

弘揚中華文化 交流美華信息

服務華人社區 振奮民族精神

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

Tel:(216)324-2959; Fax:(330)405-3480
Add:3500 Payne Ave., 1-B Cleveland OH44114

社長 / 主編: 浦瑛
總編輯: 劉元華
移民法律顧問: 黃唯
版面 / 網頁編輯: 程 BEN
特約撰稿人 Columnist: Cynthia Marek Lundeen
特約撰稿 / 編輯: 冰凌; 艾文
廣告熱線 Marketing: 216-324-2959

Otani 大谷
JAPANESE CUISINE

正宗日本料理

慶祝開業四十周年新增素食歡迎品嚐

Tel: (440) 442-7098; WWW.OTANIRESTAURANT.COM
Add: 1625 Golden Gate Plaza, Mayfield Heights, OH 44124-3490

我為生命唱首歌
鳥語花香月色柔
年年春風戲花笑
歲歲菊香輕輕飄
我最愛的春與秋

我為生命唱首歌
春雨柔柔百花樂
秋月依依照九洲
我在月下數花朵
朵朵都是勿忘我

你問我明月何處去
我說她藏在淚水裡
你今夜要悄悄的離去
我想知道何時是歸期
你唱一首老歌: 大約在冬季
你為什麼不說: 應該在春季~
是以你我一次次的錯過花期
寒冬一年年凍結了歡聲笑語
又是多少年 我在茫茫飛雪裏
尋找那熟悉記憶和香氣
歲月偷走了黑髮 卻留下我的回憶
在心中刻下痕跡 那是串串笑語...
多少年的等待花季
多少年的送走冬季
直到今天才明白 你從來沒有離去
珍藏在我淚水裡
啊 只要還有淚
就知道你在那裏

你從來沒有離去

我為生命唱首歌
悲歡離合都嚐過
也曾悲歡道分手
歷盡離合又牽手
笑看君在我左右

你正為我彈首歌
以歌述情讚美我
感君知恩淚雙流
和你一齊共百首
地老天荒你和我

我為生命唱首歌

劉天擎詩歌園地

ASIA
ASIAN SERVICES IN ACTION

辦公室搬遷啓示

SOCIAL SERVICE OFFICES - www.asiaohio.org | @asiaohio
Cleveland: 3631 Perkins Avenue, Suite 2A-W, Cleveland, OH, 44114 (T) 216-881-0330 (F) 216-881-6920
We've Moved! Akron: 370 East Market, Akron, OH 44304 (T) 330-535-3263 (F) 330-535-3338
INTERNATIONAL COMMUNITY HEALTH CENTERS - www.ichcoho.org | @ichcoho
Walk-ins Welcome. Accepting New Patients. Call for Appointments.
We've Moved! 2999 Payne Avenue Suite 140, Cleveland, OH, 44114 (T) 216-361-1223 (F) 216-361-1568
Akron: 370 East Market Street, Akron, OH 44304 (T) 234-312-3607 (F) 234-312-3609

Nationwide
is on your side

Wherever life takes you, we're there.

Life is full of uncertainties and sometimes you need someone to help guide you through it all. At the Hec Hixson Insurance Agency, we specialize in finding customized solutions for your financial and insurance needs.

We speak Chinese (Mandarin and Cantonese)

Amy Lee
Hixson & Malinowski Agency
5530 State Rd. Ste 1, Parma, OH 44134.
216-965-0669; www.nationwide.com

AUTO | LIFE | BUSINESS

Products underwritten by Nationwide Mutual Insurance Company and Affiliated Companies. Home Office: Columbus, OH 43215. Life insurance is issued by Nationwide Life Insurance Company or Nationwide Life and Annuity Insurance Company, Columbus, Ohio. Nationwide, Nationwide is On Your Side, and the Nationwide N and Eagle are service marks of Nationwide Mutual Insurance Company. 2018 Nationwide CPC-0435AO (09/17) 7897739

申請法庭免費翻譯服務

您不會講英文並且需要在克利夫蘭市政法庭的聆訊中有翻譯為您服務? 不必擔心, 您可以申請一名免費翻譯

請上網: www.cmcoh.org/ INTERPRETER SERVICES / REQUEST AN INTERPRETER
或致電: 216-664-3952 可儘快得到一名法庭翻譯!

