

过江公交车不少却总嫌挤,网友发段子调侃: 乘汉江线上下班的都是“知挤”

“世界上最遥远的距离不是天涯海角,是我在汉江线车门里,你却挤不上车!”这是网民在华侨路茶坊论坛上发的一个帖子,内容是调侃拥挤的汉江线。汉江线从江浦客运站开往汉中门,每天,不少住在江北的居民都乘这条线路到主城区上班,车子经常是在始发站就已经坐满,后面每一站上车的乘客都要硬挤上车。

自编调侃段子引起共鸣

该帖发于6月27日,共有十九条段子。比如,“汉江线的空间就像海绵,挤挤总会有的。”“上了汉江线,把王婆汤一喝,今生今世所有的痛苦都忘了。”“爱情就像汉江线,苦苦等待却怎么也等不到。爱情就像汉江线,有时候就差一点却眼睁睁看着它远去,爱情就像汉江线,以为自己追上了却发现怎么也挤不上。”诙谐的语言,把汉江线的“挤”表现到了极致。

帖子刚发出,立即引起了不少网友的共鸣,大家纷纷在下面跟帖控诉每天挤汉江线的辛苦。不少网友觉得发帖者“太有才了”,还有网友回复“坐到座位的一定要去买彩票!”但也有网友觉得看过帖子一笑之后,更多的还是无奈。

网友们编的这些顺口溜,都是揶揄南京的过江公交线太挤。

只有上下班时段拥挤

汉江线到底有多拥挤?昨天下午,记者从汉中门站上车,体验了一次汉江线。3点半,记者上了一辆汉江线公交车,大约10分钟后,车内就几乎坐满了乘客,3点40分公交车从汉中门站驶出。此后的几站都只有几个人上车,一直到公交车驶上大桥,车内还有两个空座。售票员说,这个时段车子并不是太挤。

“主要是上下班的时候,人太多了。”坐在记者身旁的张先生说,他住在新华苑,公司在汉中门附近,每天都要坐汉江线上下班,早上7点到8点间是汉江线最挤的时候,他上



漫画 俞晓翔

车的龙华广场是第三站,公交车到这里时肯定已经没座位了,“天天都是硬挤上去的,都习惯了。”张先生说他家附近只有坐汉江线过江比较方便,其余线路都要转车,比起多次转车,他宁愿“挤一挤”。汉江线过桥后,还经过大桥四处,服装城等几个站点,张先生说这几站附近都有不少小区,每次都有很多人上车,但能挤上的没几个。

下午4点25分,记者乘坐的汉江线公交车到达了终点站江浦客运中心,此时车上的乘客已经寥寥无几,“要是上下班的时候人也这么少,大桥也这么顺畅,那就好了。”司机抽着烟,向记者说道。随后,记者又乘坐157路从江北赶回城区,157路上的乘客也不少,“不是单单汉江线挤,早上157路也挤呀。”陈小姐说,上下班时段,从江北往城区的公交车,几乎每条线都很挤。

客运公司:不怪公交怪大桥

对网民的反映,中北浦口客运公司负责人告诉记者,汉江线目前配车48辆,高峰期盐仓桥发车间隔只有2-4分钟,汉中门发车间隔也只有6-7分钟。“每周一早晨汉江线确实比较挤,那是因为大桥堵车,车子发出去都回不来,但其余的日子,汉江线并不挤,运力是够用的。”他表示,其实抱怨汉江线挤的人“醉翁之意不在酒”,抱怨的是票价,希望汉江线也能刷卡。

据介绍,汉江线原本配车63辆,不过由于上个月过江隧道开通2条公交线,浦集线从汉江线抽调了15辆公交车,不过,浦集线的客流恰恰是从汉江线分流过去的,如果从车上乘客数量来看,浦集线比汉江线更加拥挤,因此,汉江线的实际运力并未被削弱。相关负责人告诉记者,

一般汉江线也就是早晨6:40-7:00会堵一下,其余都还好,特别是采取了部分车辆从盐仓桥到浦口客运公司区间运行,加快了周转频率,基本上不会造成乘客滞留。“不信,你们派人来体验几趟就清楚了,肯定不像网上传闻的那样!”

