

编者按 用药酒祛病是中国古已有之的办法,特别是天寒季节,用的就更多,但如何配药酒方法可以说五花八门,功效也因此有较大区别,亲,您是不是有啥调配药酒的好方子,别藏着掖着,拿出来让更多人受益吧,我们将视质量给予奖励哟。

有啥药酒好方,拿来分享吧

本报即日启动“原酒药方”征集活动,优秀者将获奖励

“我父亲腰一直不好,听说有些药酒有效,但不知道有什么好方子。”近日,不断有读者拨打热线电话进行咨询,希望能有人分享一些药酒秘方。为满足广大读者需求,本报特启动“原酒药方”征集评选活动。无论是您亲自用过的药酒方子还是听说的,都可以拨打本报96706120,与他人分享。

“我平时一直腰酸背疼的,后来听说了一个方子,自己泡酒喝了一段时间,好多了,你

知道吗?”近日,65岁的济南市民陆先生很得意地和老伙计们分享着自己的“宝贝”,他自己用老酒泡制的“百岁酒”。

在和老伙计们一番玩笑后,陆先生把自己的“妙方”分享了出来。“其实,这服老药方挺简单的,就是黄芪、茯神、白术、熟地、当归等十几种最常见的中药材,按照一定配方来泡酒,然后每天喝几口药酒,它最大的特点就是气血双补,久服不燥,短时间内就能升发人体阳气,祛除体内湿

邪。因此有人称它为‘百岁酒’,很多健康长寿人士常年喝这款酒,而入冬季节熬制,是最佳时机。”陆先生邀请老伙计们一起试试。

其实,我国劳动人民在几千年与疾病作斗争的进程中,深深体会到酒能将许多植物药、动物药的有效成分溶解于其中,并通过酒的通经活络、行气活血功能,使药力直达病处,较快地收到疗效,因而创设了众多的药酒,有养生健身、补气养血、壮腰补肾、活血化淤、祛

风活络的独特功能。

随着现代医疗科技的兴起,不少传统古方慢慢失传了。为此,本报决定联合相关单位,发起“原酒药方”征集评选活动。无论是您亲自用过的药酒方子还是您听说的,都可以拨打本报96706120热线分享,或者把它写成文字发送到电子邮箱Ligang052@163.com。我们将邀请中医专家进行点评,分析各药方的真假和优劣,并将评出优秀者进行奖励。

本报记者 李钢

周末生活

抽检农残谁最多?又是韭菜!

专家:要吃安全菜,一要会选二要会洗

周末天冷不愿出去吃饭,全家人在一起边聊天边包顿水饺也不错。水饺馅中,猪肉韭菜是多数人的首选,但小编必须提醒亲们注意了,最近青岛市刚刚公布了10月份对市场农产品的抽检结果,在农残方面,韭菜又“荣”登榜首,它已是连续几个月上黑榜了。这是为什么呢?难道韭菜不能吃了?

在青岛,城阳、华中、抚顺路三大批发市场是市民身边最重要的“菜篮子”。近日青岛市食药监局通报了10月份对三大批发市场的农产品抽检结果,在被抽检的180批次农产品中,不合格仅8批次,4批次为农残超标的韭菜,其中2批次为农残氯氟菊酯超标,1批次为氯氟菊酯和高效氯氟菊酯超标,1批次为毒死蜱和氧乐果超标,超标最严重的是从城阳批发市场一商户处抽检的韭菜,氧乐果竟超标33倍。

青岛市食药监局有关负责人介绍,韭菜农残超标现象较为严重,几乎月月黑榜,一直是食药监部门监管的重点。与其他蔬菜相比,韭菜为什么会残留更多的农药呢?青岛市食

药监局流通处处长孙民庆介绍,韭菜的虫害是韭蛆,生活在地下专门咬食韭菜的根。一般喷洒农药对韭蛆无效,只能采用农药浇灌根部的方式。菜农为预防虫害,在种植前施行农药浸种或种植后根部埋施农药,造成农药被韭菜吸收在汁液内,导致农残超标严重。

孙民庆介绍,农药残留会危害人体健康,以广泛使用的杀虫剂毒死蜱、杀菌剂百菌清为例,毒死蜱对人体肝脏、肾脏、脾脏等代谢系统造成伤害;百菌清会刺激呼吸系统,对眼睛造成伤害,并引发癌变。

对此,专家提醒,消费者购买韭菜时,不要选叶子油绿且粗壮厚实的,叶子蔫一些,略发黄,个头小的韭菜反倒比较正常。在选择时,可以参考各商场超市,批发零售市场农药残留公示牌上公布的当天蔬菜检测结果。

