

# 吃两只生蚝 拉半月肚子

## 医生提醒:生食海鲜要警惕诺瓦克病毒

拉了半个月肚子,吃药也没用!面对这次来势汹汹的“急性肠炎”,家住秦淮区的单先生一直不知道自己到底是吃了什么坏东西,咨询了医生才知道,半个月前生食的两只生蚝导致了他的腹泻,并且这种名为诺瓦克的病毒还有潜伏期,单先生吃完生蚝两天后才发作,所以他才弄不清楚病因。

### 半个月腹泻啥药也止不住

5月中旬,家住秦淮区的单先生在南京鼎新路的一个饭店吃了两只生的生蚝,隔天又和朋友一起吃了龙虾,第三天上午出现了腹泻的症状,并伴有低烧、恶心、胃部不适等症状,单先生以为是

食用了不洁的龙虾,可当天同食龙虾的朋友却一个也没有腹泻,“从来没有拉过这么多的肚子,一下子瘦了6斤。”单先生说,自己也买了各样的止泻药、肠胃药服用却一直不见好。

南京市第一医院内科医生告诉记者,诺瓦克病毒有48-72小时的潜伏期,导致很多人不知道自己腹泻的病因,一般情况下,染上这种病毒都是生食海鲜引起的。

### 诺瓦克病毒比较钟情贝类

“2007年初,这种病毒因为在日本流行并引起一些患者不治身亡而闻名世界。但它在国内并不是新面孔,只要不生食海鲜、勤洗手,就

很容易预防,因此市民不必恐慌。”医生介绍,诺瓦克病毒比较“钟情”于牡蛎等贝类,因此生食或吃了未煮熟的贝类易被感染。

据介绍,感染诺瓦克病毒后主要发病症状为恶心、呕吐、腹泻并可能伴有轻度发热,药物无法治愈,只能控制症状,完全痊愈需要依靠人的自愈能力,也有人感染病毒却不发病,或者只出现一些类似轻微感冒的症状,患者通常在一两天内即可痊愈,但老年人及体质差的人病情容易恶化,并且虽然患者感染诺瓦克病毒后的病情并不严重,但这种病毒相当难缠,很容易发生二次感染。

### 生食海鲜水产品先杀菌

医生强调,生食海鲜水产品极易导致各种疾病,例如生吃毛蚶引发甲肝;进食海蛤、鲜贝发生霍乱和痢疾混合感染;吃生鱼片、生鱼粥、醉虾蟹,用生鱼佐酒,采用涮或烧烤的烹调方式未彻底加热水生动植物或炊具、容器生熟不分,极易引发食源性寄生虫病,如肝吸虫、肺吸虫、姜片虫、广州管圆线虫病等。市民如非要生吃海鲜,一定要注意卫生,大多数海鲜含有致病性很强的细菌,食用前最好先将海鲜放在4℃环境下冷冻一两个小时,然后在淡盐水中浸泡,以达到杀菌目的。

快报记者 陈岚

### 消费情报

## 建材超市也玩VIP狂购

### 快报联手好美家推出“建材狂购”活动

继大型商场成功举办VIP狂购活动之后,建材超市也大胆引入“VIP狂购”概念。日前,记者获悉,好美家建材超市将于本周五晚,专门面向快报读者推出专场VIP狂购活动。届时,好美家建材超市的诸多品牌都将推出大幅度的团购优惠,读者只要登记报名并领取VIP团购卡,就可享受相应优惠;活动当天,凭快报团购卡购物还可在各品牌优惠基础上再享受9.8折优惠。

据了解,科勒卫浴、TOTO卫浴、摩恩龙头、鑫屋地板、誉丰地板、AO史密斯热水器、立邦漆、多乐士漆、诺贝尔瓷砖、科曼多移门、西蒙开关等在内的90%以上的一线品牌都将参加本次活动。