市民嫌走隧道绕得远

据了解,目前南京过江到浦口的公交线总共有10多条。不过,公交江北客运部负责人坦言,过江隧道虽然通车一个月了,可过江公交基本上感受不到什么变化:路依旧堵,客流也没有被分流走。“过江公交线配车不断在增加,小容量车换成了大容量车,可到了高峰时段,车都堵在路上回不来,周转不过来,啥办法也没有。”

有关人士分析,隧道就算不收费也很少有人走,因为隧道仅仅连接了奥体的偏远地带和江浦地区,绕行太远,仅适合江浦地区市民和安徽过境车辆使用,包括纬三路隧道也将面临同样的问题,江北地区真正的居住区在六合和桥北地带,尤其是桥北的开发非常密集,这里的人过江还得依靠大桥。公交部门认为,过江隧道应该尽早免费,并出台措施对过大桥的社会车辆进行分流,发挥过江隧道的效用,并缓解大桥的拥堵。此外,尽快使过江大客车专用道系统化,让公交通行更加顺畅,这样才能真正缓解过江难问题。最终要想彻底解决过江公交车的拥挤,还得靠过江地铁线的建成开通。

实习生 季铨 快报记者 鲍铭东

冬虫夏草什么吃法最好?

冬虫夏草是一味非常名贵的中药材,含有丰富的虫草素、虫草多糖、虫草酸和超氧化物歧化酶等功效成分,具有抗肿瘤、调节免疫、调节性功能、保护肝脏以及呼吸系统和心血管系统,被誉为“中药之王”。但这样有效的名贵药材,许多人并不知道吃法不对吸收率很低,会直接影响到药效的发挥。

中国协和医科大学特聘教授、《中国冬虫夏草研究》的作者柯传奎说,我不主张将冬虫夏草泡水喝,因为冬虫夏草表面会附着很多寄生虫、真菌孢子,把这些东西吃下肚,会影响人体健康。”

而且,这些物质用普通方法水洗,并不能去除干净,只有经过长时间的煮或者高压处理,才能真正保证卫生。而用开水泡,并不能满足这个“消毒”条件。

此外,有些人喜欢把冬虫夏草磨成粉末装成胶囊服用,这也是不卫生的。”柯教授说。

天津药物研究所副研究员李红珠则认为,冬虫夏草的很多有效物质属于大分子,比如蛋白质、核苷等,用水泡只能有少部分溶解到水中,所以药效并不理想。”北京中医药大学基础医学院副教授胡素敏表示,冬虫夏草跟茶叶、西洋参、枸杞等不同,后者均为植物,其中的有效成分在水中较容易溶出。”胡素敏还打了个比方:就像把肉泡在开水里,你说肉中的有效成分能出来多少?”胡素敏表示,一般冬虫夏草每天的服用量在3-9克之间为好,低于3克则基本无效。

现在虫草有了更好、吸收

率更高的吃法,那就是服用从优质虫草中萃取提纯有效成分再加以浓缩制成的胶囊。中科院的科学家们经过多年的试验攻关,终于成功研制出富含虫草有效成分的浓缩制剂——中科虫草浓缩胶囊。它对虫草中的虫草多糖、虫草酸、虫草素等有效成分加以浓缩,其中虫草素是普通虫草的60多倍。更重要的是,因为虫草浓缩胶囊中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,极易被人体吸收,中科院虫草浓缩胶囊的人体吸收率达到90%以上。每天服用4粒虫草浓缩胶囊即相当于服用9克虫草。

中科院虫草浓缩胶囊——浓缩精华 臻于至善

1. 优质菌种 系出名门

中科院虫草浓缩胶囊之菌种源自青藏高原3000-5000米高寒山区,提自野生的名贵药用冬虫夏草。每一株菌种都经过层层筛选,杜绝以次充好。菌种均经中科院微生物所鉴定。

2. 高度浓缩 极易吸收

中科院虫草浓缩胶囊以先进的萃取浓缩技术精提而成,对虫草中的虫草多糖、虫草酸、虫草素等有效成分加以浓缩,其中虫草素更是原子实体的60倍之多。科学实验证明,虫草之萃取精华极易为人体吸收。

3. 阴阳双补 入肺下肾

虫草是自然界中唯一的动物与真菌的结合体中药材,“入肺”是针对肺阴不足之咳嗽、哮喘、气管炎等症,“下肾”是针对肾阳不足之阳痿、遗精、腰酸酸痛等症。经浓缩而成的中科院虫草浓缩胶囊对人体的作用更胜一筹。



