

健康提醒

南京抽检冷饮全合格 吃冷饮要当心 凉开水是最佳饮品

□快报讯 (通讯员 魏坚 实习生 蒋振凤 记者 张星) 昨天,南京市卫生监督所对市售定型包装冷冻饮品进行了抽样监测,所检项目为铅、铜、总砷、菌落总数、大肠菌群、致病菌,共抽检20份样品,品种有冰淇淋、雪糕等,检测结果全部合格。不过,最近南京出现了“秋老虎”,高温依然持续,南京市儿童医院接诊的肠胃疾病患儿并没有减少,其中不少患儿就是因为吃冷饮不当而患病的。如何选购冷饮?吃冷饮要注意哪些问题?南京市卫生监督所的专家昨天进行了详细的介绍。

据介绍,消费者购买冷冻饮品最好到信誉度好的大型商场、超市、冷饮店去购买名牌企业生产的产品,不要贪图便宜购买劣质和路边小摊上的冷饮。在选购冷冻饮品时,要认真查看生产日期和保质期,尽量选择出厂日期较近的产品。查看冷冻饮品包装是否完整无损,产品包装粗糙、开裂的,没有品牌或不标注生产日期的冷冻饮品最好不要食用。在发现冷冻饮品改变原来形状后不要食用,因为有可能在储存、运输或销售过程不能始终保持冷冻状态,导致冷饮融化后再冻结。

专家同时提醒,适量食用冷冻饮品可有助于防暑降温,补充体内水分,但也要适度。冷饮中含有较多的糖分等,糖尿病患者不宜食用冷冻食品,而儿童大量食用冷饮,会导致血糖持续升高,产生饱腹感,导致孩子食欲不振,影响正常的就餐,久而久之导致营养不良。由于冷饮的温度在10℃以下甚至低于0℃,人在食用大量冷饮后,会导致胃以上消化道的血管急剧收缩,导致一系列的消化道症状并诱发咽喉部炎症,因而患有胃炎、咽喉炎、支气管炎等疾病的消费者不宜食用冷冻食品;另外,在剧烈运动和饭后不宜食用冷饮。

专家特别提醒,幼儿慎食冷饮,6个月以下的婴儿禁食冷饮;冷饮尤其是劣质冷饮含有的香精、甜味剂、色素等均为化学物质,而小儿的免疫系统尚未完全发育成熟,过早接触可能导致早期过敏,为今后可能发生过敏反应带来了隐患。同时,低温会给孩子稚嫩的黏膜带来更大程度的损伤,凉开水才是孩子的最佳饮品。

“秋老虎”发威 气温高 紫外线强

避免中午外出,防晒的同时还得防秋雨病

天气早知道

今天
多云转雷雨
27~35℃

明天
多云,局部阴
有阵雨
26~33℃

后天
多云,局部
阴有阵雨
26~33℃

昨天,江苏省气象台继续发布高温警报,因为昨天没有出现局部雷阵雨,秋老虎今天还得咬人。今天特别要注意的是凶猛的紫外线,其强度已经达到了“强”级,市民应避免中午外出。

今天仍有高温,紫外线强

根据预报显示,今天多云到阴,午后到夜里局部有阵雨或雷雨,有雷雨地区雷雨时短时阵风7-8级并伴有雷电,今晨最低温度27~28℃,今天最高温度35~36℃。今天紫外线指数有4级,辐射达到了强级,气象专家建议,在上午10点至下午4点时段避免外出活动,外出时应尽可能在遮阴处;8月30日全市多云,局部有时阴有阵雨或雷雨,最低温度26~27℃,最高温度33℃左右;8月31日全市多云,局部有时阴有阵雨或雷雨,最低温度26~27℃,最高温度33℃左右。

