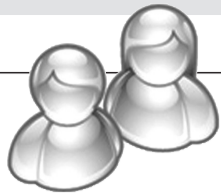


这个版面,您是主角

身边发生的逸闻趣事烦恼悲伤,想找人说说,我们倾听。拍的照片、画的漫画、写的博客,尽管发来。



请拨本报热线 67659999

请加上本报 QQ407659842 群号 7738277

稿件、图片请投入本报邮箱: cjjy@zwb.sina.net

关于野菜,晚报整理出一个简明手册

去哪里挖野菜,哪些野菜能吃哪些不能吃,一看就明白

读者征集



这些野菜能吃

不说不不知道,原来郑州的野菜有这么多种。昨日晚报发出哪些野菜能吃,到哪儿挖野菜的征集信息后,吸引了许多市民参与。

有关专家向市民介绍了一些常见的有毒野菜,提醒市民在采、购野菜时,尽量选择自己熟悉的野菜,若没有十分把握,要坚决不采、不买、不吃。

晚报记者 李丽君 实习生 韩亚男 去哪里挖野菜

“到我们这里来吧,我们这里有麦地菜、荠荠菜、面条菜、蒲公英,等等。”在花园口旅游区附近做农家乐生意的邵先生强力推荐,“到黄河大堤往花园口走,不进景区沿着大堤东边的路走就到了,这里有许多野菜可以挖。”

贺女士说,尖岗水库那边的野菜也很多。

哪些野菜能吃

家住二里岗街道办事处西社区的孟文杰更是慷慨解囊,把亲身体会以及祖辈流传下来的经验,知识总结出来,发来一份传真。孟文杰说,可食用的野生植物不是很多,有的植物外观与可食用野菜非常相似,但误食会引起过敏、中毒,甚至危及生命。

“我所知道的可食用野菜有:蒲公英,俗名黄花苗,味苦、性凉,不宜多吃,它与‘老驴干粮’很难区分,主要区别是,‘老驴干粮’叶子边缘整齐光滑,而蒲公英的叶子是锯齿状。”孟文杰说,面条菜与有毒植物棉兰天子外貌相似,区别在于棉兰天子叶子青翠碧绿、光滑,而面条菜则叶子微绿,给人软绵绵、毛茸茸的感觉。对光过敏者慎用灰灰菜,否则会引起过敏性皮炎。洋槐花、黑木耳也有这种副作用。米谷菜,俗称减肥草,与红苋菜十分相似。另外,郑州地区可以吃的野菜还有:枸杞子叶、马齿苋、牛心草、猪毛菜、荠荠菜、榆钱、本地槐叶、柳絮、可食野蘑菇等。”

市中医院的薛医生接受采访时称,很多野菜有毒,市民切勿乱食。可以食用的常见野菜

有荠荠菜、马齿苋、野苋菜、苦麻菜、花椒芽等。食用前,最好把野菜先放在清水里浸泡两个小时以上。常服止痛药或易过敏者应慎食野菜。

哪些野菜不能吃

金水区卫生监督所工作人员告诉记者,在城市人口密集地区、工厂和居民区附近以及受污染的河流、水体附近的野菜,都极易受污染,不宜食用。在采、购野菜时,尽量选择自己熟悉的野菜,若没有十分把握,要坚决不采、不买、不吃。

有关专家向市民介绍了一些常见的有毒野菜,提醒市民一定要仔细鉴别。

狼毒草:又名断肠草。高0.5尺到1尺,根浅黄色,有甜味。叶片呈线形,花黄色或白色,也有紫色。全株有毒,根部的毒性最大。吃后呕吐、烧心、腹痛不止,严重的可造成死亡。

老公银:根在幼苗时为灰色,长大后为浅黄色,像胡萝卜,因此又叫野胡萝卜。幼苗茎发红,无臭味,长大后臭味很大。叶和根都有剧毒,吃后会造成死亡。

苍耳子:又名耳棵。生长在田间、路旁和洼地。三四月份长出小苗,幼苗像黄豆芽,向阳的地方又像向日葵苗;长大后粗大,叶像心脏形,周围有锯齿,秋后结带硬刺的种子。全株有毒,幼芽及种子的毒性最大,吃后可造成死亡。

毒芹:又名野芹菜、白头翁、毒人参。生长在潮湿的地方。叶像芹菜叶,全株有臭味。全株有毒,花的毒性最大,吃后恶心、呕吐、手脚发冷、四肢麻痺,严重的可造成死亡。

毒蘑菇:其种类很多。生长在腐烂的物品上,形状特殊,有的像小笔、小伞,颜色鲜艳,有白色、红色、黄色。

(读者可登录这个网址: http://existo.cn/view/2008-10/8/view_1687.htm,详细了解有毒野菜。)

