

# 今年流行吃参 找到适合自己的才更补

长白山野山参8元/克起 行家:小剂量起步,逐步增加

广电惠民生活馆推出的“2019广电惠民冬季进补盛宴”火爆进行中,由长白山直接供货的野山参在全城率先上柜!为确保营养价值,100支专程空运到宁,支支品相俱佳,参香浓郁!市民可到建康路277号的广电惠民生活馆选购。届时,不仅有野山参,还有海马、海龙、鹿茸、鱼胶等高档滋补佳品等您来。

本场活动优惠多多,西藏那曲整根虫草低至79元/克,每人限购50克、马来西亚燕窝低至14元/克、大连淡干海参低至1980元/斤、加拿大进口西洋参0.78元/克起、正宗云南文山三七仅合140元/斤、雁荡山铁皮石斛低至1.9元/克、灵芝孢子粉1.9元/克起、野生天麻低至0.78元/克、紫丹参0.2元/克起、东阿县皇阿阿胶糕,499元/斤,买3斤送1斤,买5斤送2斤。



## 那么,野山参该怎么吃? 小剂量起步,慢慢增加

很多人都听过吃野山参流鼻血的故事,以为山参性热,这是误解。现代野山参用生晒方式加工,《中国药典》记录:野山参性平。不温也不凉,大补元气,扶正祛邪。



为什么有些人吃了容易出现头晕、流鼻血的情况呢?广电惠民生活馆孙店长介绍:“关键是剂量出问题,有的人吃参,恨不得今天吃下去明天就生龙活虎,剂量用得很大。市民应牢记吃参要从小剂量起步,没有不良反应,再加一点,如此摸索到自己的最佳剂量。或者先服用几天,停几天后再接着服用。万一吃多了,也不用慌,可以吃一些萝卜化解。”野山参常服才能“轻身延年”,不求立竿见影,但求水滴石穿,经常服用效果更好。

## 先吃参须,然后主根

孙店长还说:“一支参,不同部位的药效功力也不尽相同。相比而言,参须的功力较弱,最初的两三天,可以先吃参须,让身体渐渐适应。接着再吃支干,顺序是从下往上吃,分三段清炖吃,最后吃上面的老根。从量上说,一般每日量为1克左右。一支10克的参,建议花个把月吃完。这样人体才可以慢慢适应和有效吸收。”

炖参也很有讲究。把野山参放进有盖的碗中,隔水慢慢地炖。炖参不能让它出气,参里面有挥发油,是有效成分,所以不能像普通草药一样煎熬吃。野山参微苦,可以稍许放一点桂

圆,或者放点冰糖。吃过了参后,浓茶不能喝,萝卜不能吃,海鲜最好也忌口。

## 虽是野山参,有的价格也不贵

怕冷和大病初愈的人很适合吃些野山参。疾病初愈,开刀出院元气大伤,体质虚弱,是使用野山参的最佳时期,大补元气,防止体虚复发,调补体质,充盈神气。但患病初期市民慎用,用则可能适得其反。用通俗点的话来说,如果你没有很不舒服,只是想吃参补一补,谨慎地从小剂量开始,摸着石头过河;如果你觉得哪里不舒服需要吃参调理,那么最好先去看看医生,把自己的情况弄清楚再决定吃什么。

## 来“进补盛宴”买野山参8元/克起

“野山参的市场需求量其实很大的,但由于保存不易,很多地方都不会轻易大批量进货。”广电惠民生活馆负责人坦言,今冬,为了满足南京市民对野山参的需求,特派产品经理亲赴长白山筹备了一批正宗长白山野山参,价格实惠,品质上佳,买来自己吃非常划算:生长年限在12年~13年的野山参,8元/克起。

## 老顾客怕抢不到 提前来电预订野山参

“哇,今年这么早就开卖长白山野山参了,简直让人喜出望外,我想预订六支12年~13年的。”陆续有不少老会员打进热线咨询情况,其中不少老顾客还想交钱预订。

市民张女士是办公室白领,忙碌的工作之余她非常注重养生,广电惠民生活馆推出的许多原产地山货,她都有购买,包括西藏那曲虫草、文山三七等。“去年底我也在你们这里买了好几支野山参,回去用老母鸡炖起,参鸡汤鲜美又滋补!”张女士说,“我相信你们惠民生活馆的品质,价格实惠,还能看着实物挑选,放心!”

得知此次“进补盛宴”野山参只有100支,张女士怕到时候购买者太多,所以想提前预订。对此,广电惠民生活馆负责人表示,此批长白山野山



参都是当地参农今年采挖的,每支都不一样,重量也不一样,建议感兴趣的市民尽早来现场挑选。

## 野山参原支原形 原汁原味营养价值高

野山参性平,大多情况下,一年四季都可以吃,尤其适合秋冬季。

广电惠民生活馆孙店长介绍,野山参每年的生长期很短,一年当中,6~9月是生长旺季,10月中下旬是初霜,次年5月下旬是终霜,冬眠期长达200多天。每年9月到10月下旬,当人参籽变红时,参体的人参皂甙等营养物质含量达到峰值,是采挖最佳时机。

