

# 海岛上的 休渔生活



几位渔民正清理一艘小钓船,准备出海垂钓。

今年休渔期整整提前了一个月,渔民暂别赖以谋生的大海和渔船,离船上岸后闲下来了?记者近日走进长岛,探访海岛上海民的休渔生活。

长岛不少渔民不但没闲下来反而更忙了,他们经营的渔家乐,已经开始接待八方来客,渔家乐也即将进入最旺季。

在黑石嘴村海边,老渔民黄元臣说,出海打鱼是累活,休渔期应该能休息了,但是他们一点也不闲着,因为渔家乐的旺季即将到来,他们要忙着收拾渔家乐,准备招待客人。

海边还有几位村民正清理一艘小钓船,准备出海垂钓,享受惬意时光。马上就到了收扇贝的季节了,他们趁着这段空档好好放松一下。

从5月份开始,各地游客纷纷来到长岛度假,渔家乐也即将进入旺季。“拥军老娘”渔家乐李清说,现在家里住了两拨客人,他们分别来自天津和陕西,一共14个人,为的是吃地道的海鲜和体验渔民生活。

“游客来了,吃住渔家。”长岛县旅游局副局长丛海波说,全县渔家乐已突破千户,“渔家乐已变成体验长岛的‘窗口’。”

文/本报记者 钟建军  
片/本报记者 赵金阳



边防民警来到一家渔家乐走访,向一桌天津游客了解吃住、游玩、治安等方面的意见和建议。



一位渔家乐主妇为客人准备午饭,是长岛特色的海兔。



一家渔家乐正在为客人蒸海菜包子。

# 血管是如何一天天堵塞的,看完吓一跳

## 可怕的高血脂 ——带你走向死亡的三部曲

从你第一次血脂超标到患上心脑血管疾病这个过程大约在10年内完成。发病初始你会感觉心脏不舒服,心慌气短,医生会告诉你,血脂太高把血管堵了,诊断为心肌缺血和动脉硬化并伴有高血压。

医院会给你吃扩血管的药,因为管腔扩大后血流通了,症状得到缓解,但血脂还是一样的粘稠,还在继续腐蚀着血管和心脏,因为堵的过程并没有得到根本的解决。

血管进一步堵塞,会造成严重的心肌缺血,心脏会痉挛性的收缩,疼痛。这时医生会给你第二个诊断——“心绞痛”。给你开的仍然是扩血管的药,只能用这种方法维持。

血管堵塞的面积越来越

大,血越流越少,越流越慢,而血脂也促使血液加速凝固。堵到一定程度就会形成血栓,把血管全部堵死,这时你就会出现剧烈的疼痛,汗流浹背,口眼歪斜,大多数人到达医院时已经昏迷,这时你会收到第三个诊断——“心肌梗死”。

比起高血糖和高血压,高血脂的可怕之处在于悄无声息间忽然致命,心梗、脑梗瞬间发作,治疗及时也会留下后遗症:半身不遂,口眼歪斜,大小便失禁,生活不能自理,给伴侣和子女带来沉重的负担。所以控制血脂刻不容缓!

上了年纪的人,每年一定要做血液检测,并适量服用欧米伽-3清洁血管,早点“养”胜于老来“治”,别等发展严重时,遗憾终生。

## 选购正宗欧米伽3 专家教你几招

近期各大媒体宣传的一种叫欧米伽-3的产品受到我市市民热捧,据顾客反映它能调理和预防身体很多慢性病,效果独特,深受广大市民青睐,但是市面上有些鱼龙混杂的低价产品流入市场,老年朋友不能分辨好坏,在此笔者从以下5点帮你甄别正宗欧米伽-3。

第一,是不是国家正规批准的蓝帽产品,看有没有蓝帽标志;

第二,欧米伽含量标注是多少,是不是液体软胶囊包装,利

诺龙牌欧米伽3属于第二代亚麻酸提取,荣获国家发明专利,科技含量高,疗效好;

第三,是不是可以做出实验,利诺龙牌高纯度欧米伽3可以做溶解泡沫试验;

第四,当地实体店有没有销售,谨防网上及外地邮寄等假冒伪劣低价产品;

第五,利诺龙牌欧米伽3郑重承诺,服用前后可对比各项身体指标,服用1个月没有任何效果,可以全额退货退款,以医院检测化验指标为准。



一旦躺在这张床上,再多的钱对你已经不再重要了……

## 药物治疗之外的新发现

**百度百科:**欧米伽3具有抗炎、抗血栓、降血脂、舒张血管的特性,大幅度地降低心脏病、中风的发作。欧米伽-3两大特点:是血液血管清洁剂——“洗血之王”,是细胞抗衰老剂——“细胞活力素”。

### 欧米伽-3

#### 适用于八大慢性病人群

一、高血压、高血脂导致的头晕、耳鸣、恶心、血粘、脑供血不足。

服用后:血压、血脂指标恢复正常,血管软化,血液清澈,粘稠度降低,血流通畅逐渐停服降脂降脂药物。

二、冠心病、心律不齐、心肌缺血引发的心慌气短、胸闷、呼吸困难。

服用后:心绞痛等并发症消

失,生活恢复正常,不必支架手术,心肌供血正常了。

#### 三、糖尿病及并发症。

服用后:血糖下降,不再依靠胰岛素、降糖药物,视物模糊、皮肤痒痒症状明显改善甚至消失,可适当吃些水果肉类。

四、风湿骨病导致的骨质疏松、关节疼痛、骨质增生、晨僵、畸形、骨折、关节破溃需置换者。

服用后:骨骨质变厚,骨小梁数量增多、骨密度增加,不抽筋,消除骨折隐患,使受损骨关节重新恢复抗压力、抗压力、抗磨性。

#### 五、免疫力低下、亚健康。

六、中风偏瘫及后遗症患者。

服用后:半身不遂、口眼歪斜、言语不清等症逐渐减轻,严重者可适当活动,下床走路,较轻者生活可以自理。

七、更年期综合症引发的心悸、烦躁、出汗、头晕、失眠、易怒。

#### 八、眼部疾病、胃病。

服用后:青光眼、白内障等眼部疾病康复,眼前飞蚊消失;胃溃疡、胃酸、胃胀、胃痛等症康复。

## 半价体验 只此3天

为了让更多的老慢病朋友体验到利诺龙牌欧米伽-3的神奇效果,5月24日——26日厂家在我市推出3天半价体验特惠活动:同时买5盒再送2盒,买10盒再送5盒,赠送只限每日前20位订购者,超出20名之外可享受半价但不再赠送。

#### 烟台订购送货热线:

0535-6658556

提醒广大中老年朋友,购买请到实体店或者让店里工作人员送货,谨防邮寄低价产品及网购假冒产品上当受骗。

烟台地址:好一生大药房(万达西门北20米)全市提供免费送货上门服务,货到付款。



国人健康堪忧,吃出来的富贵病