

节后首周我市或被雨水承包

本报讯(记者 蒋玉 通讯员 丹气)春节假期画上了句号。记者从气象部门了解到,节后首周,新一轮的雨水将铺展开来,大家出行要注意安全,别忘记带上雨具。

刚刚结束的春节假期,天气舞台格外精彩:先是晴好天气打头阵,并伴随着气温回升,到了假期后期,天气君陡然“变脸”,雨雪、冷空气纷纷来凑热闹。昨

天是正月初六,正值返程高峰,可天气大戏依然没有结束,给大家的出行带来了不少麻烦。

气象部门消息,今天全市是多云转阴天气。虽说雨雪天气在今天有一个间歇,但后面天气真是一言难尽! 12日开始又将迎来新一轮降水,本周几乎是雨雨雨雨的天气! 气象部门提醒,今天路面将有一定冰冻,对交通将造成一定影响,大家注意谨慎

慢行。

气温方面,今天气温依旧十分低迷,最低气温在零下二度。明天开始气温会有小幅回升,预计最高气温将升至7~8℃左右,最低气温也将在冰点以上。

近期天气预报:

今天全市多云到阴,东到东北风3到4级,早晨最低气

温: -2℃左右,有对交通有影响的道路结冰,白天最高气温: 3℃到 4℃。

12日全市阴转中雨,早晨最低气温: 0℃左右,白天最高气温: 7℃到 8℃。

13日全市阴有小到中雨,早晨最低气温: 3℃到 4℃,白天最高气温: 8℃到 9℃。

聚餐喝大了, 如何解酒才对?

节假日餐桌上轮换着各种美食,觥筹交错中,酒是当然少不了。喝醉了如何能快速解酒? 喝浓茶解酒靠谱吗? 喝了酒几个小时后才能开车? 让我们来听听医药专家怎么说。

吃胃动力药 可以促酒排出吗?

吃多潘立酮或莫沙必利这些促胃动力药貌似可以让酒加速通过小肠,减少酒精的吸收,但别忘了回结肠同样可以吸收酒精,而且酒精已经吸收入身体后,更无法通过胃动力药排出。更何况,有些促胃动力药,如西沙必利,还可能增强酒精的镇静作用。

催吐可以促酒排出吗?

在酒精还在胃里的时候,催吐可以促酒排出,但催吐其实危害很大,一方面,喝酒者的意识往往不太清醒,呕吐物容易被吸入呼吸道,造成肺炎,严重的还可能窒息死亡;另一方面,酒精混着大量的胃酸从食管反流,会腐蚀食管;此外,还可能诱发急性胰腺炎和消化道出血。

喝浓茶可以解酒吗?

民间流行说喝浓茶解酒,但其实没有根据。李时珍说:“酒后饮茶,伤肾脏,腰脚重坠,膀胱冷痛。”现代研究发现浓茶中的茶碱可使血管收缩,血压上升,会诱发或加剧头疼。虽然茶叶中的茶多酚确实有一定的保肝作用,但酒醉还是不建议喝浓茶,喝温开水或喝淡茶可以稀释血液,并增加尿量。

有什么好办法 可以解酒呢?

要养成先吃东西再喝酒的习惯。很多人都有亲身体会,空腹喝酒容易喝倒。因此,在喝酒前,应先喝牛奶、豆浆、米汤,吃些鸡蛋、肉类等高脂肪、高蛋白的食物。

喝酒前要先吃些青菜。喝酒以后,食用这些食物依然可以帮助解酒,其富含的维生素B族、维生素C等更是可以帮助解酒、保护肝脏和排出毒素。

葛花与枳椇子有解酒作用。梁代《本草经集注》所收录的《名医别录》中记载葛花“主消酒”,唐代的《新修本草》记载枳椇“和酒则味薄”。由此可见,葛花和枳椇子及其制剂具有解酒毒之效。(新华)

羽绒服为何轻便又保暖?

