

地摊买来老花镜 戴上总流泪

□本报记者 潘丽亚

“多次给老人说不要图便宜买东西，可她就是不听。这不，因为一副便宜的老花镜，害得老人眼睛总是流泪。”4月24日下午，家住市区文萃江南小区的张女士提起母亲买的老花镜，无奈地说。

张女士的母亲今年74岁，身体挺好，经常会和一些老朋友或小区里的老年人一起到外面逛，不时会买些便宜东西回来。对此，张女士也劝说过几次，但老人依然乐此不疲，看到便宜的东西就买。一个多月前，张女士的母亲

和几位老年人在外边玩时，看到一个骑三轮车卖老花镜、太阳镜的小商贩，张女士的母亲便想到自己的老花镜已经坏了一个多月一直没有买新的，就上前询问情况。得知老花镜很便宜，才10元一副，卖家还说是厂家处理的，戴着轻便又清晰，老人还价到8元成交。

“老花镜买回来后她有时晚上会戴着看电视，没想到前几天晚上我发现她在看电视的时候抹眼泪，开始还以为她是看电视剧被感动了，一问才知道，竟然是最近戴老花镜眼睛总是流泪。”张女士详细了解了母亲的情况后，赶紧带母亲

到医院进行了检查。

经医生诊断，张女士才得知母亲的眼睛是因为戴了不合适的度数，且镜面质量较差的老花镜导致的眼睛不适。

“合适的老花镜对眼睛是不会有伤害的，前提是老花镜必须验配准确。现在不少老年人都是随便买副老花镜戴，这样度数不准确，长时间佩戴后会影响力，造成眼睛容易疲劳，甚至引起眼花、头痛、头晕等症状。”市疾控中心眼科主任张建峰医生提醒，老年人戴老花镜应该检查视力后再验配，否则不合适的老花镜会对老年人的身体造成伤害。

下午吃苹果 晚上没食欲

医生：吃水果有“时间表”

□本报记者 于文博

“我只要下午吃苹果，晚上肯定吃不下饭，不知道是不是因为吃错时间了。”4月26日，市民张露在聊天时这样告诉记者。那么不同时间段吃水果，对身体是否有影响呢？哪些时间段吃水果最好呢？记者随后对此进行了采访。

张露家住市区黄河路东段，对于她来说，吃苹果是要挑选时间的。“我吃苹果，一般都是上午吃。如果下午吃，到晚上胃里都满满的，根本吃不下饭。”张露说，不知道是什么原因。

随后，记者采访了其他几位网友，他们向记者透露，自己也曾出现过吃水

果后不舒服的现象。网友“燕子”吃香蕉会出现胃胀的情况，网友“盼盼”每次吃梨都会腹泻。“具体原因，我也不太清楚，只能尽量不吃这种水果。”网友“盼盼”说。

那么，我们在吃水果时，该注意哪些问题呢？记者就此采访了市中心医院高级营养师邓莹沛。邓莹沛说，吃水果要“以鲜为先”，多吃时令水果，新鲜的水果中营养保存的最为完整，食用价值最高。另外，每一个人的身体情况不同，对水果的反映也不尽相同，一般情况下，肠胃较弱的人吃水果，更容易出现腹泻的症状。

对于张露吃苹果挑时间的情况，邓

莹沛认为，人的身体在一天各时间段的状态是不一样的，部分人在不同时间段吃同一种水果，身体的反映也是不同的。根据人身体一天的变化，邓莹沛给大家介绍了一个“水果时间表”：

上午，人体吸收营养较快，大家可以选择一些营养价值较高、对胃肠道刺激较低的水果，比如橙子、香蕉等。下午，吃水果应该在午饭结束一个小时以后，吃一些帮助消化的水果，比如番茄、柠檬等。

“每一个人的情况不同，要具体情况具体分析。”邓莹沛提醒，部分水果含糖量较高，糖尿病患者吃水果时，一定要多加注意。

出门看天

从今天开始，晴天单曲循环播放，气温也将一路攀升，周六有望突破31℃。不过紫外线强，天气干燥，外出要注意补水防晒。由于目前处于春末，昼夜温差较大，提醒市民要根据天气变化增减衣服。

今明后三天天气

4月27日

晴间多云
10℃~25℃

4月28日

晴间多云
10℃~30℃

4月29日

晴间多云
11℃~31℃

感谢周兆基提供信息

生活小贴士

内裤不暴晒等于白洗

你家的内裤一般晾在哪？研究表明，一条脏内裤平均带有0.1克粪便，人的排泄物中有沙门氏菌、大肠杆菌等致病菌，阳光中的紫外线有助于杀死这些细菌。如果总是把内裤晾晒在阴暗处或卫生间，这样反而更容易滋生细菌。内裤洗完，一定要放在阳光下至少晒半个小时。

分类信息



扫描二维码 做广告送广告
咨询电话：5670019

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元
本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

