



<p>今天 11-14℃ 中雨转大雨</p>	<p>明天 11-14℃ 大雨转小雨</p>	<p>后天 10-16℃ 多云转晴</p>
---------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------

长沙生活
服务热线

长沙市供水公司 0731-85133333
长沙电力投诉 95598 长沙新奥燃气 95158
价格举报电话 12358
长沙市公共客运管理处 0731-84303488
长沙城管投诉热线 0731-88665110
国安网络 0731-82772222

今日全省 湘潭:大雨11~14℃ 株洲:中到大雨10~13℃ 常德:小雨转中雨10~13℃ 郴州:中雨12~17℃ 岳阳:中雨转大雨10~13℃ 邵阳:中雨10~12℃ 永州:中雨11~13℃
主要城市天气 益阳:小雨转中雨10~13℃ 湘西:阴转小到中雨11~13℃ 衡阳:中到大雨11~13℃ 张家界:小雨11~15℃ 娄底:中雨9~12℃ 怀化:阴转大雨10~13℃

800002939
106580007846

吃火锅贪鲜求嫩,小心感染寄生虫

提醒:涮火锅食物要熟透,肉类蔬菜都藏“陷阱”

本报11月8日讯 立冬后,随着气温逐渐下降,热气腾腾的火锅开始成为人们餐桌上的常客。可不少人在涮火锅时,贪图“鲜”“嫩”,只把肉片、鱼片和蔬菜在汤料中烫一下就塞进了嘴里。长沙市疾控中心今天发出健康提示:市民冬季进补要避免进食生鲜的或未经彻底加热的肉、鱼虾和水生植物,提防食源性寄生虫病。

长沙市疾控中心预防科主任申晓君指出,目前,长沙地区食源性寄生虫感染中,钩虫、鞭虫、蛔虫等土源性线虫感染居首位,它们主要寄生在人体肠道,感染率农村高于城市。

【方法】肉类不见红,蔬菜要浸泡

申晓君表示,首先,涮火锅时各类肉制品要煮熟,使食物在火锅汤料温度达到100℃时涮煮并保持一定的时间,至少使蛋白质凝固变性,目测鸡肉、鱼肉变成白色,猪牛羊肉变成浅褐色,虾蟹变成橙红色,加热食物的体积较大时,要延长加热时间。

其次,蔬菜要用盐水浸泡半个小时。同时,不要用盛过生鲜肉类、水产品的器皿盛放其他直接入口的食品;处理生、熟食品的刀具和砧板必须分开,加工过生鲜肉类、水产品的刀具及砧板必须彻底清洗后方可再次使用。

“相对于成人,食源性寄生虫对小孩的影响更大。”申晓君特别指出:“小孩因为抵抗力弱,感染寄生虫后对其损害更严重。除了可能夺取孩子的营养,甚至产生严重病变或可导致发育迟缓,甚至死亡。”

【盘点】暗藏寄生虫陷阱的食材

牛肉、猪肉、蛇肉、鱼

绦虫病:绦虫在人体肠道寄生后,将头端嵌大肠壁,在壁上吸取食物,能引发人体的体重减轻、腹痛、食欲减退及肛门四周刺痒等。

猪囊尾蚴病:猪带绦虫的幼虫即囊尾蚴,可以在身体的任何部位寄生,当寄生在脑内时,可引起脑囊尾蚴病,引起头痛、呕吐和癫痫样发作,严重的可引起死亡。

旋毛虫病:旋毛虫寄生于人体小肠,主要因生食或半生食含有旋毛虫幼虫囊包的猪肉或其他动物肉类而感染。

鱼片、虾、蝌蚪

肺吸虫、肝吸虫病:可引起肺部咳血、肝部相关病变,甚至进入脑脊髓,引起颅内病变。

螺类

广州管圆线虫病:其幼虫主要侵犯人体中枢神经系统,表现为脑膜和脑炎、脊髓膜炎和脊髓炎,可使人致死或致残。

蔬菜

钩虫、鞭虫、蛔虫等土源性线虫病,可夺取营养,造成贫血、腹泻,甚至引发肠梗阻危及生命。

■记者 徐焰



生活表情



“金虎上墙”

11月6日,深秋季节,路过狮子山小区,一幢楼房墙壁上的爬山虎都变成了金黄虎了。 实习生唐俊 摄

长沙机动车已超131万辆

猴子石大桥又成“最堵之地”

交通

本报11月8日讯 今日,长沙交警支队发布了10月份交通情况分析报告,全市事故多发路段集中在过江桥梁以及高架桥上。其中,事故报警最多的猴子石大桥拥堵也最为严重。目前,该路段施工管制仍在进行,市民高峰时段尽量选择绕行。截至10月底,全市机动车保有量达到131.58万辆,驾驶人保有量为146.65万

人,车流量大成城区拥堵最大原因。

10月份,事故报警排名前五的路段分别是猴子石大桥、东二环杨家山立交桥路段、南二环新开铺立交桥、劳动路树木岭立交路段和湘江一桥。交通拥堵报警排名前五的路口为猴子石大桥、东二环团结桥至杨家山路段、韶山路桔园立交、芙蓉路松桂园路段、银盆岭大桥。 ■记者 黄娟 实习生 姜凯夫



双11 双君双英

——永通华诚别克 恭迎购车 双享礼遇



双十一,别克双君双英,湖南永通华诚惊喜有礼!

- 凡2012年11月10日-11日来店选购君威、君越、英朗GT、英朗XT即可享受现金钜惠,更可额外特别获赠价值1111元的专属礼包。
- 凡购买别克君越任一款车型,再送2年4万公里综合保修(加上原厂保修2年4万公里,即总共可享受长达4年/10万公里的免费质保)。
- 凡活动期间老车主推荐新车主购车成交可享价值500元的售后工时券。(更多活动详情可致电或到店咨询)

别克 来自上海通用汽车

湖南永通华诚别克4S店 展厅地址:长沙市望城区金星北路四段589号 咨询热线:88261888 售后热线:88086008