

## 洛阳·城事

## “吃含鼠药的肉串住进ICU”，谣言！

吃烧烤品火锅喝啤酒，如何最大限度减少健康隐患



核心提示

□记者 李岚

最近，我市有一名家长收到了一条关于“12岁男孩吃含有鼠药的肉串住进ICU”的短信。经过调查，这又是一个被改头换面的谣言。

对于想“吃烧烤品火锅喝啤酒”的“吃货”们而言，怎样吃较健康，您不妨看看下文的方法。

## ▶▶ 传言：12岁男孩吃肉串住进ICU

昨日，家住洛龙区的张先生收到了朋友发的一条短信：

二院昨晚会诊一名大辛庄村的12岁男孩，鼻腔及消化

道广泛出血……追问病史发现患者那天曾吃过肉串……现怀疑患者吃了含有鼠药的老鼠肉。补充：毒物实验已经出结果了，是老鼠药，现在孩

子正在ICU做血透。

收到这条短信之后，张先生非常担心。为了让更多人引起警觉，他把短信转发给了记者。

## ▶▶ 求证：系谣传，“事发地”涉及多省

随后，洛阳晚报记者根据其中提到的“二院”这一信息，分别联系了郑州大学附属洛阳中心医院（原第二人民医院）和市第二中医院。这两所医院证实，均没有收治上述病

例的患者。随后，记者又联系了市120急救指挥中心，相关负责人表示，最近3天没有接到相关病例。

洛阳晚报记者在百度地图上查询发现，全国有15个“大辛

庄村”，但洛阳没有这个地方。

同时，记者发现，类似的说法早已在网上流传，“事发地”涉及江苏、山东、湖南、江西等地。也就是说，这又是一条被改头换面的谣言。

## ▶▶ 建议：讲究吃法，既过嘴瘾又减少健康隐患

张先生的疑惑消除了。可是，随着三伏天的临近，约上好友到路边“大排档”吃烧烤、喝啤酒——即使知道这

种饮食方式对人体存在危害，仍旧是不少市民喜爱的饮食方式。

那么，如何才能做到既享

受美食，又能最大限度减少健康隐患呢？您不妨看看我市多个医院的营养专家总结的科学方法。

## 方法一：吃烧烤不要只吃肉不吃菜

●很多人在吃烧烤时基本以肉类为主，这样在体内产生的热量也非常高。最科学的方法应该是荤素搭配，最好是配一些深色蔬菜，蔬菜中的叶绿素、维生素C等对于消除致癌物突变有很好的作用。不过，由于烧烤食品的致癌性大小与食入量有很大关系，建议市民每周食用不超过2次。

●需要注意的是，小龙虾的颈、头寄生着多种寄生虫，必须经过高温才能完全杀死，所以千万不要用烤、炒或腌、醉等方法加工小龙虾。

## 方法二：啤酒选常温，莫追求“透心凉”

●不提倡烧烤配上冰啤酒的饮食方式。记者从我市多家医院了解到，在各医院胃肠道疾病患者中，男性患者相当一部分是因为过量饮用啤酒，特别是冰啤酒诱发的。

冰啤酒并非人人适宜，更不能过量，健康人群每天喝啤酒最好不超过1000毫升。

●啤酒白酒掺着喝，会加速酒精在全身的渗透，可能引起胃痉挛、急性胃肠炎等疾病，对脑血管健康也有危害。

## 方法三：天热吃火锅，不要过烫过麻

●有人说，夏天生冷食物吃太多会损伤阳气，吃火锅可以出汗除湿，促进新陈代谢，帮助消化，解决食欲不振的问题。其实，这一做法不可取。夏天天气燥热，过量食用温补的牛羊肉、培根、午餐肉、海鲜丸更容易上火。

