

出门看天

今日天气

全区阴天，部分地区有小雨雪，偏东风3级左右。

明日天气

15日，多云，-3℃~5℃。16日，晴转多云，-4℃~6℃。

最高温度

7℃

最低温度

-3℃

# 多吃西红柿有助于燃烧脂肪

□据 新华社

西红柿是公认的健康食品，一些地方甚至有“西红柿变红，医生脸变绿”的说法，意思是吃了西红柿就不必要看医生了。日本一项最新研究确认，西红柿确有帮助燃烧脂肪的效果。

京都大学研究人员在美国《公共科学图书馆·综合》网络版上报告说，此前他们发现在西红柿特别是经过加热处理的西红柿汁中，含有大量能够燃烧脂肪的亚油酸“13-oxo-ODA”。在他们利用小鼠进行的动物实验中，这种亚油酸的功效进一步得到证实。

研究人员每天用含有0.002克“13-oxo-ODA”的高热量食物喂食肥胖小鼠，另一组肥胖小鼠则单纯喂食高热量食物。4周后

测量它们体内中性脂肪含量和血糖值，发现前者血液和肝脏中的中性脂肪比后者少30%左右，血糖值也比后者低20%左右。

研究人员说，这证实了西红柿的有效成分有助于燃烧脂肪。换作人适用的摄入量，相当于每餐吃两三个生西红柿或是喝200毫升西红柿汁，加热的西红柿汁效果更好。

# 短时间运动可提高老年人脑功能

□据 新华社

日本一个研究小组在《老年神经生物学》杂志上发表文章说，老年人短时间运动即可使右脑的特定部位活跃，弥补左脑承担的判断功能。

日本筑波大学和自治医科大学的研究人员以平均年龄21.5岁的20名学生和平均年龄69.3岁的16名身体健康的老年人为对象，进行了判断能力的测试。研究人

员让受试者判断给出的颜色和表示颜色的文字是否一致，统计他们回答的正确率和反应时间。之后让受试者骑自行车运动10分钟，结束运动休息15分钟后，重新接受同样的测试，并用仪器观察他们大脑各部位的活跃情况。

比较两次测试的结果，研究人员发现，学生们运动后判断速度平均提高了50%，同时他们大脑左半球的一部分表现活跃；老年组的判断速度平均提高了

16%，而比运动前受测试时表现活跃的却是右脑的右额极。

由于判断能力由大脑左半球掌管，故研究小组认为，老年人的一些脑功能虽然随着年龄增长有所下降，但经过短时间运动，大脑的其他部位会活跃起来并在一定程度上补偿衰退的左脑功能。

人们都知道运动有助于提高大脑的认知功能，而此次研究证实短时间的运动也能有益于大脑功能。

# 历史上的今天

□新华社记者 李晓建

▶1912年2月14日，聂耳诞生。聂耳是人民音乐家，云南玉溪人，生于昆明。他一生创作歌曲30余首，代表作有《扬子江暴风雨》《开路先锋》《大路歌》《毕业歌》《新女性歌》《码头工人歌》《义勇军进行曲》以及《金蛇狂舞》等民族器乐曲，也为电通影业公司《桃李劫》《风云儿女》等影片创作音乐。其中由田汉作词、他谱曲的电影《风云儿女》的主题歌《义勇军进行曲》，在新中国成立后被确定为中华人民共和国国歌。1935年7月17日，聂耳在日本鹤沼海游泳时遇难，年仅23岁。

▶1946年2月14日，世界第一台全电子数字计算机在美国宾夕法尼亚大学诞生。这台计算机名叫“电子数字积分计算机”，当时研制费高达45万美元。



1963年的中国美术馆外景

▶1963年2月14日，中国第一座国家级近现代美术博物馆——中国美术馆在北京建成。它是新中国成立10周年时筹建的北京十大建筑之一，出自杰出建筑学家戴念慈之手，由毛泽东题写匾额。