羽绒服不仅可以帮我们抵挡冬季的寒冷天气,而且比较轻便,可谓是“冬季三宝”。

羽绒服具有优异的保暖性能是由它的结构所决定的。羽绒拥有立体枝状结构,其绒朵呈朵状,是由一个绒核及放射出的很多绒丝组成的。绒丝又是由许多微小的中空结构鳞片组成的,其中蕴含了大量的静止空气,由于空气的热传导系数很低,从而形成了阻碍冷热空气流动的天然屏障。

空气可以隔热,那么为何我们在冬天光着身子置于空气中,还是会感到寒冷难耐? 这是由于空气会对流,紧贴于身体的那层空气,接受了身体的热量,密度就变轻上升,空出的位置就会被旁边的冷空气及时补充,所以贴着皮肤的空气始终是冷的。这时候,当你穿上一件羽绒服,衣服中的羽绒本身带有很多小管,这些小管里面充满空气,而羽绒服的面料和里料则组成了一个大口袋,当把富有弹性的羽绒装进这个口袋时,会形成一个很大的支撑空间,可以用来储藏空气,进而阻止热对流。虽然羽绒服不是密封的,但它里外的布料结构都比较紧密,这个结构正好



可以降低空气的运动速度,与外界的空气交换缓慢进行,这样就大大减弱了热传导,提高了衣服的保暖性能。

那么,我们应该如何选购一件轻薄又保暖的羽绒服呢? 首先,要看羽绒服标签上的含绒量,含绒量越高,撑出的空间越大,保暖性能相对越好。同时,还要看羽绒的具体成分,目前最常见的羽绒就是白鹅绒、灰鹅绒、白鸭绒、灰鸭绒等,一般来说,鹅绒的保暖性要好于鸭绒。鹅绒的绒朵大且饱满,蓬松度好,更保暖,鹅食草、鸭杂食,所以鹅绒的异味也会小很多。

从颜色上来说,灰鸭绒和

白鸭绒的保暖性能没有太大区别,但白鹅绒、白鸭绒价格都稍贵。这是因为灰色羽绒只适合深色面料,而白色羽绒颜色浅,适用面料广,浅色、深色面料都可以用。从产量上来说,物以稀为贵,无论鹅绒还是鸭绒,白色的产量都远低于灰色。

此外,在羽绒服的洗涤过程中也需要注意,经常清洗会使得羽绒的绒丝脱落一部分,蓬松性能会受到一定影响,降低保暖性能。一件质量好的羽绒服,在不影响干净穿着的前提下,洗涤次数不宜过多,同时,洗完之后拍打衣物也应尽量轻一点,以减少对羽绒的伤害。(新华)

吃鸡进补,这些部位不要随便吃!

鸡肉是很多人喜爱的肉类之一,其肉质细嫩、滋味鲜美、营养丰富。鸡肉的烹调方法有很多,因此,在朋友聚会、家庭聚餐中它都是餐桌上的常客。然而,鸡的身上并非所有部位都适合食用,也并非所有人都适合吃鸡。

鸡身上都有哪些营养价值?

鸡肉:具有高蛋白、低脂肪、低胆固醇、低热量的特点,还能提供维生素、矿物质等。

鸡冠:含透明质酸,可以消除炎症,也可以用来制作肉毒杆菌,对抗肌肤松弛老化。

鸡骨:含有某种蛋白质,可以为类风湿关节炎患者止痛。

鸡身上哪些部位不能吃?

1.鸡屁股
鸡屁股含有大量脂肪,此外,还聚集着诸多淋巴组织,淋巴中可能暗藏着病菌、病毒、致癌物等有害物质。

2.鸡脖子
鸡脖子是血管和淋巴腺体集中的部位,不可多吃,吃时最

好去掉鸡皮。

3.鸡皮
鸡皮中脂肪和胆固醇含量较高,容易导致肥胖,诱发高血压、高血脂、糖尿病等慢性病。

4.鸡胗、鸡肝、鸡肾
鸡胗负责储存和磨碎食物,鸡肝负责代谢、解毒有害物质,鸡肾与有害物质排泄有关,因此,应减少食用次数和食用量。

5.鸡头
鸡脑中胆固醇含量较高,会增加冠心病等心脑血管疾病的患病风险,因而,建议少吃或不吃。

鸡汤与鸡肉哪个营养更高?