要防秋雨病

尽管天气很炎热,但是江苏省气象台专家提醒,这两天最容易发生局部雷阵雨天气,所以在防晒的同时还得预防秋雨病。下雨过后,气压低、湿度大,会增加人体患各种消化系统及皮肤病的机会,要根据当日情况采取相应措施。立秋之后,冷风一吹,感冒、气管炎等呼吸道疾病进入高发期;因湿度降低而出现秋燥,人体受到冷空气的刺激,不仅容易引发过敏性鼻炎,还会使胃酸分泌增加,抵抗力会有所下降,应注意远离易引起过敏的植物,少吃多餐,戒烟禁酒,以增强胃肠的适应力。卧室内的温度不宜调得太低,保持在24-27℃为宜,房间要经常保持通风。大汗后不宜立即接触冷水或用冷水洗澡。

天黑将越来越早

江苏省天文学会昨天发

布消息称,9月8日2时39分,太阳到达黄经165度标志进入白露节气。白露就是白色的露水,意思是夜间气温较低,空气中的水汽往往会在草木上凝结成露水。白露时节,秋风送爽,暑气渐消,我国大部分地区天高云淡,气候宜人。白露是收获的季节,也是播种的季节,在我国江淮地区单季晚稻已扬花灌浆,双季晚稻即将抽穗,棉花吐絮等多种农务活动开始繁忙起来,秋收秋种总是随着白露节气的到来而开始,农民朋友收获当年的果实,播种明年的希望,这是一年中最美好的时光。江苏省天文学会严家荣副秘书长告诉记者:9月,日出由月初的5点40分延迟至月末的5点59分,而日落时间由月初的18点29分提前至月末的17点50分,平均每天日落时间以1.3分钟的速度提前。

快报记者 刘峻
通讯员 马伟宏

南京花事

平凡却有用的长春花

目前正在开花的长春花长得非常普通,但园林专家告诉记者,就是这种平凡的长春花,竟然是可以提炼抗癌药物的植物。

长春花,又叫日春花、日月草,属于夹竹桃科,常绿多年生草本或亚灌木,作一年生栽培。花玫红色,喉部深红色。一般在夏、秋季开花。目前常见的品种有白花、白花红心及桃红花红心等。园林专家告诉记者,因为长春花的嫩枝顶端,每长出一叶片,叶腋间即冒出两朵花,因此

它的花朵特多,花期特长,花势繁茂,生机勃勃。从春到秋开花从不间断,所以有“日长春”之美名。

值得一提的是,长春花抗癌功效非常强。园林专家张志红告诉记者,据现代科学研究,长春花中含55种生物碱。其中长春碱和长春新碱对治疗绒毛膜、淋巴肉瘤及儿童急性白血病等都有一定疗效,是目前国际上应用最多的抗癌植物药源。

快报记者 陈岚

服务资讯

今日有两场招聘会

□快报讯 (记者 项凤华) 今天上午,江苏省人才市场在广州路213号举办营销、管理、文秘、财务、外贸、物流、

宾馆、旅游等相关行业专场交流会。同时,南京市人才市场在北京东路63号人才大厦举办综合性人才招聘会。

公共信息

停电信息

8月30日7:00-8:00和12:00-13:30停苑东线,范围:晖园、健园、贡园等。7:00-13:30停苑东线,范围:集成电路研究所、吉庆家园等。7:30-13:00停苑西线,范围:南苑发园、贡园、吉庆家园、江苏电力金具厂等。5:30-6:00和10:30-12:00停西村线,范围:悦民小区、华光房产、嘉盈房产、华汇置业、麒麟村、上山岗、阳光之旅等。6:00-11:00停麒麟线,范围:悦民小区、轻体建材、下山岗、华汇康城等。6:00-9:00停金港线,范围:毛纺公司、南粉厂宿舍、金港大厦、南苑、金港、公路管理站、章村等。7:00-10:00停孙林线,范围:八百桥镇伍林、孙林、金牛、山子岭等。7:00-17:00高桥变:章村线停,范围:万原化工、丽宁毛毡、童车厂、南京热处理厂、冷轧厂、正德电器厂、山田服装、汇景等。湖西线停,范围:景祥佳园、聂村、公路管理站、章村等。7:00-15:00东山变:城西线部分停,范围:政府后勤、中前站、府后村、会堂、一百商业大楼、江宁房产、江南文枢苑、东沟巷、土地局、八一三厂、区高级中学、北阁苑、姚山村等,土山线部分停,范围:二小区等。

