

# 一个月饼“整晕”六旬老汉

医生认为,糖尿病患者对月饼应“浅尝辄止”,无糖月饼也不能多吃

本报9月15日讯(记者 宋佳 通讯员 叶杏) 每逢中秋,总有“糖友”扎堆住院。医生提醒,糖尿病患者对月饼应“浅尝辄止”,即使是无糖月饼也不能多吃。

临近中秋,各类月饼纷纷闪亮登场,一些偏爱甜食的糖尿病患者总会忍不住想要“尝鲜”。这不,就在近日,芝罘区一名六旬老汉因为贪嘴,吃了一个月饼,之后血糖噌噌涨,导致头晕、多尿加重。烟台山医院内分泌科主任隋国良介绍,每年

中秋过后,都会有不少糖尿病患者血糖骤然升高,多数血糖上升到30mmol/L,而正常人的血糖值不超过5.6mmol/L。

“这些‘糖友’每年至少面临两次挑战,一是中秋节的月饼,二是元宵节的汤圆。”隋国良说,每年这两个重大节日后,总有一批糖尿病老人因贪吃住院,有时病房都不够住的。

“月饼外皮酥软可口,原因是面粉中加入不少油脂,另外配料中还包括高能量的调

味等。”隋国良说,每100克月饼的能量在300-600千卡。

“一个中等大小的月饼所含热量超过两碗米饭,脂肪量可相当于6杯全脂牛奶!”隋国良介绍,无论何种口味的月饼,几乎都是高热量、高糖和高脂肪食品,糖尿病患者均不宜多吃,更不能当成正餐来吃。隋国良还特别强调,即使是无糖月饼也不能多吃,因为月饼高脂肪、高热量的特点并没有改变,热量仍远远高于一般的主食。

## 专家提醒

### 欢度中秋,爱惜身体

子女团聚,最高兴的莫过于老人。在此,烟台山医院内科主任医师范金英提醒,有心脑血管病的老人在节日期间,注意按时吃药,不宜太过操劳,保持情绪平稳。

此外,家人聚餐时,不要忽略对儿童的照顾,尽量避免儿童在玩耍、哭闹的情况下进食,以防食物进入气管窒息。对于中年男性,最该避免的是过量饮酒。饮酒过量,可能引起急性酒精中毒。 本报记者 宋佳

## 今年中秋 仍是十五月圆

本报9月15日讯(记者 王晏坤) 中秋节临近,市民朋友开始关心起“十五的月亮”,烟台气象专家吴树功介绍,今年中秋节与前两年一样,依然是“十五的月亮十五圆”。

吴树功称,今年中秋节满月时刻是在9月19日(八月十五)的19时13分,月亮位于双鱼座。“当天烟台17时36分月亮从东方海面升起,满月时仰角已有18°高,看起来又圆又亮;在地景的烘托下,此时的月亮也显得格外大。”吴树功说,比起前两年“十五圆”的中秋月,由于距离地球更近一点儿,今年的中秋圆月事实上要稍微大些。另外,预计今年中秋夜天气较好,便于市民探亲访友,邀月共饮。

# 五个石榴下肚,男童“便秘”两天

专家提醒,石榴虽好但不宜多吃

本报9月15日讯(记者 宋佳 通讯员 天一) “中秋石榴红,有情人团圆。”中秋临近,遍地石榴成熟,让不少市民一饱口福。但也有人食用过量,导致不适。15日,芝罘区一名5岁男童因过量食用石榴,很多石榴核堵在直肠内而患上急性直肠炎。

15日上午9点多,在毓璜顶医院肛肠门诊,5岁的东东(化名)直嚷嚷肚子疼,两天没排便的他显得很烦躁。“总想排便,但是排一点就排不

出来了。”东东的妈妈。该门诊主任玄元杰和家长交流后得知,两天前,东东在一天内吃了5个石榴,此后排便就变得不规律。记者看到,东东的小腹胀起,按起来硬邦邦的。

经检查发现,东东直肠里滞留了大量的石榴核,直肠粘膜充血。“石榴核被嚼碎后像小石子一样锋利,直接用手掏,会加重直肠粘膜损伤。”玄元杰说,最后决定用肛门镜插入肛门,将石榴核

与直肠粘膜隔离。大约半个小时后,东东直肠内的石榴核被清理干净。

“大约有一捧石榴核。”玄元杰说,这些石榴核孩子消化不了,排泄不出来,从而导致腹痛腹胀。每年石榴上市,总会收治几名急性直肠炎患者,有孩子,有老人,也有成年人。

据烟台市中医医院一位中医介绍,石榴性温,具有生津止渴、涩肠止泻、杀虫止痢的功效。石榴虽好,但也有禁忌食用群体。

“石榴含糖多,也含有大量的鞣质,大便秘结、糖尿病患者要忌食。”玄元杰介绍,肠胃功能弱的人要少吃,患有急性盆腔炎、尿道炎,以及感冒者也忌食石榴;肺气虚弱者及肺病患者,如肺痿、矽肺、支气管哮喘、肺脓疡等,切忌多食。此外,石榴含有生物碱、有机酸等,食用过多不仅会使人感到牙齿酸,还有可能对牙齿的珐琅质产生一定的腐蚀作用。吃石榴后一定要及时漱口或刷牙。

## 今晚去文化中心 看节目

本报9月15日讯(记者 王晏坤 通讯员 尹爱华) 记者获悉,9月16日晚,烟台市首届法治文艺汇演将在市区文化中心广场举行,汇演将有民间小调《老来难》、吕剧《四知太守》、小品《拔牙》等节目。

