

本地蔬菜上市 价格大幅下降

□文/图 本报记者 潘丽亚

4月18日,记者走访市区一些农贸市场和超市了解到,近期随着本地蔬菜大量上市,不少蔬菜进入降价模式。

在市区辽河路一家超市的蔬菜区,记者看到新鲜的韭菜、生菜、茼蒿都摆在了显眼位置,价格每斤都不超过两块钱。“土豆多少钱?”“1块6。”“又降了

啊,那我多买点,俩孙子都爱吃。”很快,市民姜女士挑选好土豆称重。当姜女士得知很多蔬菜都比以前便宜后,又挑选了生菜、长豆角等。

“与前段时间相比,蔬菜价格均有不同程度下降。之前西红柿卖价超过4元一斤,今天才卖2块多。”在辽河路沟张农贸市场,摊主王师傅说。

清明节后,我市大部分新鲜蔬菜价格下降明显。市区一家便民超市的负责人李先生介绍,随着气温上升,不少本地蔬菜上市,货源充足,菜价下降是必然的。

李先生对记者说,最近几天蒜薹批发价从6元降到了3块多,西红柿降到了3元内,超市卖的价格是根据进货价定的,也会随着下降,所以近段时间生菜、菠菜、苜蓿菜等蔬菜很抢手,价格每斤都是1块多。

采访中,多位菜贩预计,随



市民在辽河路一家超市选购蔬菜。

着气温不断上升,蔬菜上市量会不断增加,价格还会有所下降。



漯河晚报微信公众号

特别提醒

身体好不好 看眼睛就知道

现在很多人都爱玩手机、喜欢熬夜。可是,你知道吗,这样糟糕的生活方式,正在给眼睛带来巨大负担。那么,眼睛有问题会有哪些征兆呢?

眼险有“黄包”

在眼睛的周围发现有黄色或者橙色凸起的斑块,就要小心自己的血脂指标了,很可能就是睑黄疣。

睑黄疣,一般是指含脂质的细胞组织聚集在眼周形成了类似于马蹄状的斑块。这种症状多出现于中老年人,尤其是女性的身上,不仅影响美观,往往还预示着心血管疾病的风险。

眼球变黄

眼球变黄乍一看没什么大碍,有些人甚至认为只需歇息几天便可缓解,其实这是在提示你:你的肝功能出现了异常。

肝炎、肝硬化等肝功能异常,都会引起胆红素积聚。胆红素是血红蛋白的代谢产物,如果肝脏功能发生问题,胆红素便无法正常排出体外,导致巩膜变黄,也就是眼球变黄。

瞳孔异常

正常情况下,人左右的瞳孔应是对称的。如果你的瞳孔一大一小或者其中一只的瞳孔收缩速度较慢、幅度较小,很可能是中风、脑肿瘤、视神经肿瘤等疾病的前期症状。因为瞳孔是与神经系统紧密相关的,所以瞳孔异常,所以很可能是神经系统出现了问题,不确定的话要及时去看医生。

眼珠突出

眼珠突出这一症状,我们

总以为只发生在在近视度数较深的人身上,实则不然。比较常见的眼珠突出病因还有甲状腺疾病。眼睛突出严重时,还可能是源于眼睛肿瘤或者炎症等眼部疾病;而当白血病到了晚期时,由于眼部转移,也会引起眼珠突出。

眼皮下垂

可能很多人认为这里所说的眼皮下垂,就是老年人随着年事已高而表现出的一种衰老的标志,其实,这是眼皮皮肤的松弛,不是医学症状上所说的真正的眼皮下垂。正常情况下出现了眼皮下垂的症状,很可能是重症肌无力、脑瘤、脑中风、高血压、糖尿病的征兆,应当谨慎对待,及时检查就诊。

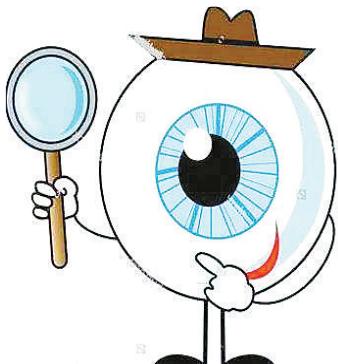
相关链接

护眼小贴士

说了这么多关于眼睛会出现的症状,它们大多是身体肾脏和消化系统机能问题显示在外表的症状。那么如何预防这些症状出现呢,接下来告诉你该吃什么。

红薯:滋肝补肾

“眼睛是肾脏的镜子”,所以保护眼睛还要从根本入手,红薯可以说是提高肾脏和肝脏机能最佳的一种常见食物了,红薯富含营养丰富的膳食纤维,矿物质还有维生素。多食用红薯可以刺激肠壁,加快肠道的蠕动并吸收水分,可防治便秘、糖尿病等疾病,对于消化机能具有非常好的改善,滋补肝肾,非常适合治疗眼睛的疲劳和不适等症。