▶1972年2月14日，中国与墨西哥合众国建交。墨西哥位于北美洲的西南部，首都墨西哥城。（本栏图片据新华社）

# 在自然环境中成长有助增强免疫调节能力

□据 新华社

在自然环境中成长对健康有好处。英国一项最新动物研究证实了这一点：在农场中自然成长的小猪，与在隔离室中成长的小猪相比，有更强的免疫调节能力。

英国布里斯托尔大学等机构研究人员在新一期《儿科变态反应与免疫学》杂志上报告说，他们用一些刚出生的小猪进行了对比实验，一部分小猪在农场放养，另一部分

一生下来就被放入隔离室，在非常干净的环境中喝配方奶粉长大。

一段时间后，研究人员对它们进行检查。结果，在农场长大的小猪，体内一种名为调节性T细胞的免疫细胞数量多于在隔离室中长大的小猪。调节性T细胞的功能是调节免疫系统，使其不随便产生免疫反应，以免引起不必要的疾病，比如对一些常见物质过敏等。

与调节性T细胞数量差异相应的是，在隔离室长大的小猪断奶

时对一些新接触的豆类食物产生了不必要的免疫反应，而在农场中自然长大的小猪则表现良好。

研究人员玛丽·刘易斯说，人们常有一些经验性的感受，如在自然环境中长大的孩子不容易出现过敏症状，本次研究有力地证实了这种因果关系。调节性T细胞在人体内也存在并且发挥类似作用，孩子小时候的生活环境影响他们体内这种细胞数量的多少，进而造成免疫功能上的差异。

# 洛阳航班进出港信息

市口岸办提供 2012年2月3日开始执行

目的地	航班号	星期	起飞时间	到达时间	飞往洛阳			
					起飞时间	到达时间	单程公布票价(元)	机建燃油费(元)
北京	MU5696/5	每日	10:20	11:45	12:55	14:45	860	120
	MU5228/7	每日	22:15	23:45	19:50	21:35		
上海	MU5390/89	每日	15:30	17:00	07:50	09:40	890	180
广州	CZ3364/3	一三五	11:45	13:55	09:00	11:15	1410	130
深圳	CZ6512/1	二四六	15:35	17:55	12:30	14:50	1330	180
杭州	G52718/7	二四六	12:20	13:50	15:00	16:45	910	130
成都	G52712/1	二四六	17:45	19:35	20:20	21:45	850	130
重庆	G52696/5	二四六	22:20	23:50	11:15	12:30	960	130
昆明	MU5840/39	每日	14:50	17:20	07:30	09:45	1140	130
威海	MU5839/40	每日	10:20	12:00	12:35	14:15	1090	130
厦门	SC4824/3	一三五	23:10	00:55	20:35	22:25	1390	180

以上价格随季节、航班、舱位、乘机日期不同，票价上下浮动，以现时电脑查询为准。

八达特约 售票热线:6666 6666 八达航空全球订票网:www.badahk.com

百姓一线通

洛报集团百姓一线通 66778866

一线通特色便民项目

- 法律咨询 电话医生 心理咨询
- 养老敬老 家政保洁 月嫂保姆
- 家教辅导 杯赛培训 电脑学校
- 家电维修 空调养护 路灯投诉
- 防水补漏 采暖供暖 水暖维修
- 管道疏通 开锁搬家 电瓶维修
- 直饮机、饮水机专业清洗、保养
- 太阳能安装、维修、清理水垢
- 热水器安装、维修、清理水垢
- 美术高考培训 绘画专业辅导
- 燃气安全服务热线

你中了吗

**玩游戏 中大奖**

请到中福在线锁屏厅

2011年我市中福在线中出10个大奖

“中原风采”福彩22选5开奖公告

第2012037期中奖号码

02 05 09 10 19

奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	13注	8848元

福彩3D游戏全国开奖公告

第2012037期中奖号码

9 7 8

奖等	中奖注数	每注金额
单选	25241注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	42792注	160元

福彩“七乐彩”开奖公告

第2012016期中奖号码

01 08 10 17 21 28 29 05

奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	0注	0元
二等奖	14注	24946元
三等奖	292注	2392元

体彩超级大乐透开奖公告

第12016期中奖号码

05 14 20 29 31 08 12

奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	0注	0元
二等奖	26注	164830元
三等奖	138注	8067元
四等奖	127注	3000元

体彩“排列3、排列5”第12037期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	直选	8013注	1000元
	组选3	6890注	320元
	组选6	0注	0元
排列5	44313	62注	10万元

空气质量 (13日)

污染指数	85
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物