好美家建材超市南京店店长陈金贵透露,此次建材狂购夜,各个品牌给出的折扣力度

都很大。“最低的6.5折,最高的也有9.2折,一般品牌的折扣都在8折左右。”狂购夜当天,不少品牌还承诺所售商品在一个月内都具有绝对价格优势。比如,美标一款原价1440元/个的坐厕,现价仅售1188元/个;原价2400元/个的梳洗台,现价仅售1988元/个。原价325元/片的简一瓷砖,现价仅售195元/片,原价268元/平方米的鑫屋细纹实木地板,在团购夜上仅售199元/平方米。

据悉,活动当天,现场还将推出品牌建材的侃价活动,并将同时举办“倪老师家装课堂”,请专家为准备装修的读者提供各类家装咨询服务。

活动时间:2007年6月15日18:00-21:30;活动地点:好美家建材超市;报名热线:86217972

快报记者 王燕

## 苏宁:本周空调最多降4成

快报讯(通讯员 孟晓波)本周末,各大空调品牌将在苏宁追加价值数千万元的促销资源,抑制空调价格的上涨。苏宁相关负责人透露,苏宁本周空调价格最高降幅达到40%,名牌1.5P挂机跌破1700元。

记者了解到,目前苏宁电器已经收到了海尔、美的、春兰、松下、三洋、海信、志高、奥克斯、三菱重工、新科等品

牌的促销资源确认函,表示继续加强空调方面的合作,减小涨价压力。苏宁电器南京大区空调营销部部长汪令军表示,各大空调品牌在本周投放了近1000万元的促销资源,5000多套特惠1.5P空调已经运抵苏宁总仓,其他各类促销礼品数量达到了3万多件,新街口店样机特惠销售空调部分型号最低5折起售,名牌1.5P空调一款跌破1700元。

## 国美:团购夜市疯狂打折

快报讯(记者 张波)白天没空,那就晚上去买电器吧。作为“0℃行动”的一个子活动,国美将于6月15日18:00-21:00在其新街口店、正洪街店开展“团购夜市”。据了解,此次团购活动单台机器8折,样机2折起售。此外,平安证券、国信证券、中投证券及民生银行的客户可享受超优惠团购价格。

记者从国美电器了解到,在明天的团购夜市上,国信证券、平安证券、中投证券三家

证券公司的客户,凭开户证明,进门即可获赠精美礼品一份,并享受全场的团购价格。相关负责人告诉记者,如果未来来得及开户,可到现场开户,三家证券公司均在国美新街口店和正洪街店设立展台现场开户。与此同时,活动期间,凡使用民生银行信用卡分期付款购物满3000元,即可获赠50元提货卡一张和精美礼品一份。同时,国美电器准备了万台赠品回馈团购客户,全场还将推出返现、抽奖、会员积分等活动。

## 儿童医院一天收15例高热惊厥

快报讯(通讯员 王倩 刘丹 记者 刘峻)昨天,记者在南京市儿童医院获悉,仅当天一天,该院就收诊了15例高热惊厥患儿,这些孩子多为三岁以下的婴幼儿。据急救中心江涛主任介绍,这是因为最近气温忽上忽下所致。

据专家介绍,最近天气多变,忽冷忽热,气压较低,许多年龄小,抵抗力差的孩子,容易感冒发烧,由于孩子中枢神经系统发育不完全,大脑皮层调节能力差,容易产生高热惊厥,这种病症多发于6个月至5岁之间的孩子。江涛告诉记者,

许多家长认为孩子只要是发烧,都是因为受凉引起,要多穿些衣服“发汗”,其实这种做法很危险,往往会导致高热受惊,引起高热惊厥。

专家提醒,高热惊厥是急症,紧急治疗十分重要,家长遇到孩子抽筋时,首先要将孩子侧卧,防止孩子将呕吐物吸入气管,引起窒息。长牙的孩子为避免咬伤舌头,家长最好用垫子将上下牙齿卡住,然后用温水擦拭患儿身体进行物理散热。在送往医院途中,要保持颈部轻度后仰,保持呼吸道通畅,同时注意散热。

