

十大食品谣言

猪肉里有钩虫,煮不烂,杀不死?

真相:所有感染畜禽的寄生虫及微生物(包括细菌、真菌、支原体、病毒等)均可通过高温处理后被灭活,寄生虫虫体一般在80℃以上即可被杀死。网上所说的“钩虫”“水煮不烂、油炸不熟、高温杀不死”是因为它们本身并不是虫子,也没有生命,而是肌腱等致密结缔组织,所以一般的烹饪方法很难煮熟。

有毒!黑心商贩竟给西瓜打药?

真相:注射器扎进西瓜之后,会令西瓜表皮受损,这样的西瓜很容易腐烂。因为西瓜含的水分和糖分很多,如果表皮被破坏了,在炎热的夏天很容易就变质,一般商家不会这样做。

毒豆芽竟五毒俱全?

真相:2015年5月21日,国家食品药品监管总局、农业部、国家卫计委联合出台了《绿色食品芽苗类蔬菜》标准,为豆芽中无根剂使用划定限量,只要在使用限量范围内的均是可正常食用的豆芽。

青蟹被注射不明液体?

真相:有网传视频显示,一位大妈手持注射器向青蟹注射不明液体,网民纷纷猜测注射物为胡萝卜素、黄粉、蟹黄膏和尿素精等。业内多名专家证实,如此打针,青蟹很容易死。注入异物后,蟹的口感也会变得不一样,马上就会变味,商家不会这么做。

低钠盐=夺命盐?

真相:摄入盐过多是导致高血压高发的重要原因之一。因此,世界卫生组织推荐,健康成年人每天盐的摄入量不宜超过6克。卫生部门有调查显示,北京人每天食盐平均摄入量为13.4克,超过标准2倍多,农村地区更是高达16.5克。为了遏制越来越多的居民由于吃盐多而引发高血压等慢性病,本市发起过“限盐行动”,每人每天吃盐不超过6克。可盐量下降后,饭菜又太淡了,为了口感好,有的家庭忍不住还是咸回去了,为了健康和美味兼得呢?在政府的推广及媒体的宣传下,民众普遍接纳了低钠盐。因此低钠盐绝不是“夺命盐”。

你吃的紫菜和粉丝都是塑料做的?

真相:粉丝的主要成分就是淀粉和水,而淀粉本身就是一种碳水化合物,含碳氢元素,所以易燃,一般干粉丝都是可燃的。光凭能否燃烧来判定,不靠谱。紫菜藻体呈膜状,而塑料薄膜一般是用聚氯乙烯、聚乙烯、聚丙烯等热塑性塑料制成。紫菜和塑料薄膜差异较大,但由于工艺不同,可能有的紫菜好撕开,有的不好撕开,不能简单通过不好撕开就不是紫菜,还是需要科学检测。

橘子变红,竟然是用针注射甜蜜素?

真相:水果使用甜蜜素的谣言流传多年,不仅“注射”一说不靠谱,“浸泡”之法也基本不可能。因为柑橘表皮厚实且为油性,外界物质很难附着穿透,甜蜜素浸泡起不到增甜效果,包括金橘这种连皮吃的柑橘也不会使用甜蜜素。而且,注射甜味剂,虽能让橘子局部变甜,但这种橘子极易腐烂变质,得不偿失,一般不会被商贩所采纳。

黄鳝是避孕药催大的?

真相:黄鳝变得又粗又大是因为采用了科学的饲养方法,解决了影响黄鳝生长的水温 and 饵料等问题,与避孕药无关。在饲料中添加避孕药喂养黄鳝的科学试验显示,一个月内,黄鳝生长速度比不用药物的黄鳝快大约10%,但在一个月后开始大批死亡,死亡率高达50%以上。黄鳝的养殖生长周期一般都较长,如在大田生产中真的使用避孕药,将会造成严重损失。因此,黄鳝养殖中添加避孕药不仅没有必要,而且得不偿失。

隔夜饭致癌?

真相:一般隔夜菜亚硝酸盐含量不足以致癌。与新鲜蔬菜相比,隔夜菜中的亚硝酸盐含量会增加,但这个正常饮食的情况下也不至于达到致癌的量。以绿叶菜为例,如果烹调后不加翻动放入冰箱,24小时之后亚硝酸盐含量约从每公斤3毫克升到每公斤7毫克。人体摄入200毫克亚硝酸盐才可能发生中毒,这说明要达到中毒的量,至少一顿需要吃上几十公斤的隔夜蔬菜,就正常人而言,这明显是不可能的。

隔夜菜对健康最大的不利实际上是营养损失大,专家依然建议大家最好少吃。比如,维生素C比较怕热,炒菜时损失一般能达到30%至40%,如果二次加热,维生素C的含量就会保存得更少了。化了又冻的雪糕有毒?

