



茂林谈天

本报济南4月20日讯(记者 王茂林) 刚过去的周日是“谷雨”节气,“谷雨”是春作物播种的时节。未来一周,我省有两次降水,其中周五至周六,将发生一次全省性的明显降水过程,鲁东南和半岛局部可能有大雨。

在一个降水持续偏少的春

天,未来一周我们终于有望盼来一场明显的降水天气,它将发生在周五至周六。从省气象台预报来看,这次降水过程中鲁东南和半岛地区有中雨局部大雨,其他地区有小雨局部中雨。

除了周末的这次降水过程,周一鲁西南、鲁中西部和鲁西北西部地区也将有小雨或零星小

雨出现。气温方面,前期气温回升,周末气温将下降。

未来一周具体天气预报如下:

20日夜间到21日白天(周一),鲁西南、鲁中的西部和鲁西北的西部地区天气阴有小雨或零星小雨转多云,其他地区天气多云。最低气温:内陆地区

12℃左右,沿海地区10℃左右。

21日夜间到22日白天(周二),全省天气多云。最低气温:内陆地区12℃左右,沿海地区11℃左右。

22日夜间到23日夜间(周三),全省天气多云转晴。最低气温:内陆地区13℃左右,沿海地区12℃左右。

24日(周四),全省天气晴转多云。

25日~26日(周五~周六),鲁东南和半岛地区天气阴有中雨局部大雨,其他地区天气阴有小雨局部中雨。

27日(周日),半岛地区天气阴有小雨转多云,其他地区天气多云。

几口香椿芽,中年男子险丢命

原来香椿是“发物”,患过荨麻疹的不能吃,“发物”如何忌口大有讲究

时下正是香椿芽大量上市的季节,许多人都爱这一口,可让曾患过荨麻疹的济南市民老王没想到的是,就因吃了几口香椿芽,差点要了他的老命。专家表示,这是因为香椿芽属于“发物”,即可以引发疾病或导致宿疾发作或加重的食物,患有荨麻疹等皮肤病的患者不宜食用。

本报记者 李钢

惊心病例 吃了香椿芽老王休克了

“当时吃了几口香椿芽,也就15分钟,就全身起皮疹,又过了一会儿就感觉呼吸困难。”回忆起之前的经历,今年48岁的老王仍然心有余悸。

就在香椿芽大量上市的时候,老王也抑制不住吃了点香椿芽。可让他没想到的是,吃了之后不久,他就感到口唇麻木,全身剧烈瘙痒,出现大量皮疹,接着又出现流泪、流鼻涕、胸闷、呼吸困难,随后迅速转入昏迷状态。

幸运的是,他被及时送到

了医院,经过抢救转危为安。“医生说这是急性荨麻疹伴过敏性休克。”老王说,他以前就曾患过这个病,没想到一时没管住自己的嘴,差点丧命。

“急性荨麻疹确实比较凶险,有时会致命。”济南市中医医院皮肤科副主任中医师、副教授张红旗说,类似病例时有发生,前几天还有个20多岁的小伙子,在地摊上吃烤牛羊肉,过敏突发急性荨麻疹,也是呼吸困难。对于荨麻疹来说,香椿和牛羊肉都是“发物”,要慎吃。

专家解读 过敏性疾病等要忌食“发物”

对中医有些了解的人,常常说某某食物是发物,得了某些疾病的人不能吃,那到底什么是“发物”呢?专家介绍,所谓“发物”,顾名思义就是可以引发疾病或导致宿疾发作或加重的食物。“中医上讲,‘发物’一般指辛辣燥热腥等一类的食物。”张红旗说。

根据中医传统书籍记载,“发物”的种类繁多,涉及到众多食物,如蔬菜、野菜、肉类、蛋类、奶类、鱼虾蟹类、菌类、水果、坚果、酒类、调味品中都有,

至少在100种,很多是人们每天必需的营养品,如果据此统统忌食,势必导致机体摄入营养的匮乏,影响正常的新陈代谢和健康。

“‘发物’并不是大家都不能吃了,也不是有了某种宿疾这些‘发物’都不能吃了,而只是部分特殊的人要慎吃或忌吃某一类‘发物’。”张红旗介绍,发物对过敏性疾病,出疹性疾病,皮肤病、某些精神疾病,疮疡等都有诱发作用,因此,这类人群要尤其注意某些“发物”谨慎食用。

对症忌口 “发物”分六类,影响各不同

“不同类型的人,忌口的食物也有差异。”张红旗介绍,根据中医理论,“发物”通常分为六大类,大家可以根据自己的身体状况有针对性地忌口。张红旗说,由于个体差异,忌食“发物”也是因人而异。比如,有的人一进食某种食物可诱发或加重类风湿关节炎的病情,而另一个人进食就可能没有影响。

动火“发物”

如烟、酒、葱、蒜、韭菜、狗肉、羊肉、油炸食品、卤制品等,这些食物能助热动火、伤津劫液、发热口渴,大便秘结之人不宜食用;

动风“发物”

如虾、蟹、鹅肉、鸡蛋、椿芽等,患有荨麻疹、湿疹、中风等疾病者不宜食用;

