

修路、装灯、栽花、种树……

市人民公园要大变样啦

□文/图 本报记者 李林润

“修路、栽花、种树……市人民公园这是要大变样啊！”4月28日上午，记者来到市人民公园，得知现在有多个大型机械正在公园里作业，许多工人也在公园里忙碌。

走进市人民公园，记者见西大门旁边的喷泉停止了喷水，几名工人正在整理地上的绿植。公园南侧的大假山附近，四名工人戴着安全帽，修剪刚刚栽种好的绿植。

公园北侧小假山的南边，也有不少工人在忙碌，他们有的在种植绿植，有的在铺草皮，有的把铺好的草皮固定。

在公园人工湖东侧，两台挖掘机正在对道路进行施工作业。记者注意到，园内有些道路，因为施工被围挡给围了起来。

“现在公园正在进行道路整修、照明设备安装和绿化升级工



栽种新的绿植。

程。”市人民公园相关负责人告诉记者，前一段时间，他们在人工湖里种植了上万株荷花以净化水质。如今，他们正在对园内主干道进行整修，对假山重新修山整型，清理存在安全隐患的树木，栽种新的绿化植物并修剪。按照工期，绿化升级工程将在5

月1日前全部完工。

“道路整修和照明设备的安装，按照工期也将在6月底前全部完工。”该相关负责人还告诉记者，6月30日之后，市民不仅可以看到换了“新装”的市人民公园，还将能在晚上到公园散步、锻炼。

松花蛋到底安不安全

近日，一篇名为《华人海外卖松花蛋被查!意大利警方:不适合人类食用》的文章在网上引起热议。

据报道，意大利警方在西西里岛卡塔尼亚省进行食品安全巡查期间，查扣了一家华人店铺总计800颗蛋，其中包括松花蛋。这批松花蛋被查扣的原因之一是来源非法，缺少可追溯性。当地警方认为，松花蛋是一种变质的蛋类食品，吃了之后会对人体产生危害，并不适合人食用。

中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅表示，一些外国人接受不了松花蛋，主要是由于中西方文化差异所导致的。

松花蛋的制作没有“标准”。一般而言，就是在鸭蛋(或鸡蛋)外面裹一层草木灰，其中加了一些石灰之类的碱性物质。



资料图片

放置一段时间后，蛋白部分变成凝胶状，而蛋黄部分也凝固变色。一般用鸡蛋做的松花蛋，蛋白会呈透明金黄，带有雪花斑点，蛋黄呈黄色。用鸭蛋做的，蛋白一般发黑且不透明，蛋黄呈墨绿色，有松花斑点。

需要注意的是，传统工艺制作的松花蛋含铅量较高，这是因为其制作过程会用到氧化铅，这种物质会起到密封效果，能让松花蛋表面的小孔堵住，从而阻止强碱进一步与蛋白质发生化学反应。

随着工艺进步，2008年后，国家出台了松花蛋新标准，规定了其中铅的含量。如今，正规厂家制作松花蛋已经开始使用“无铅工艺”，也就是利用氯化锌或者硫酸铜代替氧化铅，在减少铅含量的同时，也可以起到封住孔隙的功效。根据国家市场监督管理总局近几年公布的信息，抽检的松花蛋制品很少铅超标。总之，只要是符合国家标准的松花蛋，都可放心食用。

朱毅提醒大家，购买松花蛋要通过正规途径，选择包装完整、表面灰白、黑斑少、无裂纹的产品。松花蛋应放在温度较低的阴凉通风处，保存时间不要超过一个月，剥开的松花蛋最好在两小时内吃完。如果松花蛋的蛋白呈浅绿色，闻着有恶臭味，说明变质了，不能食用。

据《生命时报》

孕期化妆,胎儿会畸形吗

广州的王女士怀孕2个月了。她想知道孕期能否化妆，化妆会不会导致孩子畸形。

南方医科大学南方医院临床药师杨彩华说，化妆是否会导致胎儿畸形与多种因素有关，主要包括三个方面。

首先是接触时间。晚期囊胚

着床后至12周是高敏致畸期，接触有毒物质可干扰胚胎组织细胞的正常分化，容易导致出生缺陷的发生。

其次是接触的化学物质种类。不同的化学物质有不同的致畸性，会作用在不同的组织器官靶点，不能一概而论，需弄清接触的化学物质种类。

最后是接触的累积剂量。要根据接触的持续时间、水平来计算总的累积剂量，化妆品主要涂抹于皮肤表面，通过皮肤吸收的量有限。

一般来说，使用化妆品或护肤品应当注意查看其成分，铅的限量要求是10毫克/千克，砷为

2毫克/千克，镉是20毫克/千克。

另有两种成分需要避开，即邻苯二甲酸和维甲酸。某些劣质指甲油或喷雾发胶，通常含有邻苯二甲酸，孕期接触可能会对男性胎儿生殖系统发育造成影响。某些祛痘产品含有维甲酸，可能导致畸形胎儿的出现。

