



冬天? 夏天? 我晕!

这是昨天广州路上“冬夏混搭”的一道风景:有人穿短袖、有人“捂”着厚外套。时近12月份,天气却如此闷热,实在让人搞不懂是什么季节。

快报记者 辛一 摄

冬天也能吃上新摘的葡萄了



江苏省农科院供图

快报讯(记者 毛丽萍)现在也能吃上新鲜采摘的葡萄,您信吗?昨天,记者在江苏省农科院溧水基地的葡萄园里看到,用塑料苫盖的大棚内,晶莹剔透的葡萄挂满枝头。这是该院浆果研究室承担的省农业科技自主创新项目——“葡萄设施延后栽培适宜品种筛选与关键技术研究”的新成果,葡萄的采摘期至少可延长到11月底。

记者注意到,与草莓大棚不一样,葡萄大棚的底部并不密封。记

者摘下一颗葡萄品尝,很甜!

众所周知,葡萄的上市时间集中在八九月份,10月以后,市场上销售的葡萄主要是在冷库中保鲜的贮藏葡萄。如何让老百姓在冬季吃上新鲜采摘的葡萄?江苏省农科院园艺所浆果研究室副主任吴伟民及其团队经过两年的钻研,成功推出了11月底仍可新鲜采摘的“白罗莎里奥”。吴伟民告诉记者,通过前期控水、控肥等一系列技术手段,推迟结果母枝上的冬芽萌发时间,同时进行产量控制,亩产一般保持在2000斤左右,而一般葡萄的亩产在5000~6000斤。

至于白罗莎里奥什么时候上市,吴伟民称还要再等等。他说,在今年示范成功的基础上,明年计划在苏中、苏北、苏南新增2~3个示范点,然后再向农民推广这项技术,帮助地产葡萄错峰销售。


合理饮食 冬天hold住体重

快报讯(通讯员 宫丹丹 记者 刘峻)冬季人们胃口大开,但在棉衣的包裹之下,不容易发现自己正在慢慢发胖。江苏省人民医院营养科主任李群提醒,冬日更要合理饮食,才能hold住体重。

冬季到底该如何吃?李群说,可以多吃一些润肺去燥的食物,如银耳、莲子、莲藕、核桃仁、黑芝麻、山药等;此外也可多吃一些补肾之物,如枸杞、鱼虾、乌骨鸡等。但切记不可过量。

对于体弱消瘦的人,板栗烧鸡和山药枸杞是不错的选择。饮食中可适当增加黄芪、党参、红枣等补气、补血的药物,增强免疫力。对于肥胖的人,要以素食为主,多吃豆制品、蔬菜、低糖水果。蔬菜以萝卜、包菜、生菜、海带丝和富含膳食纤维的西芹为佳。

在注意饮食的同时,也要适当运动,可以做做足疗,打通经络。另外,到大自然中呼吸新鲜空气,适量运动,是对身体最好的保护。

	人体舒适度指数 -1级 人体感觉较为舒适。		感冒气象指数 2级 感冒发生几率较小,但体质较弱的朋友仍需适当防护。
---	------------------------------------	---	---

秋季被拉长,叶菜产量大增,价格下跌 曾卖到肉价的香菜:2元/斤



快报讯(记者 夏天)物价部门要求南京的超市和平价店必须有5个以上的蔬菜品种价格在1元/斤左右,对菜场并没有这样的要求,但记者发现,菜场里相当多的叶菜每斤已经降到了1元上下。

在科巷菜场,白萝卜下降到0.6元/斤,大白菜每斤0.5元左右,最低的0.4元,牛心包菜0.8元/斤,花菜1元/斤,黄心土豆

1.3元/斤,生菜1元/斤,青菜0.8~1元/斤,水果萝卜1元/斤,小白菜0.7元/斤,茼蒿1.5~2元/斤。锁金村和香铺营两家菜场的白菜卖0.6元/斤,上海青0.8~0.9元/斤,小白菜1元/斤,芹菜1.3~2元/斤,包菜1~1.5元/斤,花菜1~2元/斤,生菜1.5~2元/斤。

尤其引人关注的是,今年9月份直逼肉价的香菜价格大幅下跌。记者在科巷菜场看到,许多摊位都有香菜卖,价格都在2元/斤。一位来自六合的菜农表示,接下来香菜的价格还要降,降到“只有块把钱一斤”。