炖鸡过程中,大量的鲜味物质会溶解到汤中,因此鸡汤会变得好喝,但鸡肉的蛋白质、维生素和钙等营养成分并不会流失,只有小部分会溶解在汤里,因而,炖完汤的鸡肉营养远高于鸡汤。

鸡汤好喝, 但不适合这些人!

1、“三高”群体。鸡汤中油脂含量较高,尤其是饱和脂肪

酸。“三高”人群喝后,可能会升高甘油三酯,增加高血压、中风、心脑血管疾病的风险。

2.胆囊炎、胆结石患者。脂肪的消化需要胆汁的参与,鸡汤中的油脂会刺激胆囊收缩,胆囊炎和胆结石患者不应该常喝鸡汤。

3.痛风患者。鸡汤经过长时间炖煮,肉里的嘌呤会溶解到汤中。如果大量食用,容易诱发痛风。

4.风热感冒患者。鸡汤性温,能够补虚,缓解风寒感冒。但如果是风热感冒,则可能会加重病情。

如何挑选 新鲜又健康的鸡肉?

1.挑选颜色发白的鸡肉,不买肉质发红、发黑的鸡肉,因为活鸡被宰后,血放出来,肉的颜色就会发白。

2.鸡翅膀上如果有红针眼,那么鸡肉很有可能被注了水。用手捏一捏皮层,如果有明显打滑的感觉,也可能意味着注过水。

3.如果鸡肉外层微干,不发黏,用手指压后立即复原,无异味,说明鸡肉比较新鲜。(新华)



明日停电

2月12日 暂无

2019 观影指南

卢米埃丹阳金鹰影城

今日上映6部影片:
吴京、屈楚萧主演冒险、科幻、剧情电影《流浪地球》;黄渤、沈腾主演喜剧、剧情、科幻电影《疯狂的外星人》;沈腾、黄景瑜主演喜剧电影《飞驰人生》;王宝强、鄂靖文主演喜剧电影《新喜剧之王》;动画、冒险、喜剧电影《熊出没·原始时代》;朱亚文、刘芸主演动画、家庭、喜剧电影《小猪佩奇过大年》。

全球最先进的RealD 3D,就在卢米埃影城! 卢米埃影城免费提供3D框架、夹片眼镜!
手机下载卢米埃官方APP,最低票价提前选座。影讯活动可关注微信订阅号: 卢米埃丹阳金鹰影城。

中影国际影城

今日上映8部影片:
吴京、屈楚萧主演冒险、科幻、剧情电影《流浪地球》;黄渤、沈腾主演喜剧、剧情、科幻电影《疯狂的外星人》;沈腾、黄景瑜主演喜剧电影《飞驰人生》;王宝强、鄂靖文主演喜剧电影《新喜剧之王》;成龙、阮经天主行动作、奇幻、喜剧、爱情电影《神探蒲松龄》;动画、冒险、喜剧电影《熊出没·原始时代》;朱亚文、刘芸主演动画、家庭、喜剧电影《小猪佩奇过大年》;动画、爱情、奇幻电影《白蛇:缘起》。

具体场次及时间:
1.可拨打热线咨询: 0511-86169688
0511-86058118;
2.可关注微信公众账号: dyzhongying。

信息收集:朱江达

上周水质				
丹阳水务集团有限公司 www.dywater.com.cn				
指标	标准值	出厂水均值	市区(含开发区)管网水	乡镇管网水
COD _{mn}	≤5mg/L	0.9	1.2	1.5
浑浊度	≤1NTU	0.10	0.11	0.16
色度	≤15度	≤5	5	5
臭和味	无异臭、异味	0	0	0
余氯(mg/L)	0.80>出厂水≥0.30 管网水≥0.05	0.40	0.35	0.30
菌落总数	≤100CFU/mL	未检出	未检出	未检出
总大肠菌群	不得检出/100mL	未检出	未检出	未检出
耐热大肠菌群	不得检出/100mL	未检出	未检出	未检出
肉眼可见物	无	无	无	无
饮用水水质评价结果	合格	合格	合格	合格