## 50%致病因素与生活方式有关

快报讯(通讯员 张群 记者 丁岚)“现在生活条件好了,但绝大多数人还是只有生病了才想到去医院治病,而忽视平时的防病。如果大家能够做到‘重防(病)轻治(病)’,那医院的门诊量就不会这么高了,看病也不会像现在这么难了!”昨天在南京召开的全国医院健康教育学术研讨会上,与会专家发出呼吁:50%的致病因素与不当生活方式有关,2/3的癌症只要预防得当,是完

全可以避免的。

据介绍,糖尿病、脂肪肝、肥胖和乳腺疾病等,都与不当生活方式有直接关系。其中,糖尿病与饮食糖分过多和遗传因素有关;脂肪肝与过度饮酒、过食油腻有关;肥胖和吃得多、运动少有关;乳腺疾病与压力大、精神紧张、不能控制不良情绪有关。“这些患者,只知道到发病后花大量的钱去医院看病,却不知道平时完全可以不花钱就能预防此类疾病,真是让人痛心!”江苏省人民医院院长王虹教授呼吁,医生要把自己的健康教育思想随时传播出去,让更多的人懂得预防疾病的重要性。



## 南京进入地质灾害多发期



这几天,南京雨水较多,市民出行记得带雨具 快报记者赵杰摄

快报讯(记者 刘峻)雨说来就来,而且还不止一天,明后天转好后,17日南京还要下雨。气象专家提醒说,进入多雨期,南京地质灾害也进入多发期,在连续阴雨期里,市民最好离松软的山体远一点,以免发生危险。

昨天,密密的细雨下了一整天,虽然从每小时的降雨量来看,降雨不急也不算大,但是气温却有明显的下降,该市下午最高气温已经降至22℃。省气象台专家预计,受低气压和冷空气的共同影响,今天南京还将继续降雨。明后天降雨将会暂停,但从17日起,南京又将陷于阴雨之中。专家介绍,根据多年的地质灾害统计,江苏约80%的突发地质灾害发生在6月至9月,目前南京已经进入地质灾害多发期。尤其是最近连续阴

雨,更容易发生土质崩塌、山体滑坡等地质灾害。

据省地质调查研究院统计,南京是江苏最容易发生地质灾害的地区之一。南京山体的土质比较特别,俗称“胀缩土”,遇见降水就会膨胀开来,地面出现裂缝,容易造成土层松动。再加上南京的山体虽然不高,但比较陡峭,因此容易引起山体滑坡。气象专家提醒市民,近期阴雨连绵,市民出行时,应尽量避开地质灾害多发地区,避开山坡、土坡等危险地带,特别要远离已竖立地质灾害警示牌的山坡、危墙等地。

据省气象台预报,今天阴有阵雨,偏东风4级左右,最低温度20-21℃,最高温度25℃左右。明天全市多云,最低温度20℃左右,最高温度26-27℃。后天全市晴到多云,最低温度20-21℃,最高温度31-32℃。

### 相关新闻

#### 雨季赶跑蓝天 今天呼吸“森林空气”

快报讯(记者 安莹)南京的空气终于走出了秸秆焚烧的阴霾。昨天,小雨淅沥,呼吸质量慢慢变好,全市平均污染指数为70,根据预报,今天的空气质量可能接近优秀的“森林空气”。

昨天全市大气中占主导的依然是可吸入颗粒物,平均指数为70,区域之间相差不大,瑞金路的呼吸稍差一点。与前一天的呼吸质量相比基本持平。不过雨水的功效今天就可以看出来了,气象预报显示今天依旧有雨,各测点状况将有望好转,根据预报,全市平均污染指数在57-77之间,呼吸质量明显好转,影响空气质量的主要污染物仍然是可吸入颗粒物。