蛋黄:预防白内障

蛋黄中含有保护眼睛的极佳两个元素——叶黄素和玉米黄素,他们的抗氧化作用对保护眼睛非常有用。我们的眼睛视网膜中有一个“黄斑”,它所需的营养就是来源于叶黄素和玉米黄素。有了这两种元素,就可以有效减少紫外线对眼睛的伤害,延缓眼睛的衰老,预防视网膜黄斑变性和白内障等眼疾。不过,在食用蛋黄的同时,也需要搭配蔬菜水果,既减少胆固醇还能保护眼睛。

玉米:改善眼睛黄斑

这里所说的玉米特指黄玉米,因为黄玉米中才会富含玉米黄素,是人眼睛视网膜“黄斑”重要的营养元素。平时眼睛的衰老,或者眼睛黄斑部位受损,出现了黄斑变性、视力下降,严重还会引发失明的症状就需要多吃含有玉米黄素的食物,所以吃黄玉米可以有效保护眼睛黄斑的健康。

保护眼睛不仅仅需要多吃对眼睛有益的食物,还要注意生活作息的方式,少烟少酒,多运动,提高身体素质,有的放矢,才能相得益彰。

晚综

温馨提示

吃菠萝过敏 最好煮一下

菠萝清甜多汁,“圈粉”无数,但不少人却因菠萝中的过敏原——菠萝蛋白酶而“累觉不爱”。为了避免菠萝蛋白酶引起人体的不良反应,人们通常采用盐水浸泡的方法。但专家表示,盐水浸泡并不会使菠萝中的菠萝蛋白酶失活。研究发现,一般常用的金属盐,比如氯化钠(食盐的主要成分)、氯化钾对菠萝蛋白酶的影响都不大,甚至还有研究发现氯化钠有助于保持菠

萝蛋白酶的活性。

那么如何避免菠萝蛋白酶“作怪”呢?专家表示,较为有效、彻底的方法是,自己削菠萝,然后将菠萝放置于开水中煮两至三分钟,通过高温使菠萝蛋白酶失去活性,降低其对人体的影响。自己削菠萝时,应戴手套,避免手部皮肤与菠萝直接接触。

专家提醒,对菠萝蛋白酶有明显、严重过敏反应的人应谨慎食用菠萝。 晚综

支个招

保养耳朵有妙招

如果突然失去了听力,你敢想象吗?这里医学专家告诉你保养耳朵的五个方法,唤醒你的爱耳意识。

避噪音。人倘若长时间接触机器轰鸣、车辆喧闹、人声喧哗等各种噪音,会使原本开始衰退的听觉更容易疲劳,听力急剧减退,甚至引发噪音性耳聋。

戒挖掏。经常用耳勺、火柴棒掏耳朵,容易碰伤耳道,引起感染、发炎,还可能弄坏耳膜。耳道奇痒难受时,可以用棉签蘸少许酒精或甘油轻擦耳道,亦可内服维生素B、C和鱼肝油。

慎用药。尽量避免应用耳毒性药物,如庆大霉素、链霉素、卡那霉素、新霉素等,因为老年人解毒排泄功能低,应用这些药物容易引起耳中毒而损害听力。

常按摩。按摩耳垂前后的翳风穴和听会穴,可以增



加内耳的血液循环,有保护听力的作用。宜每日早晚各按摩一次,每次5-10分钟。

熄肝火。老年人如经常处于急躁、恼怒的状态中,会导致植物神经失去正常的调节功能,使内耳器官发生缺血、水肿和听觉神经营养障碍,这样就可能出现听力锐减或暴发耳聋。因此,老年人要尽量保持轻松愉快的好心境。

晚综

分类信息

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核,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。

联系电话:0395-3132295 3117189 13781707655

婚介信息

世纪缘 2003年创办

白领相亲会所 2003年-2019年

世纪缘全城寻找 诚心找对象的人

地址:市人民路美盛大厦B座十楼 相亲热线:2193193 2121213

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

●婚:女(33128) 27岁, 1.65米,未婚,本科学历,肤白貌美,温柔可爱,企业技术员。寻年龄相当、成熟稳重、有事业心的男孩。电话:18839527539 微信:luohe6179

欢迎刊登 分类信息

●婚:男(32059) 29岁,未婚, 1.70米,容貌端正,踏实稳重照顾人,金融系统。寻30岁以下、有固定工作、学历不限的女孩。电话:13569691097

●婚:女(91896) 45岁, 1.60米,丧偶,有一女儿,温柔贤惠,能持家,教育系统。寻50岁左右、收入稳定的男士。电话:13569691097

●婚:女(61789) 28岁, 1.65米,离异未育,本科学历,文静善良大方无负担,企业文员。寻35岁左右、职业稳定的男士。电话:18839527539 微信:luohe6179