

注意刷牙的质量 刷牙时次数、姿势与力度是关键，同时在牙膏的选择上尽量选择含氟牙膏，利用氟化物预防蛀牙。

定期检查 蛀牙早期容易治疗，防治蛀牙，要定期到正规的医院进行检查，以防患于未然。

最后，史剑鸣大夫表示：青少年儿童患蛀牙虽然影响颇多，但也不用太担心。只要平时注意生活细节，到正规医院定期检查治疗，就可以把蛀牙的危害控制到最低程度。

健牙护齿 从儿时做起

读者体检医院——首电医院专家提醒·