真相:有报道称,如果雪糕贮存时达不到所需贮存温度,会引起结构变化,甚至产生有害物质,如可溶性蛋白及胶类等。

专家称,有可溶性蛋白但没有“可溶性毒蛋白”的说法。蛋白质可能对人体造成危害主要有三种情况:一是蛋白质发生变质,分解出有害的其他物质,如富含蛋白质的鸡蛋、牛奶等变质,分解出硫化物;二是蛋白质会吸引细菌大量繁殖,吃了含这些有害菌的食物,就很可能导致胃肠道疾病;三是一些人会对蛋白质过敏。雪糕融化再冻,最可能影响健康的情况可能是冷藏环境不符合要求,引发细菌过量繁殖,这和蛋白并没有关系。因此,建议买雪糕时首先要看是否在保质期内,包装有没有破损,通常应选择外形完好的雪糕,避免给细菌繁殖造成可乘之机。(新华网)

小儿用药误区

宝宝各脏器都尚未发育成熟,体质有别于成人,生病了不能乱吃药,妈妈最好遵医嘱给宝宝用药,同时,还要避开6大用药误区:

误区1:熟人推荐药物不会错

在宝宝生病时,一些缺乏经验的妈妈喜欢向其他妈妈询问治疗方法,甚至使用别人推荐的药品。但实际上,每个宝宝的生病情况是不一样的,病因也不一定相同,正确做法是按医生指导用药。

误区2:进口药比国产药好

国内药品安全问题频出,导致有的妈妈在选购药品时专门购买进口药品,这也是错误的,因为进口药存在两大风险,一是监管力度没国产药品大,质量难保证;二是进口药品说明书多为英文,妈妈们不一定能完全了解药品的用途和用法。

误区3:中药无毒无副作用

俗话说,“是药三分毒”,

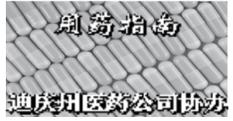
无论是西药还是中药,都具有一定的毒性和副作用。一般而言,西药会标出不良反应及禁忌事项,但中药却不标明。所以,妈妈千万不要以为中药无毒,随意给宝宝吃。

误区4:中西药混吃效果好

给宝宝吃西药,发现效果不好,有的妈妈就会带宝宝去看中医,给宝宝服用中药,甚至把中西药混在一起给宝宝吃,其实,这种做法不当,宝宝肾脏功能还不健全,多种药物同时服用肝脏可能会受损。

误区5:给宝宝用成人药

有的妈妈由于缺乏经验,在用药时会给宝宝服用成人药。虽然妈妈会把药量减少,但成人药是不适合宝宝的。妈妈最好购买婴幼儿专用药给宝宝吃,以免用错药。



森林的重要性

森林与所在空间的非生物环境有机地结合在一起,构成完整的生态系统。森林是地球上最大的陆地生态系统,是全球生物圈中重要的一环,是地球上的基因库、碳汇库、蓄水库和能源库,对维系整个地球生态平衡起着至关重要的作用。

我们的生活需要树木,因为树木能调节气候,保持生态平衡,树木通过光合作用,吸进二氧化碳保护森林,吐出氧气,使空气清新、新鲜。一亩树林一天放出的氧气够65人呼吸一辈子;树木还能防风固沙,涵养水土,还能吸收各种粉尘,一亩树林一年可吸收各种粉尘20至60吨;另外,树林能减少噪音污染。大约40米宽的林带可减弱噪音10至15分贝。噪音的污染对人类的生活、学习、工作、休息等方面都造成了很大的危害,可以说是人们的“敌人”。

因此我们更要重视植树造林。树林能使噪音减小四、五倍;树木的分泌物能杀死细菌。空地每立方米空气中约有3、4万个细菌,森林中只有300至400个。森林是地球生态平衡的重要组成部分,是调节全球水循环和碳循环的重要因素,具有不可替代的功能。

