

您的厨房有没有这些“急救药”? 一些食材也是应对意外情况的好帮手

□据 健康网

厨房里的食材,不仅可以烹调出美味的食物,而且还是治疗意外的好帮手。

恶心、呕吐不妨吃点姜

姜根里含有生姜醇和姜烯酚成分,可以缓和胃蠕动的频率,具有止吐的作用。

蚊虫叮咬和烫伤用小黄瓜、薄荷和芦荟

小黄瓜、薄荷和芦荟都有清凉、镇静的功效。将其涂抹在蚊虫叮咬处和烫伤处,就能有效止痒和消肿。

出荨麻疹用香菜和米酒擦

中医师廖丽兰指出,浑身出荨麻疹后,将香菜泡在米酒里,然后

涂抹全身,能暂时缓解瘙痒。因为香菜能帮助发汗,起到驱风解毒的作用,而将其与米酒混合,可快速预防皮炎发炎。

扭伤用芦荟和粗盐

廖丽兰称,轻微的扭伤可敷上具有消炎功能的芦荟,轻轻按摩患处,以缓解不适。

打嗝吃白糖或喝柿子蒂熬的水

美国纤维肌痛和慢性疲劳综合征研究中心医学研发部专家称,如果你打嗝,就吃1~2茶匙的白糖吧。



(资耕图片)

四种食物不宜带皮吃

□据 新华网

你一定听说过,果蔬皮中富含丰富的营养物质和活性成分,因此,要连皮吃蔬果,人体才能全部吸收。

土豆 土豆炖牛肉、地三鲜等经典名菜,是百姓餐桌上的常客。很多人会把土豆连皮一块儿煮,以为高温过后一切问题都迎刃而解

了。其实不然。土豆中含有一种叫做“茄碱”的物质,以抵抗病虫害。而土豆皮中茄碱的含量较高,其在人体内积累到一定数量后就会引起中毒。

红薯 红薯营养丰富,但属于碱性食物,吃多了会“烧心”,红薯皮含碱更多,如果常带皮吃红薯,会引起肠胃不适。

的红薯皮则可能是受了“黑斑病菌”的感染,吃后可能引起中毒。

荸荠 荸荠甜脆清爽,是很多人的最爱。但是荸荠皮中可能含有姜片虫等寄生虫,如果人们吃下洗得不干净的荸荠皮,也会导致疾病发生。

银杏 银杏好处虽多,但有小毒,不宜多食。尤其是果皮中含有“白果酸”等有毒物质,过多食用会损害中枢神经系统,引起中毒。

八样物品少往家里买

□据《生命时报》

为了改善居室环境,让生活更加便利,大多数人会借助一些物品,殊不知,这可能会花钱买污染。

1.空气清新剂。它不能从源头清除臭味,喷出的化学微粒还容易被人吸入肺部。

2.下水道、马桶等卫生洁具专用清洁剂。这些东西易灼伤皮

肤、眼睛,清洁这些地方最好用小苏打加醋浸泡,再用热水冲干净即可。

3.听装食品。听装食品的包装涂有含双酚A的环氧树脂。这种化学物质与荷尔蒙分泌紊乱、肥胖、心脏病等有关。

4.杀虫剂。农药残留中的有毒成分污染空气,还能通过人们的鞋子带到地毯上,给家人健康带来隐患。

5.瓶装水。塑料瓶中的化学物质会渗入水中,影响健康,出门最好自带水杯。

6.橡胶玩具。制造玩具的聚氯乙烯会渗滤邻苯二甲酸盐和铅,前者与荷尔蒙紊乱有关,后者损害神经系统。

7.沙发垫。上面的尘螨、霉菌数量和马桶坐垫差不多。而装有填充泡沫的垫子含有毒阻燃剂,这些物质与癌症、出生缺陷、甲状腺紊乱、生殖与神经系统紊乱有关。

8.香水。香水所含的化合物超过800种。香水中的邻苯二甲酸二酯被疑致癌,也可导致生殖系统紊乱。



捡到请举手

4日,秦杰女士在王城大道附近丢失一个粉红色女士钱包,内有其身份证和购物卡,请捡到者拨打15139968551联系失主。

4日晚,刘洁在60路公交车上丢失一个红色女士钱包,内有其身份证、医保卡、2张银行卡以及一些票据和存单等,请捡到者拨打电话13383899639联系失主。

5日上午,郭女士在59路公交车上丢失一个红白条纹相间的钱包,里面有郭良沛的身份证、银行卡等物品,请捡到者拨打电话15137983416联系失主。

6日晚上,王凤民的军官证在建设路梦香阁酒店附近丢失,请捡到者拨打电话15937978166联系失主。



失主看过来

4日,孙女士在定鼎路口捡到权玉芳的身份证和3张银行卡,请失主拨打62899965联系认领。

6日晚上,王先生在青年宫公交车站垃圾箱里捡到一个表面是银色、底部是红色的皮夹,里面有姜静静的身份证复印件、1张农行卡、1张邮政储蓄卡和1张邮政银行活期存折,请失主拨打15896618458联系认领。

(文王 整理)



●2月22日8版图片说明中“中航锂电”应为“中航锂电”。

●2月22日《视周刊》6版文中“福建卫视”应为“福建卫视”。

●2月22日5版《马路劳务市场招人难》文中“打不成”应为“打不成”。

●2月24日19版《图说娱乐》第一幅图片中的人物应为哈里王子。

(感谢读者王先生、焦先生、徐女士、左女士等的批评指正)

洛阳机场航班信息 table with columns for destination, flight number, time, and price. Includes a section for international transit flights.

出门看天 weather forecast section with a cartoon character and text about daily weather and UV index.

今日天气 全区小雨雪转多云,偏东风3级转西北风4级~5级,最高温度3℃~5℃,最低温度-6℃~-4℃。

你中了吗? 玩游戏 中大奖. 请到中福在线销售厅

Table with lottery results for '中原风采' 22选5, including prize levels and winning numbers.

Table with lottery results for 福彩3D 游戏河南省开奖公告, including prize levels and winning numbers.

Table with lottery results for 福彩“双色球”全国开奖公告, including prize levels and winning numbers.

Table with lottery results for 体彩“排列3、排列5”第10059期开奖公告, including prize levels and winning numbers.

Table with lottery results for 体彩“七星彩”第10026期开奖公告, including prize levels and winning numbers.