●火锅过分麻、辣、烫还会刺激口腔、食管和胃肠黏膜，发生充血、水肿。如果非要“好这口儿”，还是尽量以蔬菜和鸡肉、鱼肉为主。

## 今年司法考试16日开始网上报名

□记者 赵硕 通讯员 尚剑玲

本报讯 洛阳晚报记者昨日从市司法局了解到，2014年国家司法考试定于9月20日、21日进行，6月16日至7月5日为网上报名时间，提醒广大有意参考者注意。

## ●网上报名

6月16日至7月5日。报名人员登录司法部网站(<http://www.moj.gov.cn>)进行网上报名，逾期不予补报。

## ●网上交费

报名人员须使用具有网上支付功能的中国建设银行卡，通过网上报名系统交纳考务费240元，网上交费截至7

月10日，不接受现场交费。

## ●现场个人信息采集

时间：7月14日至7月18日（每天8:30-12:00，15:00-18:30）

地点：市司法局二楼司法考试科（西工区行署路1号）。

所需材料：有效身份证件及网上下载打印的报名凭证。

市司法局提醒：报名人员应于9月5日至9月19日登录司法部网站自行下载打印准考证（彩色、黑白均可）；报名人员通过网上报名而没有进行现场个人信息采集的，将不能下载准考证；想了解更多信息，可登录市司法局网站(<http://www.lysfxz.gov.cn>)或致电0379-63334167。

## 省十二运会幼儿基本体操比赛落幕



幼儿体操比赛现场

□见习记者 潘立阁 通讯员 马欣文 记者 赵朝军/图

昨日，省第十二届运动会暨首届全民健身大会青少年竞技组幼儿基本体操比赛在洛阳新区体育馆落幕。最终，新郑市实验小学获得团体总分第一名，洛阳市实验幼儿园获得了规定操项目第一名，团体总分第四。

本次比赛，共有来自全省的11支代表队前来参加。比赛分为规定操和自编操两部分，对参赛队伍的

基本功和创意能力进行综合考核。比赛现场，小朋友们手持花球，脚步轻盈，上踢、劈叉、跳跃等动作做起来轻松流畅。

省体操运动管理中心相关负责人介绍，幼儿基本体操是专业体操的起点，也是跳水、武术等运动的基础，能全面提高幼儿的身体素质，增强学习能力、团队意识。“现在全省有上千所幼儿园开设了该项目课程，对幼儿的身心健康有很大帮助。”该负责人介绍道。

## 相关链接

## 我市已启动食品安全专项检查

夏季是路边大排档最受欢迎的时期，我市对此有哪些举措？

昨日，记者从相关部门了解到，针对夏季食物易腐败变质的特殊情况，6月至9

月，我市在全市范围内开展夏秋季餐饮食品安全监管及防控食物中毒专项行动。开展高考、中考期间餐饮食品安全专项检查，对工地食堂、企事业单位食堂及旅

景区餐饮、农家乐加大检查力度，加强农村集体聚餐管理，强化抽检监测，结合时令特点，加强对自制凉拌菜、熟肉制品、食用冰等重点品种的抽检检测。

<p><b>洛阳晚报</b></p> <p><b>出租转让</b></p> <p>刊登时间：周一至周五 刊登范围：出租、出售、转让、招商等 电话：63330377 13939910018</p>	<p><b>旺铺招商</b></p> <p><b>嵩县黄金公寓</b></p> <p>旺铺坐落在嵩县伊东新区一桥东头，北临商业街，西临湖滨公园，风景秀丽，高速入口大道穿行而过，大楼气势雄伟壮观，门市房设计有：酒店、酒吧、旺铺、洗浴中心。总面积达6000余平方米，现已初具商业规模，是您投资的睿智选择！</p> <p>66315857 李13592037588</p>	<p><b>好房出租或转让</b></p> <p>滨河北路瀛洲桥东多余一套双气观景房，商住两用。现急转，面积：170m<sup>2</sup>，一口价5000元/m<sup>2</sup>。</p> <p>联系人：张先生 电话：13603968917</p>
<p><b>出租</b></p> <p>1.310国道营庄海鲜市场旁有20亩院，适合做汽车展厅、库房、厂房(有行车)、物流。2.机场路有车间和行车，办公室水电配套齐全。</p> <p>13693796700 马先生</p>	<p><b>临街旺铺出租</b></p> <p>王城公园大门附近400m<sup>2</sup>临街旺铺，可分割，交通便利可停车，适合多种业态。</p> <p>电话：18638838369</p>	<p><b>花木基地转让</b></p> <p>偃师颍川有花卉苗木100亩，位置优越，交通便利，水电齐全，现低价转让，有意者请致电</p> <p>13937999901</p>
<p><b>新建标准厂房出租</b></p> <p>位于310国道瀛洲河段，有厂房3000m<sup>2</sup>、1000m<sup>2</sup>，天车5台，变压器1250K，办公楼800m<sup>2</sup>，仓库600m<sup>2</sup>，交通便利。13937989390</p>		