

节食,赘肉去了,脂肪肝来了

每天1两酒连续喝5年,也有可能患上酒精性脂肪肝

不要以为只有大腹便便的肥胖者才会得脂肪肝,过度节食减肥也会患上这一疾病。“3·18 爱肝日”即将来临,记者昨天从无锡市传染病医院了解到,脂肪肝诊疗中心相关调查显示,25%的无锡成年市民患有不同程度的脂肪肝,这一数据正在逐年上升。相比之下,居肝病发病人数之首的病毒性肝炎发病率下降明显。肝病专家预计,几年后,脂肪肝有可能跃居肝病发病人数首位。

减肥减到 82 斤竟患脂肪肝

20 岁刚出头的小美是外企白领,当医生诊断后告诉她患上脂肪肝时,她怎么也不能相信,“我才 82 斤,怎么可能?”身高 1 米 64、体重 95 斤的她身材苗条,但小美还是对自己的体重很不满意,服用减肥药后她开始

厌食,即使饿了也只吃水果蔬菜,不碰主食和肉类,4 个月后她的体重减了 8 斤,但她还是决心要将减肥进行到底。当体重减至 82 斤时,她脸色苍白、全身乏力,不得不到医院求诊。传院医生检查后发现,她的血脂、胆固醇、白蛋白等指数都低于正常标准,最低的甚至低于 20%。B 超检查发现,小美的肝已经变形,需要 1—2 年的治疗和饮食调理才有可能恢复。

一天 2 斤 8 两酒

“不少人的脂肪肝都是喝酒喝出来的。”传院脂肪肝诊疗中心副主任华忠说,曾有一位患者是泥瓦工,他的酒量惊人:每天白酒 8 两、黄酒 2 斤,早饭也要喝酒,不喝酒就浑身没劲干不了活。他有 20 年的喝酒史,上医院一检查已经肝硬化。酒精性脂肪肝患者多为公务员、私企老板、白领等。私企老板林先生有 10

年喝酒史,他说自己每周至少 2—3 天在外应酬喝酒,而且喝的酒很杂,从白酒、黄酒到啤酒、红酒,什么酒都喝。华忠说,平均每天喝 1 两酒、连续喝 5 年以上,或是连续一周,每天半斤以上,就容易患酒精性脂肪肝。有人在喝酒前喝酸奶或吃些保肝保健品,虽然能起到一定护胃、加速代谢的作用,但过量饮酒和熬夜、睡懒觉、饮食油腻、缺少运动等不良生活习惯,都是产生脂肪肝的重要诱因。

吃“偏方”反中毒

传院肝病科近日收治了一名肝脏肿大、大量腹水的中年男子。蹊跷的是,该男子以前没得过肝炎,直到最近 3 个月才出现腹胀、胃口不好、肝区隐隐不适等症。经医生仔细追问病史,男子才透露今年春节期间连续一个月饮用自制的土三七保健酒,而且泡制的是高浓度药

酒,土三七 1 斤左右,白酒 5—6 斤,正是这“偏方”导致了严重的肝脏病变,有可能需要终身服药治疗。

医生告诉记者,土三七和我们通常使用的中药三七粉中的三七植株是不同的。两者虽然具有类似的活血化瘀功效,民间常用于治疗跌打损伤、淤血肿痛等,但土三七是有一定毒性的。其毒性来源于它所含的吡咯双烷类生物碱,这正是引起肝脏病变最常见的原因。百姓常常不知道这一点,以为凡是“三七”都可以治病。殊不知,用土三七泡酒,毒性成分更易被溶出,毒性比水煮高许多倍,误饮后非常容易中毒。

医生提醒,患者不宜自行服用土三七,如确有需要,必须在医生指导下使用。一般来说,每 1000 毫升白酒中加土三七不应超过 30 克,每天服用不应超过 20 毫升,1 周为 1 个疗程。陆媛

多了辆轮椅 94岁爷爷被拒载

无锡市运输管理处:的哥做法不合情理,乘客可及时拨 96520 投诉

近日,网友“飞天空”在无锡一论坛上发帖说,遇上了一件让人很郁闷的事情,凌晨 2 点多在在医院门口等出租车,就因为一辆轮椅,他 94 岁的爷爷被出租车拒载,折腾到最后,到家都快凌晨 3 点了。让“飞天空”不明白的是,难道有条例规定,出租车后备箱不允许放东西?

