

# 凤凰园《樂素餐厅》 越吃越健康越美丽

发布日期 2024-3-17

今天是我来德清“樂素餐厅”工作的第16天。我每天都吃“神仙汤面”等彭祖膳食养生，调理身体太了不起了！

我是遗传性的高血压，3月1号第一天在德清“樂素餐厅”上班，温师兄叫我去对面药店测血压，不测不知道，一测吓一跳。当时血压值是145~190，帮我测血压的医生吓坏了叫我立马去医院，一刻都不想让我呆在他们店里，这个血压值太危险了，我的血压从来没有这么高过，但在“樂素餐厅”我一点都不担心，回来继续干活，当时内心有一个声音“上天在救我”，温师兄也很淡定。

在往后的十几天里，血压每天都在下降：

3月1日：145~190

3月2日：124~160

3月5日：115~170

3月6日：118~160

3月7日：104~152

3月8日：111~152

3月10日：99~134

3月11日：104~145

3月14日：98~142

3月15日：100~139

短短的半个月时间在没有吃任何药物就是吃乐素餐厅的“神仙汤面”、“酱香拌饭”、“酱香拌面”、“蕨麻奶粥”、“天粮粥”，血压就下降了51个毫米汞柱。

这几天头上还在排毒，头皮一点一点的脱落，特别是后脑勺风驰穴周围脱落的特别多，血压还在继续下降。



体型方面：身上穿的衣服从上到下原来都是紧绷的，现在衣服宽松了、裤子宽松了、连鞋子也宽松了，看上去整个人小了一圈。

3月6日：量腰围32

3月26日：量腰围29

短短十天时间腰围小了3寸，腰型也出来了。

美容方面：经照片对比，脸变小了，皮肤紧致了，连法令纹都变浅了，脸上的斑变得很淡很淡，面色红润了，朋友们都说看上去年轻了好几岁。

原来我掉头发很严重，洗头的时候头发大把大把的掉，洗完头吹头发的时候还要掉一堆，昨天晚上洗头发发现只掉了几根头发。我有点不敢相信，又在地上找了找，确实就是只掉了几根头发，太开心了……我竟然不掉头发了，这让我太惊喜了！

我们“樂素餐厅”太了不起了！越吃越健康、越吃越美丽！

看着店里的客人一天天变健康、变美丽，真的很开心，很开心！

感恩彭祖！

感恩大同师尊！

學子：黃小英

2024.3.16