中科院虫草浓缩胶囊和普通虫草的有效成分对比

	虫草素	虫草多糖	虫草酸	必需氨基酸	超氧化物歧化酶
普通虫草	0.007%	1%	6.5%	19.9mg/g	54单位/毫克
虫草浓缩胶囊	0.47%	25%	12.7%	168mg/g	844单位/毫克
对比倍数	67.1	25	1.95	8.5	1.56
主要功能:	抗肿瘤	提高免疫力 降血糖、血压、血脂 保护心脏	保护呼吸系统 (气管、肺等)及肝肾	调节 新陈代谢	延缓衰老

4. 服用、携带方便

中科院虫草浓缩胶囊是胶囊包装,便于外出旅游携带和服用。一般冬虫夏草每天的服用量在3-9克之间为好,低于3克则基本无效。中科院虫草浓缩胶囊,一日服用4颗相当于服用9克虫草。

金贵的冬虫夏草,您吃对了吗?

泡水喝 吸收率:3~5%
首先卫生不能保证,因为冬

虫草表面会附着很多寄生虫、真菌孢子,把这些东西吃下肚,会影响人体健康,只有经过先进的消毒技术处理,才能真正保证卫生。而且冬虫夏草跟茶叶、西洋参、枸杞等不同,后者均为植物,其冬虫夏草属于昆虫动物和真菌的混合体,很多有效物质属于大分子,很难溶解。

磨成粉喝 吸收率:4~7%
现在还是有很多人喜欢把冬虫夏草磨成粉末,然后冲水服用,这也是不卫生的,而物理

粉碎对冬虫夏草的物质结构没有实质性地改变,所以吸收效果不佳。

水煎 吸收率:5~10%

水煎,就是熬中药,时间一般为40分钟-1小时,冬虫夏草中的有效成分会溶于其中,但处方中还有其他中药,其有效成分易被药渣吸附,那么人体的吸收量也就微乎其微了。

炖汤 吸收率:25~30%

炖汤,一般将冬虫夏草和老鸭一起用小火炖,时间为1-2小时。这是一种传统的食用方法,但其中有效成分还是以大分子的形式存在,所以人体的吸收量还是达不到要求。

泡药酒 吸收率:3~5%

泡药酒,将冬虫夏草放入白酒或黄酒中浸泡一段时间后饮用。冬虫夏草的活性成分只有4%溶于乙醇,如果泡酒,真是太浪费了。

虫草专家鉴定: 不管上述哪种方法,冬虫夏草的营养成分都不能被完全释放出来,即使把冬虫夏草实体吃掉,被人体吸收的有效成分也很有限。食用浓缩类胶囊,因为胶囊中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,很容易被人体的肠胃

吸收,中科院虫草浓缩胶囊的人体吸收率达到90%以上。

相关文献>>>

冬虫夏草对人体益处甚多,而副作用甚微,随着医疗保健事业的发展,人民生活水平的不断提高,对滋补保健品的需求越来越多,内销和出口均将不断增加。近年来人们不断地对冬虫夏草功效进行开发研究并积极拓宽其用途,其中在抗疲劳、强身延年、延缓衰老、增强常压耐缺氧能力、抗肾损伤、抗病原微生物、镇静、解毒、抗菌、免疫调节、平喘及祛痰、抗癌及对心血管、血液系统等方面有较为显著的作用。

——《中药药理学》

适用人群:

- 各类肿瘤患者
- 患有急、慢性肾炎、肾衰、肾虚、尿毒症、糖尿病的人
- 肺炎、肺结核、肺气肿、哮喘、慢性支气管炎患者
- 患有心肌炎、心律不齐、脑中风、脑血管、血管硬化、高血脂、高、低血压的人
- 急、慢性肝炎、肝硬化患者
- 病后体衰、产后体虚者
- 年老体弱者
- 亚健康人群

中科院虫草浓缩胶囊 专卖地址:中央路131号
订购热线:025-83223131

友情提醒: 由于中科院虫草浓缩胶囊备受消费者欢迎,经常出现刚上柜就被抢购一空的场面,请提前致电订购热线预订数量,团购50瓶起,精品礼盒装现已上市,欢迎订购!
全国统一零售价:1280元/瓶(一个月服用量)
好消息:7月5日前买6送1买10送2