人类对自然资源的不合理开发利用,是造成生态失衡的主要原因。乱砍滥伐、毁林开荒、过度放牧等会破坏森林和草场,造成水土流失和土地荒漠化,使沙尘暴频繁出现。不合理的开发、占用土地,使耕地面积日益减少。树木是人类必须拥有的资源,我们一定要呼吁更多的人参与植树活动。(和娇 供稿)

现在,我们知道了森林对人们的作用后,我们就更要自觉履行植树造林的义务,为创造我们美好的家园奠定基础。树木是人类必须拥有的资源,我们一定要呼吁更多的人参与植树活动。(和娇 供稿)



如何预防细菌性食物中毒

细菌性食物中毒多发生在夏秋炎热季节,主要因食物在制作、储存、出售过程中处理不当被细菌污染所引起。

导致发病的原因有两种:一是由于细菌在肠道内大量繁殖引起的急性感染,常见的细菌有沙门氏菌、大肠杆菌、变形杆菌和韦氏杆菌。污染了这类细菌的食物经过高温蒸煮,细菌多可被杀死,食入后不引起中毒;另一原因是细菌在食物中大量繁殖,释放出外毒素,毒素被肠道吸收后引起中毒,属于这类中毒的常见细菌有葡萄球菌、肉毒杆菌。被这类细菌污染的食物经高温处理后虽可杀死细菌,却不能破坏毒素,食入后仍可发生中毒。

食物中毒的共同特点是吃同一种食物的人在短时间内同时或相继发病,症状相似。主要表现为胃肠炎,以恶心、呕吐、腹痛、腹泻为主,往往同时伴有发烧。感染的细菌不同,引起食物中毒的表现也各不相同。食物中毒的治疗主要是清除毒物、控制感染、尽快补液和对症治疗。一些特殊细菌污染引起的中毒如肉毒杆菌中毒还需要抗肉毒血清等特殊治疗。

细菌性食物中毒多为全家同时发病或在食堂吃同一种食物后集体发病,临床表现基本相同,一般诊断不难,但要确定细菌的具体类型,还需作大便细菌培养。

这类中毒的治疗原则是清除毒物、控制感染、尽快补液、对症治疗。轻型病人经过催吐、导泻、禁食等处理,就可以恢复。吐泻较重的患者,应尽快去医院补液、纠正脱水、酸中毒,并口服或静脉应用抗生素杀菌。如果已查明导致中毒的病原菌,应有针对性地选择对细菌敏感的抗生素治疗。肉毒杆菌食物中毒比较特殊,需尽早使用抗肉毒血清,出现呼吸衰竭时还需要呼吸机辅助通气等应急措施。小儿食

物中毒比成人来势凶猛,一般情况下都需要去医院诊治。

病从口入,预防食物中毒主要是加强食品管理,注意饮食卫生,尤其是在夏秋季节,对肉、鱼、蛋、菜、牛奶等的加工制作、运送、储存过程,都要特别精心,防止食物污染变质;剩菜剩饭应放在凉爽通风的地方,时间不能过长,吃前必须加热;生食的蔬菜水果要彻底清洗;腐败发酸的食物决不能再吃;注意切生熟食品的菜板要分开,以防熟食被不洁的生食污染。此外,对从事食品工作的人员,应定期检查身体,若患有伤寒、痢疾、细菌性肠炎等消化道传染病时,应暂时调换其它工作,以免引发细菌性食物中毒。(和娇 供稿)





上汽大众 SAIC VOLKSWAGEN

购上汽大众

9重豪礼等您拿

活动时间: 2017年6月10日—6月11日 活动地点: 上汽大众丽江锦锐4S店香格里拉专营店(康珠大道康珠酒店对面) 销售热线: 杨女士: 18314557220 和先生: 18760894518

豪礼一: 签到送一提抽纸

豪礼二: 135辆现车厂价仓销 百万钜惠限时现车速购2天

豪礼三: 订车客户送3件套 (脚垫、挡泥板、发动机护板)

豪礼四: 凡是订车客户 1元换购280元后备箱垫

豪礼五: 1680元车载WiFi免费拿

豪礼六: 装饰享钜惠 2000元—4000元享8折优惠 4001元—6000元享7.6折优惠 6001元以上享7折钜惠

豪礼七: 全系98款车型 最高享2年0利率信贷

豪礼八: 活动期间购车客户享 0元上牌福利

豪礼九: 朗逸、凌渡等热销车型 最高综合优惠2.5万元