这些野菜不能吃



钙锌不能盲目补,家庭检测最方便

您真的缺钙缺锌吗?该不该补呢?传统上检测钙锌要去医院抽血很多人恐惧麻烦。

最近由安图生物(AUTOBIO)研制的快速钙锌检测产品——“易知盖”“易知欣”问世了,它拥有独家专利技术(专利号:ZL200420075396.8),利用人的尿液在短短几秒钟就可以测量出体内钙锌营养水平,钙锌缺不缺,一目了然。特别适合儿童、孕妇和老人在家庭使用,不用抽血,安全无创。

缺钙时孩子长不高。然而,盲目补钙造成儿童长骨组织提前闭合,同样长不高!现在很多父母经常用各种口服液给孩子补钙,盲目补钙会造成“钙中毒”!建议您使用“易知盖”“易知欣”每7-10天给孩子

检测一次钙锌含量。以保障健康成长。

建议女性朋友准备怀孕起每15天检测一次钙锌含量;或自怀孕当月起每7-10天检测一次钙锌含量。以保障宝宝发育正常。中年人处在钙流失的高发期,建议中年人特别是中年女性经常自我检测,以合理应对钙流失!

钙的“难吸收”“难沉积”的特点加上老年人的消化吸收功能衰退,老年人服完钙片后到底补进去没有?连他自己也不知道。补钙过量会造成血钙浓度过高,加重血管动脉硬化和肾脏结石。建议中老年朋友使用“易知盖”“易知欣”每周自我检测,以验证补钙效果和防止结石形成。

1.测钙就用_____,测锌就用_____。2.“易知盖”“易知欣”利用人的_____检测钙锌营养水平。3.“易知盖”“易知欣”在家庭使用,_____安全无创。4.盲目补钙会造成“_____”!盲目补钙会造成儿童_____提前闭合;老年人_____硬化和肾脏_____。姓名_____性别_____年龄_____电话_____凡填写完以上内容的朋友致电 66782071 均有机会获赠价值 49 元的“易知盖”“易知欣”产品一套(共计 1000 套)。

咨询电话:66782071 河南总代理:九州通医药 经销地址:健康人医药连锁 本草国药连锁 惠发医药超市连锁 张仲景大药房连锁 仝禧堂连锁药店 幸福人大药房连锁及各大药房诊所均有销售

债权催收公告

中国东方资产管理公司郑州办事处享有以下单位债权(利息暂计至2008年12月30日,以后利息另计):1、巩义市人民法院欠1076.41万元,郑州中院诉讼中;2、巩义市交通局欠524.47万元,巩义市法院诉讼中;3、郑州经济技术开发区经济发展总公司欠567.81万元,法院判令郑州经济技术开发区管理委员会负赔偿责任。

执政为民,诚信为本!我办在此严正声明:请上述单位自本公告之日起15日内,筹措资金偿还上述欠款。特此公告。

联系人:杨先生 史先生 徐先生 联系电话:0371-65714094/65742079 联系地址:郑州市农业路东26号 中国东方资产管理公司郑州办事处 2009年3月19日

肾病 肾衰 尿毒症患者有救了

——国家级新药打破肾病治疗难题

近日,《中国肾脏病学术交流会》发布信息,我国肾脏病研究取得重大突破,具有我国自主知识产权的专用于治疗肾病、尿毒症的国家新药尿毒排析散(国药准字Z20040046),由中国科学院研发成功,并荣获国家发明专利(专利号ZL93104296.8)。

据中科院教授介绍,该药是一种富含多种海洋褐藻活性基团的药物,在治疗肾病、肾衰、尿毒症方面改变了目前医疗界靠激素、传统中药、透析治疗及换肾维持生命的现状,取得了多项突破:1、首创胃肠透析法代替肾脏排毒,迅速降低肌酐及尿蛋白等指标;2、改善骨髓造血功能,解决贫血问题;3、修复肾单位,

恢复肾功能;4、替代血液、腹膜透析,消除体外透析带来的痛苦。

经国家权威机构临床验证:服用该药1-2个周期,患者肌酐、尿素氮等指标明显下降,尿量增加,水肿及瘙痒等症状逐渐消失;服用3-5个周期,患者肾功能及尿常规等指标恢复正常,减少或不再透析。该药安全无毒副作用,临床用于治疗:糖尿病肾病、高血压肾病、肾病综合征、多囊肾、肾囊肿、IgA肾病、肾功能不全、慢性肾衰、尿毒症等各种肾病。