DO NOT SPEAK ENGLISH AND HAVE A HEARING AT THE CLEVELAND MUNICIPAL COURT?
DON'T WORRY AND YOU CAN REQUEST AN INTERPRETER AT NO CHARGE!
Online: www.cmcoh.org/ INTERPRETER SERVICES / REQUEST AN INTERPRETER
Or call: 216-664-3952
Request as soon as possible to get an interpreter in court

黃醫生醫學美容診所
Huang Aesthetics
Health · Beauty · Wellness

讓口罩下的皮膚健康有光澤的三個步驟

戴口罩是在疫情期間保護自己和他人。但是, 口罩可能會在小範圍內引起對面部皮膚的摩擦, 使氣流不通暢在臉部和口罩之間的狹小空間淤積, 並積聚水分潮氣, 這是導致粉刺, 酒渣鼻和皮疹等皮膚發作的“完美風暴”。

超過三分之一的一線衛生保健工作者報告了不良的皮膚反應。術語“maskne”(面具痤瘡)已席捲社交媒體。

《美國皮膚科學院學報》報道, 口罩引起的皮膚問題發生率最高的是粉刺, 面部瘙癢刺痛和皮疹。擁有系統的皮膚護理方案可以幫助預防和解決這些問題。

黃博士建議戴口罩的人在家中保持這種日常皮膚護理程序, 以舒緩皮膚並避免皮膚皮疹粉刺的爆發。

第1步: 清潔, 去除角質和平衡酸鹼度

使用溫和的清潔劑。保持皮膚清潔, 去除油脂, 細菌和其他刺激性物質。溫和的去角質使皮膚更光滑, 清除暗沉和堵塞的毛孔。去角質後, 使用平衡水或爽膚水將皮膚上的油脂減至最少並平衡其最適合的酸鹼度以方便後續護膚產品的吸收。

步驟2: 抗氧化面霜和特定的皮膚護理方案

使用抗氧化劑乳霜可防止由自由基引起的皮膚損傷並支持皮膚的天然DNA修復, 從而使皮膚屏障功能最大化。之後再針對您的特定皮膚問題(例如衰老, 皮膚乾燥, 瘙癢, 酒渣鼻或敏感性)來選擇特定的皮膚護理用品和方案。如果出現皮疹, 皮膚鱗屑般脫落, 水泡或腫脹灼熱, 請停止使用所有護膚產品, 並致電黃醫生的辦公室進行免費諮詢。

在您的口罩貼到的面部區域(例如, 口罩邊緣, 鼻子, 耳朵後面), 請使用具有豐富潤膚劑的保濕劑, 這些保濕劑可以與諸如神經酰胺, 透明質酸和二甲基硅油的成分一起用作隔離霜。如果這些產品不能緩解疼痛或灼熱感, 黃醫生可能會建議一種適合您需求的醫學級別的皮膚護理產品。

步驟3: 化妝代用品和防曬霜

考慮避免在您的口罩區域化妝。化妝品里面的化學成分可能會刺激皮膚, 尤其是在空氣不流通的口罩下面。如果需要的話, 可塗抹淡薄的礦物質隔離霜。另外潤色防曬霜也是很好的選擇, 可以同時提供防曬和BB霜的功能。

黃醫生的診所提供各種醫療級別的皮膚護理產品, 這些產品可以預防和解決因為長時間使用口罩而遇到的皮膚問題。例如, ZO Skin&Health的保濕霜是皮膚屏障修復和恢復的絕佳選擇。它支持皮膚的天然DNA修復過程, 並幫助新的健康皮膚細胞生長。它可以立即減輕瘙癢, 乾燥, 發紅和刺激感。持續使用, 將減少由口罩引起的皮膚問題的出現和復發頻率。

黃醫生的診所使用有效護膚產品, 結合醫學美容界最新科學技術可以幫助您科學有效的滋養皮膚, 不受長期戴口罩的困擾, 從而改善質地和健康。

如果這3步基本程序不能緩解您的皮膚問題, 請隨時與黃醫生的辦公室聯繫尋求免費皮膚諮詢(可短信 216-438-0358)。您也可以通過Facebook Messenger @Huang Aesthetics 與我們聯繫, 以諮詢其他有關皮膚狀況的問題。

我們有信心幫助您恢復健康光彩的皮膚, 抵禦口罩的傷害。

Health, Beauty and Wellness begin here. Huang Aesthetics and Wellness Center
Revive and rejuvenate your look and inner well-being to bring out the BEST in YOU!
216.438.0358
support@huangaesthetics.com
www.huangaesthetics.com
Contact us for a complimentary consultation

23360 Chagrin Blvd. Unit 111 Beachwood, OH 44122
13170 Ravenna Rd. Suite 108, Chardon, Ohio 44024

黃璇醫生

加微信請掃碼