据“飞天空”介绍,3 月 13 日晚上,他 94 岁高龄的爷爷身体不好,几位亲戚一起陪老人家去人民医院看病。因为行动不便,带了家里自备的轮椅,打车去了医院,检查完毕已是凌晨 2 点多了。在医院门口等出租车

时,自备的轮椅成了出租车拒载的理由。

当时,一辆牌照为“苏 B5T676”的出租车停在人民医院门口,“飞天空”一行人正准备上车,的哥说车内塞不下轮椅,不能上。可“飞天空”清楚地记得,来医院时坐的车型和这辆出租车一模一样,这位的哥摆明了是在忽悠人。尽管“飞天空”和这位的哥争论了许久,但他们最终还是没能上车。

“飞天空”在帖子里说,要说从医院回家的路程也不短,打的 20 元左右,不知道这位的哥是出于何种考虑,竟拒载一

个 94 岁高龄的老人家,而且是在凌晨 2 点。陪爷爷去医院也不是一次两次了,还是头一回碰上这么不讲理的的哥,实在让人气愤。之后,一行人又拦了另外一辆出租车,这辆车的的哥很爽快地让一行人上了车。尽管这事已经过去了几天,可“飞天空”的心中还是憋屈得很,难道有条例规定出租车后备箱不许放轮椅了?

记者将网友“飞天空”被拒载一事通报给了无锡市运输管理处,运输管理处一位负责人称,无锡出租车的相关管理条例规定,出租车后备箱可以供乘客

放置物品,的哥以轮椅放不下为由拒载不合情理。后经查证,苏 B5T676 出租车隶属于无锡外事二泉汽车客运有限公司,该公司已对此事进行调查处理。

运输管理处这位负责人提醒市民,一旦有出租车拒载,当事人可记下出租车的车牌,拨打 96520 投诉热线进行投诉,热线会将投诉信息转给运输管理处,再由运输管理处转交给出租车所在的公司,由公司进行处理,将在 10 个工作日内给出答复。当事人对出租车公司给出的处理意见不满意的话,可以再向运输管理处进行反映。匡笠

老牌景点“数十年如一日”何日出新?市民提建议

所有景点都能“一卡通”就好了



《“白相”无锡所有景点至少要花 1098 元》一文昨天刊登后,引起市民共鸣,有市民一大早就致电快报,称相比于目前的工资收入,别说是外地人来无锡不敢放手脚玩,即使是无锡本地人也是玩不起。更有不少市民认为,相比于一涨再涨的高票价,一些老牌旅游景点却是“数十年如一日”未变的老面孔,实在让人感觉有点不值。

为省钱,帮外地亲戚办一卡通

“现在外地的亲戚来无锡玩,我都会提前告诉他们带自己的照片来,主要是为了给他们办‘一卡通’。”昨天一早,读者陈先生就给快报打来了电话。陈先生告诉记者,他的一个哥哥在南京定居,一个妹妹则嫁到上海,因为之前在北方参加过军,所以每

年总有外地的亲朋好友来无锡玩。“客人来了,总要尽地主之谊,带着他们到无锡有名的景点看看,所以从去年开始,我就让这些亲朋来无锡前先把照片电邮给我,我给他们每人办张‘一卡通’,这样能省不少钱。”陈先生说,这两年来无锡旅游的人,一般灵山、鼋头渚、三国城总要到一个的,但动辄每人 100 多块的门票实在让人吃不消,所以从去年起,他就为来无锡的亲朋事先买好无锡园林“一卡通”供他们随便使用。“一张卡 200 块不到,但可以一年内多次使用,还算划算,但只是鼋头渚、梅园等几个公园能用,如果是包括无锡所有景点都能用的真正‘一卡通’就更好了。”

叹不值,不少公园都是老面孔

“100 多块一张门票,如果里面内容真值这个价格也就算了,可关键是无锡不少公园几十年来都是那个老面孔,价格却是噌噌地一个劲往上涨,这样就太不厚道了。”读者小宋

致电快报说,最近天气好了,他们全家去太湖鼋头渚公园玩,但让他失望的是,20 多年过去了,现在的公园跟他小学春游的时候没多大变化,可票价已从当初的几块钱涨到现在的 100 多块。“动物园也是这样,10 几年前有什么动物,现在还是那些动物,只是多了些另外收费的小游乐项目。”

在网上,一些网友也对此意见不断。春节后不久,网友“小焦鱼”就以《是时候给太湖仙岛整整容了》为题,发布了一个景区游玩内容“对不起”105 元门票的帖子。特别是对太湖仙岛上的天街、凌霄宫、月老祠等人造景观,认为是“又破又山寨”。“小焦鱼”还在自己的帖子里很无颜地说:“前几天逛鼋头渚遇到一个特地从厦门坐飞机过来的游客,进了仙岛连呼上当,还没逛完就坐 1 路车走了,害得我一个路人都觉得怪不好意思的。”网友“冬月无痕”也跟帖说,太湖仙岛上的大觉湾那里简直是个烂尾工程,多年了还是半吊子工程,其实,搞不了还不如不拆,拆了又不建,年复一

