

嗅觉受体差异导致味道因人而异

为了感知大千世界中形形色色的气味,人体内有约400种不同的特化感受器协同起作用,这些感受器被称为嗅觉受体蛋白。研究人员发现,嗅觉受体蛋白的氨基酸序列能发生微小的变化,每个受体实际上都有一个以上的变体,不同变体应答气味的途径不同,这些变体分布在不同个体中,使每个人都拥有一套独特的嗅觉受体组合。研究人员指出,任意两个人的嗅觉受体,都存在30%的差异。也就是说,对于随机选择的两个个体来说,会有一百多个嗅觉受体对同样的气味会产生不同的应答。

孝行齐鲁·礼敬天下 2013东阿阿胶孝心行动

美容大王大S喜孕下一代

据称孕前调养“功臣”有阿胶

本报记者 马绍栋
实习生 马文文

“感谢大家的祝福!我们一家有三口了!”12月2日晚,大S微博宣布怀孕,并晒出身孕肚腹部的照片,从腹部的形态看得出已怀胎数月。据透露,作为高龄产妇,婚后大S为求怀孕不惜发福并尝试各种偏方,婆婆张兰更是准备阿胶等中药为她调理身体。从照片上看,有着“美容大王”之称的大S,现在爆肥发胖,“孕味十足”。正值冬令大补时节,大S喜孕下一代的消息再度令国人关注阿胶的神奇功效,一些女明星喜食阿胶的偏方和汤食也被一些粉丝“翻炒晒晒”。

婆婆为其准备阿胶等中药调理身体

据了解,前不久,有关大S怀孕的消息再次甚嚣尘上。原因是今年10月,网友拍到汪小菲夫妇到泰国的庙里还愿,汪小菲跪地,看起来十分虔诚。大S则身穿宽松白衣,腹部微隆。网友分析二人是感激求子成功,赴庙还愿。这一消息于12月2日晚得到印证,当晚,大S微博宣布怀孕,并晒出了大肚照,称“感谢大家的祝福”。

公布喜讯后,大S也收到

了小S、蔡康永、舒淇、安以轩、阿雅等诸多亲朋好友的祝福,老公汪小菲更隔空示爱直呼“辛苦了老婆”。

据腾讯娱乐消息,作为高龄产妇,婚后大S一直努力怀孕,拍完《大武生》后便暂停演艺事业。饮食方面,吃素多年的她“大开荤戒”,喝鸡汤吃阿胶,狂补身体。此外,她也尝试各种求孕方法,比如每晚量体温并推算排卵期增加受孕几率,赴泰国许愿求子等等,可谓煞费苦心。当时有消息称,婆婆张兰更是准备了阿胶等中药为她调理身体。如今,可谓调理有方,大S喜孕下一代成为一时的热门话题。

阿胶花胶鸡蛋汤,夫妻同食养精助孕

对于高龄大S终于怀孕到底得益于何种调理,专家称,很难确定具体得益于何种偏方食品,但是阿胶对女人调理气血的确有神奇功效。

冬季皮肤干燥,力推阿胶

花胶鸡蛋汤。做法如下,用姜和水泡花胶20克,6个小时后,用冰糖炖煮2.5到3个小时,再打入1个鸡蛋,炖煮一两分钟,再倒入碗内,混合碎阿胶10克后服用。夫妇同服,养阴、养精、助孕。比如干性皮肤、干性发质、孔窍干涩、经血量少的人,长期吃一定会收到良好的效果。

专家称,由于阿胶具备补气血的功效,还是月子餐必不可少的佳品。一阶段目标是促进新陈代谢,助排恶露,重点食材是山楂等;二阶段以蛋白质、胶质含量高的食材为重点,如猪蹄、牛尾、鲫鱼等;三阶段主张滋补,阿胶、蹄筋是最佳食材。此外,中医师会进行体质检查,根据体质特征调整菜单。阳虚体质更多摄入牛肉、虫草等,而阴虚体质会多加乌鸡等滋阴食品。