据了解,本届文艺汇演是烟台司法局、普法办今年加强全市法治文化建设的举措之一,将有10个节目呈现给广大市民,让市民在休闲娱乐中学习法律知识。

据介绍,这些法治文艺节目大多由基层群众创作,有的还是演员的亲身经历。其中,快板《劝君莫赌博》就是演员季桂芝根据自己的故事改编的,她用自己的亲身体会说明了学法知法守法守法的好处。

## 烟台1-8月CPI 同比上涨1.6%

本报9月15日讯(记者 秦雪丽 通讯员 宫连杰) 13日,国家统计局烟台调查队发布数据,1-8月份烟台市CPI上涨1.6%。其中,食品价格和居住价格是CPI上涨主推手。

从八大类价格同比涨幅来看,涨幅“四增四落”。其中,烟酒类价格涨幅回落最大,为3.1个百分点,居住类价格涨幅增加最大,为1.5个百分点。据介绍,1-8月份影响CPI变化主要有两个因素。首先是食品类价格上涨3.2%,拉动CPI上涨0.98个百分点。另外,居住类价格同比上涨1.8%,拉动CPI上涨0.34个百分点。今年新“国五条”政策出台以后,烟台二手房市场活跃,房租价格上涨较快,对居住类价格上涨影响较大。

## 烟台又有两款 月饼上“黑榜”

本报9月15日讯(记者 秦雪丽) 近日,山东省质监局2013年第11批食品省监督检验对省内生产的月饼产品进行了抽检,9月10日曾公布部分检验结果,其中,烟台有8款月饼不合格。近日,省质监局又公布了剩余产品的检验结果,烟台又有两款月饼上“黑榜”。

这两款月饼分别为烟台万富食品有限公司生产的、规格为400g/袋、生产日期为2013年8月25日的黑芝麻月饼和烟台顺德盛食品集团有限公司生产的、规格为500g/包、生产日期为2013年8月18日的顺德盛广式月饼(椰蓉馅)。两款月饼不合格的原因都为标签标识问题。

对不合格的产品及其生产企业,各相关市质量技术监督部门已按有关法律法规法进行处理。



## 视障生手握手 走完阅兵式

14日上午,滨州医学院烟台校区盲人本科班的39名视障同学参加了军训阅兵式。他们步伐整齐,口号响亮,如不仔细观察,甚至都不会发觉这是一支盲人方队,走在最前面的两位领队也只有微弱的光感。和其他方队不同的是,这支队伍“正步走”没有摆臂,而是互相手握着,迈出整齐的步伐。 本报记者 韩逸 摄影报道

## 季节交替温差大,感冒病号增两成

医生提醒,要根据天气情况适度加减衣物

本报9月15日讯(记者 段婷婷) 近日,港城气温温差拉大,不少市民因为对季节交替适应能力差,患上了感冒。15日,记者了解到,近一周内,港城几大医院的呼吸科、儿科门诊感冒病号数量明显增多,有的医院平时时增加近两成。

15日上午,毓璜顶医院儿科输液室内已人满为患。由于床位有限,有的小病号只能坐在输液室的凳子上输液。“这两天天气变化真快,早晚就感觉跟深秋温度似的,我外孙体质弱,突然就患上了感冒。”

来自牟平区的王女士告诉记者。

据毓璜顶医院儿科护士介绍,近一周内,儿科感冒患者特别多,从门诊量来看,比前一周增加了近两成。随后记者又从烟台山医院和解放军107医院了解到,不管是大人还是小孩,近段时间内,感冒、发烧和肠胃不适的患者都明显增加。

“这个季节的感冒多是受凉性感冒,随着天气逐渐变凉,昼夜温差大,很多市民适应不了频繁变化的气温,容易

感冒发烧。”毓璜顶医院感染疾病科宋波说道,夏秋季节交替时,市民一定要注意做好防护,晚上务必要关窗睡觉。

俗话说,春捂秋冻。毓璜顶医院儿科主任李爱敏介绍,气温降低后很多人会注意“秋冻”,这在概念上并不是完全挨冻,而是根据天气适度增减衣物,以免受到低温的侵袭而诱发感冒、发烧、病毒性皮疹等。小孩要特别注意头部和颈部的保暖,因为孩子这两个部位皮下组织比较薄,到门诊就诊的孩子不少都是冻坏的。

## 婚宴流行“小金罐”,吉斯果园免费送

“新婚喜上喜,吉斯送吉祥”,举办婚宴的新人们,即日起至“十一”期间,凭结婚证在相关的酒店(烟台五区市区范围内),可免费获赠吉斯果园24听装易拉罐8箱,同期购买吉斯酒业的其他产品,可享受八折优惠。喜讯热线:400 658 2211。

吉斯集团烟台苹果、莱阳梨研发的“吉斯果园”果醋饮料自面市以来,受到消费者的追捧,饮用过的朋友,都说果香浓郁,口感醇厚,是一款老少皆宜的佐餐健康饮品,而“吉斯果园”易拉罐饮料,更以独特的金色外观,被朋友们亲切地称为“小金罐”,有着“招财进宝”的美好寓意,“小金罐”正逐步婚宴上流行起来。

“婚宴流行小金罐,吉斯果园免费送”活动是吉斯集团为新人献上的一份吉祥大礼。

活动细则及相关酒店讯息请咨询服务热线:400 658 2211。

**JISI 吉斯集团** 烟台吉斯波尔葡萄酒有限公司荣誉出品  
业务热线:4237199 http://www.gisbelle.com  
烟台旗舰店地址:芝罘区南大街西首150号附1-1-5号 电话:0535-6694999  
牟平旗舰店地址:牟平区师范路426号北 电话:15254529169