日前,国家肾病专用新药尿毒排析散已在郑州市上市。 康复热线 0371-86021717 86021719

www.bepol.com 婚介婚庆 报刊网互动 覆盖更广 刊登时间:每周一至周六 24小时广告热线:63399000 晚报广告热线:67655128 0371-66216106 66216092 61599772 66678600

温馨婚介——张萍 66216106 66216092 61599772 66678600 地址:新通桥豫组宾馆5楼501室 网址:www.zzwenzin.com

本婚介机构是河南省权威、专业、高效率的婚介平台,汇集了政界人士、商界富豪、白领精英等高端人士,本机构以严肃的态度正视高端人士征婚现象,是富家征婚的窗口,是高端精英婚恋的桥梁。目前已为河南省婚介行业最具影响力的婚介服务机构之一。

- 女 22 未 164 回族护士天生丽质 女 35 独 164 本科公务员车房富 男 26 未 175 本科政府公务员 男 45 独 174 本科设计院收入丰
女 23 未 165 家族企业房产招婿 女 35 独 162 本科工程师典雅车 男 27 未 185 硕士税务局公务员 男 46 独 176 航空高管年薪百万
女 24 未 165 本科公务员靓房车 女 36 不 162 都市村庄多套房 男 28 未 183 本科回族军官阳光 男 46 独 176 司法处级车不限
女 25 未 167 本科中学教师漂亮 女 36 独 168 本科回族金融房车 男 28 未 176 本科家族企业房车 男 47 独 175 硕士富商车房随缘
女 25 未 165 本科军官容貌出众 女 36 独 165 董事长贵族名车靓 男 28 未 178 硕士设计院车房帅 男 47 独 176 本科高级法官房车
女 25 未 164 本科金融单位清纯 女 37 独 170 幼儿园园长车房靓美 男 28 未 175 本科回族金融单位 男 47 独 174 无子女经商可带孩子
女 26 未 165 硕士大学教师高雅 女 37 独 166 省厅干部气质高雅 男 29 未 175 硕士军官沉稳定 男 48 独 176 硕士金融处长房车
女 26 未 166 硕士省院医生文静 女 38 独 168 本科大学教授高 男 29 未 174 硕士干部宽房富 男 48 独 176 省政府干部车不限
女 26 未 167 硕士回族公务员靓 女 39 独 165 自办企业宽管理男 男 32 未 178 硕士外企副总房车 男 49 独 180 房地产商豪车名车
女 28 未 163 富商车带孩优先 女 44 独 168 本科公务员漂亮车 男 33 未 178 本科省厅处级房车 男 49 独 175 建筑富商带孩优先
女 27 未 162 富商住宅名车靓 女 43 独 162 不育经商带孩优先 男 37 独 176 董事长巨富带孩先 男 49 独 177 总经理儒雅名车帅
女 28 未 164 本科品牌代理车 女 44 独 168 本科医学教授高雅 男 39 未 178 本科省厅处级房车 男 49 独 180 本科政法干部车房
女 29 独 168 白领住宅名车靓 女 45 独 162 回族董事长别墅车 男 38 独 182 税务师干部车房轿 男 52 独 178 硕士处级宽房教女
女 30 独 162 本科正法机关房车 女 47 独 165 自办企业地区不限 男 39 未 174 博士部队军医儒雅 男 53 独 180 省厅干部车不限
女 32 独 165 本科医生婚史不限 女 50 独 160 自办公司职员不限 男 40 未 178 博士大学教授儒雅 男 55 独 186 省厅干部车不限
女 33 独 164 自管私企户籍不限 女 50 独 160 外企副总房车随缘 男 42 独 173 本科省厅干部房 男 60 独 174 电业局独居收入丰
女 33 独 163 不育经商带孩优先 女 55 独 162 本科医院院长房车 男 42 独 175 省直处级地区不限 男 62 独 175 董事长贵族宽房医
女 34 独 164 总经理房车不限 女 57 独 163 中学教师气质高雅 男 43 独 180 主任医师新秀丰 男 63 独 172 金融干部独居新丰
女 35 独 162 本科中学英语教师 女 60 独 160 自办加工厂老伴 男 45 独 178 董事长贵族可带孩 男 65 独 175 大学教授薪丰宽宅

见满意再交费 63831220 敬告:在双方未确定婚姻关系之前,请不要婚前同居或产生感情纠葛,更不要发生任何经济往来,否则产生一切后果自负。

成功商人 49 岁未婚诚实守信部队转业自营运输公司多年事业稳定诚寻善解人意有缘女婚后可共同创建美好家园 0371-87533768