著名歌手推荐,阿胶鸡蛋酒酿粥美容养颜

各种消息表明,其实,不

少爱美驻颜养生的明星对阿胶有特别偏好。

国内一著名歌手出生于医学世家,所以很小便认识各种中药,对其功效略知一二,特别对使用药膳来养生,有自己的一番心得。她说,自己最常吃的一款药膳就是“阿胶鸡蛋酒酿粥”。阿胶鸡蛋酒酿粥的做法最主要就是用小锤子将阿胶敲碎(也可使用阿胶原粉,更加方便),然后打成粉末,取500毫升水烧开之后,放半把枸杞,5勺酒酿,一同煮滚之后,加入两个搅拌好的鸡蛋和少许冰糖,最后加入几勺阿胶粉,滚几滚即可出锅,最后放三颗切成丝的蜜枣。“一周吃两次,具有非常好的养颜养血功效。”

记者了解到,这款粥已经可以算作药膳粥,并且是严格按照中药处方“君臣佐使”来搭配的。其中,君是东阿阿胶,臣是鸡蛋,佐是酒酿,辅助阿胶的效果,共同发挥滋补的作用。

辉山乳业现代化 生产基地确保品质

自今年下半年开始,史上最大“奶荒”来袭,引起了整个乳品行业以及消费者的恐慌,手握丰富自建奶源的辉山乳业却在本次考验中突出自身优势。

据介绍,辉山乳业先后引进法国、德国、美国、瑞典等全球最先进的乳品生产设备和加工工艺,打造了四座国际一流的现代化乳品加工生产基地。经过多年布局,辉山乳业建成了中国乳业最为完整的全产业链。依托全产业链发展模式,辉山乳业已经成为国内首家实现奶源全部来自规模化自营牧场的大型乳制品企业。现代化生产基地,从牧草种植到奶牛饲养,从牧场管理到乳品生产的各个环节,辉山都有着严格的质量管控体系。从原奶接收到产品出厂须经过百余道严密的检验程序,近200项监控指标,有效确保了原奶的安全与品质。

医人说医

面对病人, 医生不可半点疏忽

潘祥坡

从医近二十年,有几位病人的遭遇让我很有感触。

第一位是我的一位远亲,因老年脑血管病继发癫痫就诊。为他诊治的大夫是一位在老年病诊治方面很有名的专家,大夫为他开了多种药,其中有抗癫痫的丙戊酸钠,还有中成药养血清脑颗粒等。就診过了约两年后,意外见其家人问及老人病情,说刚癫痫那段时间服药效果还可以,现在还是经常犯病,问及老人是否按时服药,他说老人很听话,一直按时服药。恰巧我当时要回老家一趟,顺便去看了老人,问及服药情况,才知其服药出了错:从医院带回来的药吃完以后,老人觉得效果不错,就自行到镇上的药店买药,一方面老人从字面理解那中成药是主药,“养血清脑”嘛,再者此药比起丙戊酸钠来,价钱又贵,于是老人以为病情好转得益于此中成药,故一直服用此药,其他药陆续停了。

我给老人讲了他的病和应该服用的主药(丙戊酸钠)。老人服药至今已近十年,仅犯病两次。如果医生当初尽可能地给患者多讲讲病情以及服药注意事项(比如分清主次药),可能就不会出差错了。

最不幸的患者是个14岁的小姑娘,其母亲是乙肝患者,大三阳。孩子从出生起,注射乙肝免疫球蛋白,打乙肝疫苗,奶粉喂养,经常检查乙肝五项……但就在近期,被确诊为乙肝大三阳。聊起来才知道,几年前曾检查发现孩子的表面抗体显示为弱阳性,考虑到患儿的家庭情况,临床大夫应该嘱其再做个表面抗体定量,看看表面抗体滴度,或者要求患者再打一次乙肝疫苗(强化)。这是一个传染科大夫应该知道的常识啊!孩子的一生就这么被改变了。

医者父母心,倘若对于患者如同对自己的孩子那么有耐心,甚或有点絮絮叨叨,平时工作上更细心认真些,可以避免多少悲剧的发生啊!

国医大师观点:

冬令补胶,首选东阿阿胶

本报记者 马绍栋

传统中医认为,“冬不藏精,春必病温”,“藏”足气血,不仅温暖一冬,让感冒、亚健康无处遁形,还能为来春打下好的身体基础,可谓一举两得。在补养上,日常饮食应在遵循多汤、多饮、多热、多蔬果的基础上,药食两用阿胶、党参、桂圆、核桃、枸杞、红枣等补益药材,从而达到补气养血的功效。容易感冒、中老年人或工作劳累的亚健康人群,可每周煲汤一到两次,阿胶党参羊肉汤、阿胶乌鸡汤等都是不错的选择。