助湿“发物”

如饴糖、糯米、猪肉等,具有肥甘黏腻之性,患有湿热、黄疸、痢疾等疾病者应忌食;

积冷“发物”

如冬瓜、四季豆、莴笋、柿子等,多具有寒凉润利之性,脾胃虚弱者要慎食,过食会导致胃寒冷痛,肠鸣腹泻;

动血“发物”

如白酒、胡椒、羊肉等,具有辛热入血,动血伤络、迫血外溢之性,凡是月经过多、皮下出血、尿血等患者,应当忌食;

滞气“发物”

如大豆、芡实、莲子、芋头、红薯等,具有滞涩阻气、难以运化之性,腹胀、积食者应忌食。



忠言不逆耳

别以为有“全险”车就进“保险箱”了

私自改装、未审车、未审本、零件被盗等保险公司都不赔

本报记者 崔岩

为自己的爱车投保了“全险”,就可以一劳永逸了吗?错,这是误区。近日,济南一车主发生追尾事故,向保险公司要求全额理赔,却因为车改装了而被拒赔。记者调查发现,还有很多情况并不在车险理赔范围之内。

撞车后才知

改装的赔不了

济南市民刘先生是位汽车改装的发烧友,去年10月,在购买了红色马自达轿车后,他便迫不及待找了家汽车改装店,给车来了个“大变身”。就在几

天前,刘先生在路上发生追尾事故,加装的前保险杠几乎被撞掉。在与前车走了“快处快赔”程序后,第二天他和前车车主相约去定损,保险公司却表示,刘先生的车不能得到全额理赔。

保险公司解释称,刘先生车损部位保险杠是后来加装的,并非出厂时的原有设备,与行驶证登记的不一致,保险公司对这一加装设备不予赔偿。

这种拒赔是不是个别保险公司的规定呢?记者拨打了人保、平安、大地和太平洋等保险公司的车险客服电话,对方均表示保险公司车损的赔偿只针对车辆出厂时的原厂配置和附属设备。

“对改装车辆,建议车主及时增加‘新增设备险’,否则出险时只能获得原车及附属设备的赔偿,无法获得新增设备的赔偿。”保险公司同时提醒车主,改装车获得理赔还有一个前提,即改装后的车辆需符合安全规定,必须通过年检。

这些情况

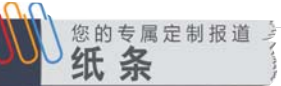
保险公司也不赔

不少车主可能就有疑惑了,明明买车险的时候买的是“全险”,咋就不能获得全部赔偿呢?

“‘全险’,绝对不等于购买了所有险种,也不等于出险都能获得全额赔偿。”资深保险人士

王玲表示,“全险”其实是一种不规范的说法,一般来说,覆盖了车损险、第三者责任险、盗抢险、车上人员责任险这四大主险的车险,就可以称作“全险”。

即使投保了所谓的“全险”,在一些情况下车主也是无法获得赔偿的。王玲介绍说,若是车辆没有通过年审,或者驾驶证没有验审,是无法获得理赔的;如果车主有拉黑活等私自变更车辆使用性质行为的,保险公司也有权拒绝承担赔偿责任;夏天雨水多,水深处强行打火导致发动机损坏,这属于驾驶员操作不当,保险公司也不会赔偿;还有,车上的零部件被盗,保险公司一般也不会承担理赔责任。



含酒精的食品 孕妇能吃吗

聊城读者王女士递纸条: 孕妇能吃含有食用酒精的零食吗?

济南市第五人民医院产科主任赵曰孝传答案:对于标注含有酒精的零食,孕妇偶尔吃一点是没有影响的,因为所有含酒精的食品其含量都非常低,基本可以忽略不计。当然孕妇也不要经常吃,毕竟酒精对胎儿正常发育是有一定影响的,尤其是孕早期的孕妇更要注意。

建议广大孕妇要均衡营养,多吃新鲜蔬菜水果,多喝水,忌辛辣食物,补充多种维生素,增强抵抗力。

记者 李钢

蜂王浆豆浆会使 男性女性化吗

济南读者孙先生递纸条: 蜂王浆、豆浆中是否含有雌性激素?男人如果喝多了会不会女性化?

济南千佛山医院营养科杜主任传答案:蜂王浆和豆浆中含有极少量的雌性激素。大豆中主要含有少量的大豆异黄酮,它属于植物雌性激素,结构和人体内产生的雌激素相似,当雌性激素不足时能起到类雌激素的效果。而蜂王浆里的雌性激素含量也是极少的,浓度也很低,食用后可以补充体内雌性激素的不足,因而正常食用蜂王浆和豆浆等食物不会让男性变得女性化,但对于因雌性激素过量身体已出现女性特征的,则要注意减少食用量。

记者 任磊磊

实习生 申素聪

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qlzhitia@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(分红、绿、蓝哦)。如果您的问题关注度足够高,还可以得到百元奖金哦!现在,选择一种你习惯的方式,一起递纸条挣奖金过好日子!



山东最实用的微信