### 视频预告

## 人到中年就一定得补肾?

### 专家今晚“生活南京.com”视频为中老年人科学保健支招

快报讯(通讯员 罗晨 记者 张星)腰痛就是肾虚,肾虚就要补肾,肾虚就是性功能不好……在这些误区引导下,不少中老年男子盲目补肾。父亲节(6月17日)快到了,南京一些药店内的补肾产品销量陡增。但专家却提醒市民,生活中有很多人根本没有必要补肾,疲劳、年龄都不是界定补肾的标准。到了中年就一定得补肾吗?中老年人如何科学保健?今天晚上7:30-8:10,江苏省中医药领军人才、江苏省中医院肾内科主任孙伟教授将走进www.lifananjing.com参加视

频访谈,为读者解惑。

孙伟教授说,有些人认为腰痛就是肾虚,其实这是一个认识上的误区。腰痛未必是肾虚,并非所有的腰痛都与肾虚有关,仅用补肾的方法治疗腰痛,很容易延误病情。补肾药大多药性温热,患肺结核、腰椎化脓性感染、强直性脊柱炎等湿热症的病人如果服用,就会加重病情。腰痛只是一种症状,除了腰部骨与关节、肌肉等组织的病变可引起腰痛外,腰部附近的内脏疾患也可引起。

其实,生活中有很多人根本没有必要补肾,疲劳、年龄都不是界定补肾的标

准。如果不需要补肾的人吃了补肾药,不但不能补充营养物质,还会给脏器增加排毒的负担;有人则认为“人到中年脾胃不好也要补肾”,这也是欠妥的,补肾的药对脾胃不好的人伤害更大,硬要补,身体不但吸收不了,反而会有副作用;还有些中年人认为“性功能障碍就是肾虚”,这也是不正确的观点,性健康问题不能简单地归结为“肾虚”和“要补肾壮阳”。

据介绍,对于中年男人来说,补肾、护肾关键在日常,比如经常活动腰部;性生活要适度;做一些自我按摩腰部的活动;充足的睡眠等。



### 首批培训结束 便民服务再升级

快报讯(记者 赵丹)为期三天的便民网首批培训结束了,昨天晚上115名空调、冰箱维修人员参加了培训考试,不仅巩固了维修知识,也从意识上更重视了自己的服务态度。

空调维修师傅说,他有5年的空调维修经验了,但多数是实践中总结出来的经验,通过对这次培训及对两本教材的温习,他对房间空气调节器安装有了理论的认识,对今后工作都有帮助。“我们最常做的就是加制冷剂,但发现通过这个培训,怎么加,加多少最合适都很有学问的。”

如果您需要求助快报便民网,可随时拨打快报便民网唯一的24小时服务热线96060预约服务。

### 便民信息

#### 停电停气信息

停电:6月15日7:00-10:00 停西村线、豆村线、作厂线,范围:祖和炼灰厂、悦民小区等;麒麟镇窑上、南庄塑料厂等;汤泉水库、养龙山庄、龙珠山庄等。

13:30-16:30 停作厂线,范围:冷轧钢筋厂、新庄、仓巷等。

8:00-12:00 停竹镇线,范围:竹镇镇街道等。

7:30-10:30 停洽浦线部分,范围:雄州镇仁和翠苑、莎丽特日化、东门商业街等。

8:00-11:00 东善桥变:水阁线停,范围:二道站、大金集团、汉桑公司、中川电化公司、晨光集团、牛首林场等。

7:30-11:00 学景变:焦村线停,范围:焦村大队、东村、十三队等。

8:00-12:00 岔路变:邵圣线停,范围:圩村、金盛小区、东山街道、省水利学校、邵圣工业园、碧水湾、天地新城、明月港湾、设备仓库、导航台、小焦村、华夏学校、瀛洲湾、广厦房产、海通摩托、海华混凝土、梦成服装、恒信塑业、城北泵站等。

南京市供电公司 停气:6月15日13:00至18:00 下列地区停气:中央路321号周围、观音里等一片。 港华