业务联系：13781707655 宋丽君

财务审计

低价快办审计报告
电话：13937188053

鑫启程会计
学会计 特价560元
代办公司500元 代理记账190元
源汇区人民路华东商务7楼
18236213601

旺铺租售

火锅店转让
位于建设路西段，两层400m²左右，房租便宜，客源稳定，可看营业报表，接手即可盈利。15985808598

仓库出租
双汇大厦南200米，有600m²仓库出租，交通便利。电话：15936608666

厂房/仓库出租
张胡魏淞江路口北700米，500m²，价格优惠。电话：13303957299

仓库/厂房出租
银鸽大道东有仓库/厂房对外出租，水电、办公设施齐全，交通便利，价格面议。18903959888 李先生

厂房出租
人民路东南有厂房1000m²，水电齐全，有办公住宿地方。电话：15939525252

厂房出租

召陵区燕山路和人民路交叉口北500米，有厂房2000m²，办公场地500m²，水电齐全，交通便利。电话：13603855008

饭店转让
现有三里桥盛鑫红场美食城一饭店需转让。电话：15239560319

库房出租
南环与解放路交叉口院内，有库房1000m²。电话：13007687902

房屋出租
泰山路南段房屋，3楼，2室1厅，72m²，家具家电齐全，长期出租。15539561695

火锅店转让
会展中心西500米，一楼大厅460m²，因夫妻离异急转让。电话：15303953186

急售门面
现急售人民路与解放路交叉口两套连排门面房，面积340m²和230m²，价格面议，非诚勿扰。联系人：马先生 电话：15936632008

售房
黄路路华山美食城门面房一至三层，346.98m²，售价98万元。现营业中。13938025083

急售旺铺
现急售双汇路中段旺铺一套430m²，价格面议，非诚勿扰。联系人：万先生 电话：15839518016

百业信息

专业生产包子、豆浆
老韩味道餐饮公司大量批发鲜熟、鲜冻包子及吸嘴豆浆、散装豆浆，支持早餐工程和单位团购，市内直送。诚招小区销售代理。13839519099

转让或合作
李集镇保温板蘑菇大棚，房子占地面积1500m²，种植面积4000m²，房前空地4000m²，紧邻大路，也可作厂房。电话：13721387539

辅导机构对外承包 联合办学或转让
位于人民路与交通路交叉口新天地，正在招生中的小、初、高辅导机构对外承包、联合办学或者空房转让（面积360m²）。有意请联系 15939562185

申港装饰
室内外装修设计 二十年专业经验
家庭住宅、办公、餐饮、酒店、洗浴、会所、商业店面、展示等各类空间。
设计、施工、建材选购一站式服务
服务热线：13323673857 0395-3326199

健康咨询

失眠专家问喜洋
中国睡眠研究会会员
地址：太行山路与颍河路交叉口东北角 电话：6155120

全国美术等级考试 河南省考级中心
诚邀（漯河）市、县考区承办人
电话：0371-67178580

家政服务

洁爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗 石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

家天下家政公司
月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训
6666991 15139506611

信德保洁 信汇装饰公司
石材翻新 单位保洁 地毯清洗 化粪池清理 旧木地板翻新 抛光 打蜡 外墙清洗
www.lhxdbj.com 电话：15039500115

起名改名

易经研究
生意 官运 财运 考试 工作 婚姻 生克化解 起名 家居布局 新房规划 地理勘察
电话：15803958920 赵老师 15603958221
辽河路与舟山路交叉口向东100米路南农行家属院

教育培训

弘毅堂书法高考
常年开设：高考书法教育、中小学生学习书法教育、成人书法教育，名师指导。
联系电话：15939531225

借款就到富华德
10年诚信经营，高效快捷办理。车辆、房产抵押借款，月息1分，购房分期7厘，当天放款。
15517678889 0395-6196177

保姆月嫂

雪绒花母婴关爱中心
服务内容：月嫂育婴 催乳 小儿推拿 满月发汗 保姆护工 常年培训 安排就业
昌建东外滩A2座24楼21室 13939531652

乐帮家政公司
月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训
5571157 18639995528

汽车租赁

顺利汽车租赁
对外租赁各种小轿车、商务车、旅游用车、婚庆用车及机场接送。
美盛大厦A座拐角处 电话：2129777
2189799 15729337700 13939588683
舟山路与海河路交叉口 15139555517

招聘美甲师

诚招美甲师2名，工作地点：浙江绍兴。月工资底薪2500元加提成（5000-7000元），包住，工作半年者可免费半永久进修，有意外地发展者请联系。电话：18239507533 陈女士

售门面房
1.昌建外滩三楼营业房183.06m²，欲售146万元；
2.兰乔圣菲门面房上下层264.7m²，欲售338万元。
以上房屋均已精装，现正营业中。
13513855615

婚介信息

世纪缘 白领相亲会所
2003年~2017年
爱在17相亲交友
活动正在报名中
地址：市人民路美盛大厦B座十楼
相亲热线：3398505 2121213

●**征婚**：男（91763）43岁，离异，1.74米，事业单位，中层干部，有房车，儒雅有修养。寻温柔苗条、靓丽有素质的女士。电话：2116177

●**征婚**：男（61651）34岁，离异，1.75米，自办企业，女孩归女方，阳光开朗，房车具有。寻年龄相当、苗条亮丽的未婚女孩。电话：2121213

●**征婚**：男（91666）49岁，离异，1.78米，行政单位，有房车，成熟稳重，无负担。寻45岁左右、温柔贤惠、善良爱家的女士。电话：13523953597

●**征婚**：女（32990）27岁，未婚，1.62米，本科，行政单位，五官精致，时尚大方。寻有稳定收入、有素质的男孩。电话：13383953328

传递最实用的生活资讯
欢迎刊登分类信息