小雪节气之后,南京的气温一直在十几度徘徊,最高时达到20℃左右,现代快报前两天报

道说,今年南京秋季已跨越70多天了。科巷菜场摊主表示,这样的天气特别适合叶菜的生长,有的蔬菜甚至是“疯长”,像菠菜、芹菜、青蒜等蔬菜的长度都比较长。科巷另一位摊主表示叶菜产量大幅增加,上市量集中,现在有的叶菜已经卖不动了,这是价格不断下跌的主要原因。

在谈到香菜价格大幅下跌的原因时,在科巷菜场门口摆摊的摊主告诉记者,香菜不耐高温,天气很热的时候,它的生长速度慢,个头小,产量低,这是今年9月份香菜卖出肉价的主因。而现在十几度的气温,特别适合其生长。记者看到,这位摊主卖的香菜特别长,远看还以为是芹菜。

男性健康冬暖行动

暨“五位一体”男科便民医疗体系推广

时间 / 2011年12月1日 - 2012年元月31日

建立融教育普及化、咨询专业化、指导科学化、检测精准化、治疗规范化的五位一体男科医疗体系,一直是中国性学会及全国男科医护工作者的共同愿望。在第12个世界男性健康日(2011.10.28)之际,该体系终于在南京建国男科医院得以实施。

为了使“五位一体男科便民医疗体系”能够更好的推广,切实为广大男性搭建便捷、私密、规范的就医平台,构建家庭与社会和谐,由中国性学会、吴阶平医学基金会、南京建国男科医院联合

组织多家影响力媒体共同发起的“2011'男性健康冬暖行动暨五位一体男科便民医疗体系推广”活动于12月1日在南京建国男科医院全面开展,推广各类男科疾病最新的规范诊疗方案。旨在让广大男性朋友关注男科疾病,参与规范医疗的普及。为推动此次活动的顺利开展,吴阶平医学基金会决定提供部分基金,作为男科便民医疗体系推广的专项补贴基金,为广大男科病患者提供更多的实惠。

最新治疗技术 补贴项目

手术项目	补贴金额
尿道下裂成形术	800元
RF阴茎敏感神经分离术治疗早泄	600元
改良Z型皮瓣阴茎延长术	300元
针式显微通脉技术治疗精索静脉曲张	100元
显微激光离子微创术治疗包皮过长、包茎	80元
治疗项目	补贴金额
数字程控腔道靶向技术	300元/次
第三代智源肽传导技术	260元/次
无极光聚焦术	200元/次
太空热光源定位治疗技术	200元/次
第六代CRS超强波渗透技术	100元/次
HZD强力透膜螺旋场效应	50元/次
动脉血管内皮功能激活术	50元/次

所有男科化验、检查、检测项目 在国家卫生、物价定价的基础上 优惠 50%

- 淋球菌镜检
- 淋球菌培养
- 念珠菌镜检
- 尿流率检测
- 前列腺液常规
- 前列腺按摩、指检
- 前列腺液培养、药敏
- 支原体培养、药敏
- 衣原体培养
- 血常规
- 血压
- 彩超
- 优生五项
- 性激素检测
- 阴茎血流检测(CDDU)
- 阴茎多普勒检测
- 早泄(PE)检测
- 夜间阴茎勃起检测(NPT)
- 生殖腺髓反射检测
- 视听刺激阴茎硬度测定(AVSS)
- 阴茎背神经传导速度检测
- 精子质量分析
- 抗精子抗体
- 阴茎皮肤 / 脊髓体感神经诱发电位检测



中国性学会男性健康公益大使
央视体育主持人:韩乔生

◎中国性学会冬暖行动专家委员会提示,男性有以下症状应积极参与本次活动:

- * 尿频、尿急、尿痛 * 尿道灼热、尿滴白 * 尿等待、尿不尽、尿分叉 * 阴囊肿大、疼痛 * 腰酸、小腹坠痛、失眠
- * 下腹、腰骶疼痛 * 尿道口流脓 * 尿道口红肿、分泌物增多 * 包皮过长、包茎 * 房事过快(阳痿、早泄)
- * 会阴、阴囊潮湿 * 尿道有微痒感 * 会阴、外阴瘙痒 * 性功能减退 * 有不洁性接触史

“五位一体男科便民医疗体系”运行研究中心特别提示

活动期间,更多检查费、手术费、治疗费补贴项目及金额请见院内公示,或登录官方网站 www.jg91.com 查询。 活动热线 / 025 5223 8888 门诊时间 / 8:00-21:00
南京建国男科医院地址 / 长乐路238号(武定门旁,院内有大型免费停车场)