国医大师朱良春长期服用东阿阿胶,他称“自觉对延缓衰老有一定作用”。96岁高

龄的朱老对于“阿胶久服轻身益气”有着自己的坚持,“我以规律的生活和乐观的情绪来获得自己的健康。”

说起阿胶,中医师们忘不了强调阿胶的道地性。据称,阿胶,出自山东东阿,因用阿井水熬制,故名阿胶。据介绍,在国家非物质文化遗产东阿阿胶制作技艺传承人秦玉峰带领下,东阿阿胶不仅坚守传承千年保密制作技艺和配方,而且已经在行业内第一个实现全产业链工业化生产,以确保阿胶地道品质代代相传。

因久服东阿阿胶,96岁高龄的朱良春老人神清气爽,他表示“有生之年我一定要去东阿看看。”

驻鲁十大商会首度联名推荐

东阿阿胶成国宝级山东特产

本报记者 马绍栋

12月7日,“美德山东·礼敬天下——十大商会联合推荐国宝级山东特产”新闻发布会济南举行,东阿阿胶得到了驻鲁十大商会首次联名推荐。业内人士认为,此举意味着东阿阿胶作为国宝级山东特产得到高端商务礼品市场的一致认可,成为“国礼”、“省礼”的首选。

记者了解到,驻鲁商会是各地商务机构的形象窗口与沟通纽带。此次联名推荐东阿阿胶的十大商会,不仅包括来自浙江、江苏、江西、广东、温州等沿海发达地区的商会代表,更有湖南、河

南、湖北、陕西、黑龙江等中西部地区的代表。

十大商会代表许增国表示,山东是我们的第二故乡,而东阿阿胶则是国宝级的山东特产,具有养性延年的神奇功效。在健康意识日益提升的当下,像东阿阿胶这类高端滋补品,在商务交流与沟通中能更好表达我们的心意。东阿阿胶已经成为齐鲁孝敬文化独有的物化载体和代表山东美德形象的品牌。在我们眼中,东阿阿胶最能代表山东。

作为发布会的重要一环,十大商会还共同签署了推荐东阿阿胶的“联合声明”,十大商会代表并当场在“联合声明”上盖了公章!

山东人最喜爱的健康菜谱评选

要带10-15厘米的鱼肉,并用清水冲洗干净血水。油菜每棵从中间劈开备用。

2.炒锅放入猪大油,放入葱、姜,在小火中把鱼头两面煎一下,然后再倒入热水,烧开后,将鱼头连汤汁一块倒入大砂锅内,用大火烧开,再用中小火保持锅开,炖至鱼汤浓白时,再放入油菜,加入盐,稍炖,放入枸杞即成。

点评:此菜汤汁浓白,鱼头鲜香滑嫩,营养丰富。煎鱼头时,不要煎糊了,同时火也不能太旺,保持鱼头完整。食

用鱼头汤时,也可以放点胡椒粉、醋和香菜末等,更有风味。

推荐菜谱 干贝煲冬瓜

一、主料:水发干贝10克,冬瓜400克。

二、配料:枸杞子10粒。

三、调料:骨头汤400克,盐3克,鸡粉2克。

四、制作方法:

1、将冬瓜去皮、去籽,切成长8厘米、宽4厘米的块状。

2、将锅中放入骨头汤,放入冬瓜,在火上煲至冬瓜

已快烂时,再入干贝、盐、鸡粉,再煲5分钟,冬瓜已入味,放入枸杞即可装碗。

点评:此菜是一道不错的半汤半菜的菜,冬瓜块香烂似水晶,干贝口味鲜香,干贝冬瓜搭配,口味鲜美,营养丰富,汤里面也可以加入少量的胡椒粉,口味更佳。

请将您最喜爱的三道菜品名称及您的姓名和联系方式发送邮件到sdsalhealth@163.com参与投票。我们将从中抽取十名幸运读者,赠送精美礼品。

主办:山东省卫生厅减盐项目办公室
承办:山东省疾病预防控制中心
齐鲁晚报
协办:山东省烹饪协会
邮箱: sdsalhealth@163.com

推荐菜谱 砂锅鲢鱼头

一、主料:活花鲢鱼1条(约2000克)

二、配料:油菜心5棵,枸杞10粒。

三、调料:猪大油10克,食盐6克,葱段10克,姜片10克。

四、制作方法:

1.将鱼宰杀后,用刀从鲢鱼中间切下鱼头,鱼头一定