“刚采挖的新鲜野山参力道非常足,一般情况下,在0~4℃可保存1~2个月。如果超过时间,营养物质流失严重,就谈不上什么滋补效果了。”因而,刚挖出来1个多月的野山参,原支原形、原汁原味,营养价值是非常好的,欢迎广大市民前来选购。

热线:025-66065188

地址:南京夫子庙建康路277号(淮清桥向西50米)

交通:江苏广电惠民生活馆4路、7路、30路、44路、202路建康路·夫子庙站

地铁3号线夫子庙站3号口向东40米(近招商银行)

广告

# 一枚硬币就能阻止车门锁上?

快报记者实测多辆车,发现不可靠;警方:保险起见,锁车后拉下把手

近日,在社交平台上,一个视频被网友热传。视频显示,只需一枚小小的硬币,就可以阻止车门锁上。很多网友看了视频不禁要问:果真如此,车内财物不是有被盗的危险?为此,现代快报记者进行了实验。结果显示,网传视频内容并不可信。不过警方还是提醒车主,为防万一,锁车之后最好拉一下门把手。

现代快报+/ZAKER南京记者 于露 季雨

## 热传视频 用枚硬币可阻止车门锁上?

网上热传的视频里,一名男子趁着车主不注意,将硬币放在后车门外把手处,随后将车锁上。车主下车后将车锁住,令人震惊的是,男子居然打开了后车门,幸亏被及时赶来的车主父亲发现。

对此车主还有些疑惑不解:自己走的时候,车明明上了锁,小偷是怎么进去的?

紧接着,两人开始做起了测

试。车主父亲将硬币放在后车门外把手处,随后将车锁上。此时,虽然前车门打不开,但是夹了硬币的后车门可以打开。车主感叹:“原来这枚小小的硬币,真能阻止车上锁。”

视频下方,有网友留言:大众车打不开;还有网友测试后说:“我的是不行!卡个硬币之类的锁了也拉不开。”

## 记者实测 不靠谱! 多款车门都打不开

那么硬币到底能不能阻止锁车呢?11月27日,现代快报记者进行了测试。记者首先选取了一辆本田轿车,按照视频里的步骤,在车门关闭后,将硬币卡在后车门外把手内,再将车门上锁。不过记者发现,后车门并未被打开。随后,记者又以同样的方式对尼桑、江淮等车做测试,均未能成功打开后车门。

网传的“硬币撬车门”靠谱吗?就此问题,记者咨询了南京新港汽车维修服务有限公司技术经理武

玉林。据悉,武玉林有20多年汽车维修从业经验,他告诉记者,在看完视频后,他试了本田、大众、丰田、雪佛兰等车型,均未能将车门打开。“大部分车只要关平了,门关到位了,就算是里面有硬币,也打不开。”武玉林的说法也印证了现代快报记者的实测结果。

针对视频内容,武玉林称这是特殊情况,“可能是后门没有关好,也有可能是车辆门锁功能设计得不太完善。许多车辆一个门关不好,车是无法锁起来的。”



现场实测 现代快报+/ZAKER南京记者 季雨 摄

## 警方提醒 防患于未然,锁车后拉下把手

现代快报记者了解到,今年南京溧水警方就破获了车内财物被盗案件30余宗,涉案价值十万余元。大部分都发生在夜间,且主要集中在背街小巷,和无人看管的停车场。

南京市公安溧水分局交警大队明觉中队民警赵辉在接受记者采访时表示,驾驶人应尽量选择正规的停车场,或者有人看管的场所进行停放。在路边临时停

靠时,要利用后视镜和两侧倒车镜观察周围情况。“如果有人在附近来回走动,要留一个心眼。锁车之后,拉一下门把手,确定是不是真的锁上了。”

赵辉表示,贵重物品不要放在车内是老生常谈的话题,但还是要请大家注意。“驾驶人如果将皮包等贵重物品放在车内,很容易引来窃贼的光顾。防患于未然,是非常必要的。”

## 天天出彩

### 体彩超级大乐透(19136期)

开奖号码:	03 16 20 26 29 + 03 09	
本期中奖情况		
奖级	中奖注数	每注奖金
一等奖基本	9注	10000000元
追加	5注	8000000元

### 体彩排列3(19317期)

中奖号码:	4 2 3
投注方式	本地中奖注数
直选	236注
组选3	0注
组选6	346注
	173元

### 体彩排列5(19317期)

中奖号码:	4 2 3 3 8
奖级	中奖注数
一等奖	19注

### 福彩15选5(2019317期)

中奖号码:	2 5 9 13 14
奖级	中奖注数
特别奖	0注

### 福彩3D游戏(2019317期)

中奖号码:	5 4 8
奖级	江苏中奖注数
单选	683注
组选3	0注
组选6	346元

### 福彩3D游戏(2019317期)

中奖号码:	1 1 1 7 2 6
生肖码:	马
奖级	中奖注数
一等奖	0注

### 福彩七乐彩(2019136期)

中奖号码:	1 4 5 10 16 22 25
特别号码:	9
奖级	中奖注数
一等奖	0注

## 体彩鸡毛信

### 体彩大乐透“惠民大放送”火热进行中

江苏体彩独家开展的体彩大乐透“惠民大放送”活动正在火热进行中,活动期间,购买超级大乐透单票满10元,且票面出现特定幸运文字的,可获得华为Mate30手机、大乐透随机票等奖品。

苏堤