停气通知

因峨嵋岭19号煤气管道施工,8月30日13:30至18:00下列地区停气:峨嵋岭、牌楼巷49号、百步坡、永庆村、拉萨路、五台山、萍聚村、江苏省休委(食堂)、南京罗曼酒家、南

京市拉萨路小学(食堂)、珍福楼酒店等一片。 港华

有线电视数字化整体转换小区安排

8月30日,南京有线电视数字化整体转换小区为马鞍山路、宁夏路、琅琊新村、西康新村、西康路部分、北京西路部分、莫干路、普陀路、灵隐路、颐和路、赤壁路、路伽路、牯岭路、天竺路、琅琊路、宁海路、青云巷、傅厚岗部分、高云岭部分、中央路部分、厚载巷、厚载村、车站东巷、大方巷、傅佐路、山西路部分、中山北路部分、富贵里、西南山村、江苏路部分、泰顺花园、华掌轩苑、碧瑰园、世贸大厦、渊声巷部分。以上各地区具体整转范围、时间、受理地点以《小区公告》和《告用户书》为准;尚未办理有线电视过户手续的用户请于所在小区实行整体转换之前至南京广电网络公司各营业厅办理相关手续;未缴费用户请及时交费。咨询热线96296。

南京广电网络公司



两小儿嬉水

持续的高温,让人们感受到了“秋老虎”的威力。两小孩在大人的看护下玩水嬉水。玩得不过瘾?那就干脆来个倒立吧!

快报记者 赵杰 摄

■ 征集有趣瞬间
要求:发生在您身边有意思的原创图片。必须与天气有关,并配50字左右说明。
投稿途径:登录 www.lifenanjing.com.cn·论坛·都市联盟·贴图灌水版跟帖或 E-mail 至 cy@kuaiibao.net。

现代快报 便民网 24小时服务电话:96060

特别推荐 家庭装修 环境检测 搬家、开锁

- 办公设备:电脑维修:软硬件30元起;笔记本维修:70元起;显示器维修:55元起;传真机维修:60元起;打印机维修:65元起;复印机维修、一体机维修;硒鼓加粉
- 家政服务:房屋清洁:1.2元/平米(建筑面积)60元起;管道疏通:马桶28元起,次管道30元,主管道40元起;水工、电工:30元起;水钻打孔:30元起;微波炉、消毒柜:维修30元
- 其他服务:电饭煲维修:15元;油烟机:清洗25元起,维修20元;灶具:维修15-28元,清洗20元;饮水机:维修15元;卫生间清洁 厨房清洁 地毯清洁 大理石打蜡 沙发清洗 管道改造 屋面防水 室内防水 家庭除螨
- 简易装修、家庭装修;室内环境检测(成套检测合格)后送10万元(保险);旧家电回收(彩电、空调、电脑等)开、换、修20元起;搬家、货运120元起(所报价格均不含材料费,详细价目表可向服务人员查看)

因为快报监督,所以家有难事找快报便民网让您更放心! 投诉监督电话:96060

江老大渔馆 3周年店庆

值此江老大渔馆3周年店庆之际,为感谢各界人士对我店的厚爱,特推出“引领江鲜时尚,真情回报感恩月”活动,活动细则如下:

- 所有江鲜品种,一律特低价供应;
- 每周推出三款免费赠送精品佳肴,每桌消费可任选一款;
- 凡在本店消费每桌都有机会中千元惊喜;
- 自带酒水者不奉赠送礼品活动;

本次活动最终解释权归江老大渔馆!

地址:南京中山北路291号(察哈尔路口)
电话:025-83345757 83472789