

您的专属定制报道

纸条

聊城王先生递纸条:已有20年以上的糖尿病史,便秘严重成球状,希望找一个名医给出个办法。

山东省立医院内分泌科主任姜秀云传答案:这种情况应该首先看是不是其他胃肠道疾病引起的便秘,如果是需要对原发病进行治疗。排除其他原因后,确诊是糖尿病引起的,之后再进行相应预防和治疗。

胃肠道功能变差是糖尿病

患者的常见并发症,糖尿病人66%以上有明显的迷走神经功能异常,导致胃液分泌减少,引起食物排入十二指肠困难,减慢肠蠕动,因而容易便秘。对于此类情况,患者在控制血糖的基础上,可以适当服用营养神经的药物,如果便秘过于严重,也可以适当服用通便的药物进行对症治疗。

如果不是特别严重,一般不建议进行药物治疗。在预防上,首先是饮食上多吃一些粗

纤维的食物,也可适当吃一些“产气”食物,像萝卜等,可促进肠蠕动,利于通便。

腹部按摩也有助于胃肠道蠕动、消化与排泄。按摩可促进大肠蠕动,有机械推动粪便前行的作用。腹部按摩应沿大肠走向按顺时针方向做圆形按摩。

此外,适当运动也有利于通便。除一般全身运动(散步、慢跑等)外,便秘者可重点加强腹肌力量锻炼,如收腹抬

腿、仰卧起坐等。平时还可多做下蹲与屈髋压腹动作,以促进肠蠕动。

本报记者 李钢

发奖金啦

菏泽市的张女士注意啦,您关于“孩子闲置玩具如何处理”的小纸条得到了很高的关注度,获得了100元奖金哦!快与工作人员联系吧,“暗号”是您的电话号码。

纸条征集令

递纸条的方式现在有三种了,拨打96706;将纸条内容及个人联系方式发送到邮箱qlzhitiao@163.com;还可以给齐鲁晚报官方微信发信息:我要递纸条+姓名+联系方式+纸条内容。如果您的问题关注度足够高,还可以得到百元奖金哦!现在,选择一种您习惯的方式,一起递纸条挣奖金过好日子!

在百度输入“彩票代购”或“网上买彩票”等关键字,就能搜出数十家彩票代购网站,其中很多都号称“本站是国家彩票管理中心唯一指定官方彩票权威预测中心,专业提供福彩3D、排列三、双色球预测服务”等等。记者调查了解到,网上彩票网站鱼龙混杂,有很多是不靠谱的,不少网友甚至被骗中招。

在网上买彩票 当心被“钓鱼”

业内人士:网上交易方便了彩民也方便了骗子

本报记者 王泽云



案例:
轻信“专家预测”被骗三千多元

滨州市滨城区的王女士是一位“影迷”,日前她向当地警方报案,在网上购彩票被骗三千多元。

王女士觉得网上购彩票很省事,前不久就专门找了一家标明“福利彩票销售管理中心授权”的网站买彩票。购买了一段时间没中奖,有些着急的她看到网站旁边一直有一个小窗口,上面写着“专家预测彩票中奖……”等信息,王女士好奇地点开了它,打开后,“内部提供、真是有效、中奖率100%”以及一些中奖案例等内容让王女士动了心。

对方要求先申请账号并

交纳会员费,王女士按照提示给指定账号汇了三个月会费360元,但登录后网页上又弹出提示,说还要交纳专家预测费3000元,预测不准的话全额退款,于是,王女士又交了3000元,但是汇完钱登录还是不能预测。王女士打电话给“客服”,对方说是他们工作失误,没说清楚,专家预测费要一次交半年的,王女士这才意识到自己上当了。

记者从滨州市滨城区公安分局了解到,类似的案件已发生多起,“专家彩票预测”是此类骗子最常用的花招,网民彩民切莫相信。

提醒:
网上买彩票风险大购买须谨慎

滨州市滨城区公安分局提醒,网上购彩票尽量选择规模大、品牌认知度高的售彩平台,购彩过程中相关短信、邮件等不要删除,万一发生纠纷可作为购彩凭证。如果拿不准哪家可靠,宁可放弃也不要贪图一时便利。

特别要注意的是,有不少“彩票代购网站”实际上是“钓鱼网站”,诈骗团伙制作一个网页,号称只要成为会员就可以得到今后的中奖号码,实际上中奖号码不可能预测到,一个浅显的道理,如果专家能预测到,自己买中奖彩票就是了,何必再去收会员费的生

意。还有一些“彩票代购网站”根本没有拿彩友的资金去代购彩票,而是直接将钱放进了自己腰包。由于彩友手中无纸质彩票,如果再没有其他有效证据,会导致自身权益得不到保障。

记者了解到,中国福利彩票发行管理中心没有授权任何单位和个人开展互联网销售福利彩票业务,也没有与任何单位合作开展互联网销售福利彩票业务。由于网上代售彩票存在技术安全漏洞、监管难以到位等问题,管理部门从未对网售彩票发过“牌照”。

探路

今起高铁票 调至14:00起售

本报济南1月7日讯(记者 宋磊 通讯员 吕传来) 由于近期互联网访问量剧增,部分时段出现登录、刷新缓慢现象,为了进一步均衡访问量,自1月8日起,济南铁路局对部分车站起售时间进行调整。

具体情况为:所有“G”字头列车由11:00调整到14:00起售,“D”、“C”字头列车保持11:00起售不变。菏泽站起售时间由12:00调整到17:00。

旅客精选20种鲁菜 成山航固定飞机餐

本报济南1月7日讯(记者 廖雯颖) 7日,“美哉鲁菜 高哉鲁菜——山东航空空中美食节”落下帷幕。经过上万名旅客评选,济南酥锅、胶东家常饼、烟熏手撕鲅鱼、山东大炒面等20种鲁菜最受欢迎,成为今后山航头等舱和经济舱的固定航空餐食。

据悉,在为期三个月的美食节期间,省内11家知名餐饮企业共研发出61套传统鲁菜航空餐,累计配送26万份鲁菜上飞机。“鲁菜送上飞机对宣传咱们的传统鲁菜起到了很好的作用。”山航集团副总裁宋玉霞说。因为航空餐无法像在饭店一样现场烹制,对食材选用和烹饪有特殊要求,带骨头、带刺、易胀气、易产生异味的食物都不能上飞机,所以不得不放弃包括鲍鱼在内的一些经典鲁菜。“最后选出的都是既能满足上飞机各种条件,又能最大限度展现鲁菜特色的菜品。”



整合供求资源 精品普惠读者

年货招商

齐鲁优品惠精品年货展火爆招商

○举办时间: 2014年1月17日-22日

○举办地点: 济南趵突泉北路1号(三联家电北300米)

○年货品类: 食品、礼品等

○年货评选: 根据产品市场表现、企业品牌实力和消费者评价,评选出“齐鲁优品惠精品年货十大品牌”、“齐鲁优品惠精品年货销量冠军”以及“齐鲁优品惠精品年货放心品牌”等。

○招商咨询热线: 400-0528-567 15066666722