此外，建议尽量不用祛斑、美白等功能型护肤品，可选择温和和型护肤品。

孕期最好不要用口红，因为口红的成分比较复杂，涂抹后喝水、进食或者说话，容易随着唾液进入体内，可能对胎儿带来不利影响。 据人民网

梳头健脑吗?如何补钙?

来,学点健康小知识

日常生活中,最让人纠结的是真假难辨的健康知识。去医院就诊时,常常是患者太多、医生太少,每次看病都没时间细聊。其实,有很多靠谱实用的小知识,内科医生一直都想告诉你。

1.量血压时,最好把左右手都测一下。

通常以高的那个为准。多测几次求平均值,血压值更准确。

2.每天梳头100下并不能“健脑”。

学一种乐器,学一门语言,学一个新手艺……这些对大脑更有好处。不过,梳头100下也有好处,毕竟常用那只手会更“壮”一些嘛。

3.不建议靠喝红酒保护心脑血管。

动物实验表明,红酒中的白藜芦醇可能对心脏有益。

但如果把有效剂量换算到人身上,相当于每天要喝1000升左右的红酒。这谁受得了?此外,酒精伤肝且致癌。

4.得糖尿病并不是因为糖吃多了。

糖尿病的病因很多,比如先天的遗传因素、后天的环境因素等,跟吃糖没有必然联系。但少糖少油的饮食还是会降低发病的风险。

5.打鼾不是睡得香。

打鼾是呼吸不畅导致的响声,严重打鼾可能导致“睡眠呼吸暂停”,很危险,建议及时咨询医生。

6.如果出现下面的情况,很可能是中风征兆。

一侧肢体麻木,活动不便;口角歪斜;说话不清;头晕头痛;昏睡,很难叫醒;剧烈呕吐、全身抽搐、大小便失禁等。

7.先考虑从食物中摄取钙。

我国成年人推荐每日钙摄入量是800~1000毫克。

如果每天喝奶可以保证在300毫升以上,吃蔬菜300~500克,其中深色蔬菜占一半,再配合其他日常饮食,是可以达到推荐的量的,可以不用额外吃钙片。

晚综

睡眠太差有哪些影响

1.吃得多,会变胖。

长期睡眠不足会使饥饿素水平升高,让饥饿感更强烈,也会促使变得更胖。

2.情绪暴躁,影响判断力。

长期睡眠不足的人在判断力和冲动控制方面,会出现更多认知能力问题。此外,由于激素波动,女性也比男性更易失眠。

3.皮肤变差。

睡不好还有一个最直观的体现——会让皮肤变差。

4.容易生病。

睡眠障碍会使免疫系统运转失调。如果睡眠时间少于7小时,患感冒的可能性也会是其他人的3倍,同时也是肥胖、糖尿病、心血管疾病、肿瘤和抑郁症的诱发因素。

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。

联系电话: 0395-3132295 3117189 13781707655

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

起名命名

起名就找李治明

—— 95年开办至今 ——

起名、判名、改名,就找李治明。为公司、工厂、门店、人名策划。

地址:文化路老南段 微信:L18239561370

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

●**征婚:**男(32013) 28岁,未婚,1.80米,本科学历,性格开朗,风趣幽默,金融系统。寻年龄相当、细心体贴的女孩。电话:18839527539 微信:luohe6179

●**征婚:**女(91888) 56岁,丧偶,1.65米,温柔贤惠,会持家,企业退休。寻60岁左右、生活独立无负担的男士为伴。电话:13569691097

●**征婚:**男(61728) 40岁,离异,1.75米,大专学历,有一男孩归女方,成熟稳重有品位,金融系统。寻年龄相当、温柔贤惠、会持家的女士为伴。电话:18839527539 微信:luohe6179

●**征婚:**女(61791) 37岁,离异带一女孩,1.66米,大专学历,端庄大方,性格开朗,企业文员。寻年龄相当、职业不限的男士。电话:13569691097



温馨提示