年,真是败人游兴。网友“zw96zw”在 2 月 24 日进一步跟帖证实说:“前次鼋头渚一游,已隔七年矣,然变化不大,该精致之处仍粗糙,该升级之处仍旧模样。古建筑式样、商业场地安排、游览路线、指路牌、设备升级等都要综合考虑了,局部的景观要做细致;三山的规划定位是如何,道教的话该如何深入,道教文化的底蕴需体现出来吧,是否考虑弄一条经典线路出来?”更有网友建言称,鼋头渚在三山岛上人造的这个太湖仙岛,还不如“干脆山寨到底,改称太湖山寨岛,网罗全国各地山寨品、雷人雷事,走山寨路线,或许能红火起来。”

其实市民们的这些感触,无锡市政府的官员也有体会,就在春节前的一次无锡对接上海世博会的会议上,无锡市委书记杨卫泽就有感而发,称无锡目前的景点大部分都已经老旧少新意,要不是有灵山景区还能一年吸引 300 多万外地游客来锡,无锡的旅游发展肯定会失分不少。对此,相关部门应该要尽快反思。金辰 薛晨

»天气预报

今明天多云为主 后天午后气温偏高

昨日锡城早晨的最低温度仅为 4℃,不少市民走在街头仍能感到丝丝寒意。幸运的是,太阳不久就露出了笑脸,温暖的阳光将早晨的寒冷晒得干干净净。那么,未来两天无锡的天气是否会进一步转暖呢?根据无锡气象台消息,无锡未来两天以多云天气为主,气温逐渐回升。

今日空气质量状况

预计今日空气质量为良,污染指数为 80 至 100,首要污染物为可吸入颗粒物,空气质量级别为 II 级。

今明后三天天气预报

今日,晴转多云,偏南风 3—4 级,最低气温 4—5℃,最高气温 18℃。
明天,晴到多云,最低气温 5℃,最高气温 18℃。
后天,多云转阴,最低气温 8℃,最高气温 26℃。 唐奕

»资讯

艾滋病预防项目启动

日前,无锡市疾控与江苏省疾控中心签署了“江苏省全球基金艾滋病项目工作任务委托书”,标志着该项目在无锡正式启动。

江苏省全球基金艾滋病项目的总目标是扩大江苏省艾滋病预防、治疗和关怀服务,促进高危人群及艾滋病感染者或病人对综合服务的全面可及,形成全社会共同参与的防治艾滋病机制。实施时间为 2010 年至 2012 年。无锡市疾控中心将以暗娼、静脉吸毒人群、男男性行为人群、流动人口、艾滋病病毒感染者(或病人)和孕妇为目标人群,在全市重点实施艾滋病高危人群干预工作,干预人数将达到 10 万余人。陆媛

新市民服务中心问世

昨日下午,无锡首家新市民综合服务中心在广瑞路街道成立。新市民综合服务中心与社区服务中心类似,但又有所不同。该中心涵盖新市民党支部、流动妇女之家、新市民青少年之家、新市民培训学校、新市民法律学堂、新市民文化艺术团等多个服务平台,同时还有维权功能。

广瑞路街道 6 年前成立的新市民亲情理事会是新市民综合服务中心的前身。今年 1 月份,新市民综合服务中心在崇安区民政局注册成立。昨日正式揭牌成立后,该中心将向辖区 1 万多名新市民提供计划生育、治安管理、党团管理、就业指导、政策宣传、文体娱乐、房屋租赁、家政中介、子女代管等 10 项服务。陈超

70 岁以上独居老人家中将装“防火神”

截至今年 2 月底,无锡市主城区已有 200 多户老年人安装了家庭火灾智能救助系统。至今年底,全市近 2 万户符合 70 岁以上独居条件的老人家庭将全部免费安装到位。

据介绍,家中安装家庭火灾智能救助系统后,一旦发生火灾或其他紧急事件,探测器就会自动把火警或救助信息通过无线网络传输到社区监控中心、辖区消防部门的消防巡逻车、全市 119 火灾调度指挥中心以及发生火灾家庭的业主及其亲友绑定的手机号码上,相关部门和人员在接到报警信息后能根据事先登记的信息得知住户的准确地址,并在第一时间赶赴现场开展救助,最大限度地减少人员伤亡和财产损失。计雨禾 薛晨