另外,正确清洗是去除蔬菜农残的关键。专家建议,清洗韭菜时,先用水冲洗掉表面污物,再用清水浸泡10分钟以上。不过,一些农药渗透能力非常强,用一般的浸泡办法只是洗



掉蔬菜表面农药,对已渗透进蔬菜内部的农药却无能为力。因此,建议浸泡时加少量洗洁精或果蔬清洁剂。如果不愿用洗洁精或清洁剂,也可用碱水浸泡5-10分钟,因为

杀虫剂一般会在碱性环境下迅速分解。无论加入什么成分浸泡,最后别忘了再用清水冲一下,这样大部分农残就会被去掉了。

本报记者 吕璐

周末天气

除半岛北部阵雪,周末大部天气晴冷

从今起三天的天气状况来看,除半岛北部可能有阵雪,我省大部分地区以晴为主。12日有冷空气活动,气温略有下降,周日气温略有回升。

本周末在我省大部分地区,外出活动建议注意保暖,虽然目前还没出现冰天雪地的景

象,最低气温也已到了零下,13日(周六)全省最低气温低至-7℃左右。周日随着北风转为南风,气温会略有回升,但仍比较冷。

近日具体天气预报如下:12日白天,半岛北部地区天气多云转阴有阵雪,其他地

区天气多云间晴。最低气温:鲁西北、鲁中山区和半岛内陆地区-5℃左右,其他地区-2℃左右。

12日夜间到13日白天,半岛北部地区天气多云间阴有阵雪转多云,其他地区天气晴到少云。最低气温:鲁西北、鲁中

山区和半岛内陆地区-7℃左右,其他地区-3℃左右。

13日夜间到14日白天,全省天气晴转多云。最低气温:鲁西北、鲁中山区和半岛内陆地区-5℃左右,其他地区-1℃左右。

本报记者 王茂林

GO·资讯

活动

坐标:济南 由本报和济南高笙KTV联合主办的寻找泉城最强音K歌大赛将于20日启动。比赛将通过海选、复赛、决赛方式最终决出冠亚军,冠军获得3000元大奖。获奖选手还有获得包装、巡演、参与录制大赛主题曲、拍摄MV的机会。现在开始报名,不限年龄和唱法。

报名有三种方式,电话:0531-85193847;微信:关注“齐鲁壹点”(qlwbyd)微信,发送“泉城最强音+姓名+电话+参赛曲目”报名;QQ群:加群325946605,将姓名、电话通过小窗发送给管理员“洒洒星空”。

坐标:临沂 13日(周六),临沂青年志愿者走进福利院活动将在临沂市荣军医院老年公寓举行。

坐标:临沂 14日(周日)10:00-11:30,临沂市图书馆·尼山书院将在图书馆四楼学术报告厅举办国学系列——“天人合一”公益讲座。

坐标:菏泽 13日(周六)上午,国学视频《神笔马良》将在菏泽市图书馆一楼报告厅播出。

演出

坐标:济南 14日(周日)10:30、15:00,木偶剧《卖火柴的小女孩》将在山东省会大剧院歌剧院上演。上海木偶剧团的艺术家用现代理念,精心策划,采用高科技的舞台设备,创造了全新的表现样式。

坐标:济南 12日(周五)19:30、13日(周六)19:30,李伯男话剧《隐婚男女》将在山东省会大剧院演艺厅上演。

坐标:济南 14日(周日)19:30,拥抱情人节——墨西哥哈帕拉吉他乐团音乐会将在山东省会大剧院音乐厅上演。哈帕拉吉他乐团一直是墨西哥吉他的代表,被认为是近年来墨西哥最杰出的乐团之一。

坐标:德州 12日(周五)19:30、13日(周六)19:30,木偶剧《卖火柴的小女孩》将在德州大剧院大剧场上演。

坐标:德州 14日(周日)10:30、15:30,大型卡通舞台剧《阿里巴巴与四十大盗》将在德州大剧院大剧场上演。

坐标:青岛 13日(周六)19:30,中国人民解放军总政治部歌舞团“燃烧的舞步”专场晚会将在青岛大剧院歌剧院举行。

展览

坐标:青岛 12日(周五)至15日,2015第十七届中国青岛国际工艺品艺术品收藏品古典家具博览会在青岛国际会展中心举行。

坐标:临沂 12日(周五)至14日(周日),2014年临沂双十二岁末精品车展在临沂鲁信国际会展中心盛大举办。

坐标:临沂 13日(周六)、14日(周日),临沂市冬季古玩收藏品交流会将在兰山区通达路46号临沂古玩城举行。

坐标:青岛 13日(周六)至17日每天10:00-16:30,王鹏鸟系列油画作品展将在青岛市市北区青岛旭峰美术馆展出。

坐标:青岛 13日(周六)至18日每天10:00-16:30,谭薇、窦易水彩画展将在青岛市市南区青岛旭峰水彩艺术馆展出,展出两位艺术家近四十幅水彩作品。

坐标:烟台 即日起至15日,中国历代经典书画高仿真展亮相烟台美术博物馆。

招聘

坐标:济南 14日(周日)8:00-12:00,环球人力杯山东历城人才市场大型基层岗位专场招聘会将在历城人才市场举行。

坐标:济南 13日(周六),济南外来务工人员(农民工)综合服务中心招聘会将在济南外来务工人员(农民工)综合服务中心举行。

坐标:青岛 12日(周五)9:00-12:00,青岛名企荟萃蓝白领综合性招聘会在李沧人力资源市场举行。

坐标:青岛 13日(周六),青岛市大型综合类招聘会将在市北区天幕城举行。

坐标:临沂 13日(周六),临沂市大型就业招聘交流会将在临沂汽车总站候车大厅东厅二楼举行。

(更多精彩周末资讯详见逸周末官方微信)
本报记者 雒武 实习生 李晓明

想知道逸周末公众微信最新分享了什么?来,扫一扫吧

九个简易小处方,让你远离癌症

癌症可以说是人类健康第一大杀手,许多人谈癌色变,因此各种防癌治病的方法层出不穷,弄得人们有些无所适从,不少人为了防癌甚至花了大价钱,效果却不咋地。其实,想让癌症远离自己,并不需要研究

多么多的学问,做多么复杂的事情,只要去掉一些不好的生活习惯,学会几个非常简单的生活小“处方”,也就OK了。

想知道咱需要去掉哪些坏习惯,学会哪些小“处方”吗?关注逸周末公众微信号

(qiluyizhoumo),查看全部详细内容吧。点击逸周末微信页面右上角头像,还可以查看历史信息哦!

逸周末粉丝QQ群(384365359)——逸家人现在也开通了,欢迎亲们回家!