

勾兑醋对人体无害

认标签看泡沫辨别高品质食用醋

近日,勾兑醋引起了人们的关注。勾兑醋对人体有害吗?如何区别勾兑醋与酿造醋?笔者特地采访了中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅。

法的添加剂,可以在一定范围内使用,但是通常认为,山梨酸钾的安全性高于苯甲酸钠。

产品,尽量选择大品牌。因为相比较而言,大品牌的产品诚信度更高。

调味品,以含淀粉类的粮食(高粱、黄米、糯米、粳米等)为主料,谷糠、稻皮等为辅料,经过发酵酿造而成。

鲜味和香味,能在食物加热过程中减少维生素C的损失,还可使烹饪原料中钙质溶解而利于人体吸收。



高温多雨 谨防「季节病」

通讯员 高世博 卢舟舟

连日来,我省出现大范围降水天气。郑州市疾病预防控制中心科科长胡君平提醒,气压低、湿度大,极易诱发感冒、胃肠道等方面的疾病,也是食物中毒的高发期。

保持室内空气的清洁,并经常通风。被雨水淹没过的地方,内外环境要采取消毒措施。

污水阴沟、积水、垃圾堆等可以用菊酯类药物,如把奋斗呐稀释后,分别喷洒。

夏季是肠道传染病的高发季节。暴雨容易使水源、食品受到污染,尤其要注意饮食饮水卫生。

只饮开水和符合卫生标准的瓶装水、桶装水,装水的器皿应保持清洁,并定期倒空清洗。

雨季空气湿度大,食物容易长霉,即使放在冰箱里也不安全,最好冷冻。

雨后及时清除积水。降雨过后,如果存在积水,垃圾不能及时进行消杀。

一旦感觉患感冒、胃肠道疾病时,胡君平建议群众采取以下措施:感觉到身体不适时(特别是发热、腹泻),要及时就医。

因此,要及时清除各种积水,尤其是房前屋后、院落内的盆罐积水,清除垃圾死角,喷洒防蚊蝇药物等。

好习惯换来好身体

江苏省射阳县 朱乃洲

我是一个普通的农民,已经快40岁了。十几年前,我还是一个身强力壮的青年,平时只知道干活挣钱,根本不关心身体健康方面的事。

有一天深夜,我突然被一阵脚趾的剧痛惊醒。好不容易熬到天亮,家人急忙到村卫生室拿了止痛药给我吃。

一个月后,我找到一位亲戚家喝喜酒,也许是心情好,中午大吃大喝了一顿,回到家后倒头就睡。

为了治病,我买了一些有关治疗痛风的科技书籍。书上说,治疗痛风,必须要讲究科学的饮食,必须要控制体重。

在医生的指导下,我首先戒了酒。就是在酒席上,我也不给任何人面子,做到滴酒不沾。

其次,我严格控制饮食,每天根据干活量来控制饭量,多干多吃,少干少吃;努力克服暴饮暴食的毛病,养成细嚼慢咽的习惯;每天多喝水,促进身体内的废物排泄。

由于管住了嘴巴,没到一个月,我的体重就开始下降,到医院检测血液中的尿酸含量也接近正常值了。

慢病生活

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

养生漫画



早起动一动,少闹一场病。王晓东画



每天舞一舞,活到九十九。王晓东画

游泳莫忘护眼

本报记者 乔当归 通讯员 李霞



在酷热难耐的夏日里,游泳是人们热衷的一项运动,既能增强体质,又能使人免受酷暑的煎熬。

南阳市眼科医院副院长王绪宝告诉记者,游泳很容易引发眼病,最常见的是结膜炎。大多数眼病是由细菌、病毒感染引起的。

三是游泳时不要戴隐形眼镜,最好戴游泳防护镜,潜水时尽量把眼睛闭上。四是游泳时尽可能不用手揉搓眼睛。

常备常用的家庭“药品”

湖北省南漳县 程菊珍

无论你的家庭经济条件如何,家里必定具备几种普通“良药”。由于我们缺少医药知识,这些可利用的“药剂”,却往往被忽视了。这些都是我们日常生活中经常食用之物。

冷水及热水 冷水对于挫伤及打伤有特殊效果。刚受伤时,即用冷水洗涂可免积血发炎。

醋 人患各种热病,身发大热,用布蘸醋擦皮肤,可以凉快一些。

砂糖 砂糖有退热的功用。各种热病在发热之际,用水冲砂糖少许饮服,热可减轻,同时还可刺激肠胃,帮助消化。

姜 用姜泡酒或制成姜糖可以治疗食物不消化等病症。血滞、身

冷、腹痛、气鼓均可以服用姜糖。喉痛、胸痛可将姜捣烂外敷,能消炎止痛。

酒 人在休克之后、醒过来时,可饮温酒少许,促使身体的恢复。久病虚脱可用烧酒半匙入于温水中服下。

食盐 用盐水洗浴,对于体弱足软的人大有裨益。手足抽搐、四肢麻木可以用盐炒热,包在布袋里,在患处摩擦,有驱湿祛寒之效。

食油 食油(包括香油、果油、菜籽油等)的用途很广,烫伤可涂抹油,以减轻痛苦。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

白萝卜 白萝卜有消食、化痰、散瘀、清凉、解毒、止渴、利尿等功能。

五招缓解老花眼

注意锻炼、合理膳食 多做一些全身运动,增加全身血液循环;多吃富含维生素、优质蛋白质的食物。

经常眨眼 利用一睁一闭的眨眼方式来锻炼、维护眼部肌肉,然后用双手轻揉眼部,这样可以锻炼眼部肌肉,延缓衰老。

经常转动眼睛 眼睛经常上、下、左、右转动,可锻炼眼部肌肉,缓解眼部疲劳。

从暗处到阳光下要闭眼 不要让阳光直接照射眼睛,看电视、电影的时间不宜过长。

掌握正确的阅读方法 读书时,要舒适地坐着,全身肌肉放松,书距离眼睛30厘米左右,身体不要过分前倾,否则,会引发背部肌肉劳损;不要躺着看书;过度疲劳时不要强行读书。

七招对付电脑辐射

现在,电脑普及率越来越高,如何应对它给我们带来的辐射呢?

一、在电脑旁放仙人掌。它可以有效地吸收辐射。

二、喝绿茶、吃橘子。茶叶中含有丰富的维生素A原,它被人吸收后,能迅速转化为维生素A。

三、清水洗脸。使用电脑后,脸上会吸附不少电磁辐射的颗粒,要及时用清水洗脸,这样所受辐射能减轻70%以上。

四、电脑摆放位置很重要。尽量别让屏幕的背面朝着有人的地方,因为电脑辐射最强的是背面。

五、注意室内通风。科学研究证实,电脑的屏幕能产生一种叫溴化二苯并呋喃的致癌物质。

六、多吃一些胡萝卜、豆芽、西红柿、瘦肉、动物肝等富含维生素A、维生素C和蛋白质的食物。

七、多吃香蕉很有必要。因为香蕉中的钾能帮助人体排出多余的盐分,让身体达到钾钠平衡,缓解眼睛的不适症状。

我有妙招

《捕鱼捕猎必读》

捕鱼机: 自动感应, 探测水深, 自动抽水, 自动送鱼。

捕猎机: 自动感应, 探测猎物, 自动捕捉, 自动放生。

地址: 广西玉林市海城电子厂

刘建

河南鸿安中医肾病医院

现招聘: 业务院长

内外妇儿科医生护士

中医肾病专科医生、导医

办公室、后勤人员若干名

司机1名

联系电话: 田院长 13603984680

张院长 13526678368

地址: 二七区黄郭路188号

郑州贝斯特科技发展有限公司

天津大学科技有限公司河南总代理

厂家直销: 妇科科到普刀、阴道镜、可视人流、宫腔镜、不育症诊疗仪、精子分析仪、泌尿科治疗仪、耳鼻喉科治疗仪、激光治疗仪、腹腔镜治疗仪、男性功能检测仪、电脑超声治疗仪、彩色超声多普勒血流仪、心电图工作站、脑电图治疗仪、等量子耳鼻喉治疗仪、半自动化分析仪、血液、血液球仪、微量元素分析仪、监护仪、各种型号B超等。

地址: 郑州市南关街68号

联系电话: 13703868906 (24小时服务电话) (0371) 66215358

适合基层医院的检验设备

ZC系列血细胞仪、HCC系列全、半自动化分析仪、XN系列血液仪、W-200尿机、血液、微量元素、电解质等全套检验设备及耗材。

长泰康公司15年的专业研发和制造经验,进口材料品质,自主核心技术。

郑州办事处: 13503860245 (0371) 63963757 售后服务: 15803803944 (地址: 郑州市南关街320号) 诚招各地经销商及销售经理

www.YLQX888.com 医疗器械 网上商城

免费咨询: 400-699-1096 或致电: (0371) 65370167 65370177

·送货上门,货到付款。·厂家直销到客户,省掉许多中间环节,价格更低。

·产品涵盖了诊断、治疗、病房护理等200多个品种,并且以每月几十个产品的速度递增,品种最全。·网上逛逛,就能省钱。

国际最先自动锥板血流变

主营: LB-2A自动锥板血流变, 厂家直销; 兼营: 自动生化分析仪、血细胞分析仪、尿机、电解质、血凝仪、微量元素仪、化学发光免疫分析仪、PCR基因扩增仪、酶标仪、洗板机等检验设备。

河南售后服务中心: 地址: 郑州建设西路11号鑫苑国际广场东塔A座1号楼18楼1801 电话: (0371) 66628126 手机: 18637157188 张经理

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟

疼痛专科常年招生 综合门诊加盟