植物奶油“问题” 谁来提供权威说法

氢化油,也称植物奶油、植物黄油、植脂末。在面包、奶酪、人造奶油、蛋糕和饼干等食品焙烤领域广泛使用。氢化油产生大量反式脂肪酸,增加心血管疾病、糖尿病等风险,世界各国已纷纷限制,但中国却在大规模、无限制地使用。专家预言,若不加以干涉,或酿出食物史上的最大灾难。

中国糖尿病患者全球第一

最新的世界糖尿病普查数据显示,在中国成年人中糖尿病患者高达九千多万,中国已超过印度成为糖尿病第一大国。换句话说,每四个中国成年人中就有一个患上糖尿病或处于糖尿病前期。

调查显示,中国居民的生活已向着高脂肪、高蛋白的方向发展,而这些都是糖尿病等慢性病流行的温床。在过去的几年间,全球化的飞速进程把西方的生活方式渗透进了中国。洋快餐成为越来越多人的生活方式。专家预言,照此发展,中国将毫无疑问地迎来糖尿病的大爆发。

一个勇敢的美国实验者

美国人摩根·斯普尔洛克2005年为了证实快餐对身体究竟会造成什么影响,强迫自己在30天内三餐只吃薯条、汉堡等快餐。他还把实验拍成了纪录片,并获得了奥斯卡纪录片奖的提名。但他为此也付出了惨重代价:不仅肝脏呈现中毒反应,胸口闷痛,血压大幅度升高,且胆固醇上升了65%,体重增加了11公斤。

不过专家称,对人体造成如此伤害的食品还不止洋快餐,各类西式蛋糕、饼干、咖啡、巧克力、冰激凌都有这种风险。其中非常重要的原因之一就是,它们都含有同一种物质氢化油,而氢化油目前在面包、奶酪、人造奶油、蛋糕和饼干等食品焙烤领域广泛使用。

植物奶油对人体危害极大

伴随着氢化植物油、植物黄油的大量使用,研究人员发现了它对健康的极大危害,因为氢化油可产生大量的反式脂肪酸。

南昌大学生命科学学院副院长邓泽元介绍,反式脂肪酸的摄入量和心血管病的发病率有明显的相关性。美国哈佛大学医学院也发现:反式脂肪酸除了增加心血管疾病的危险性外,还会干扰必要脂肪酸的代谢,影响儿童的生长发育及神经系统健康,增加2型糖尿病的患病风险并导致妇女不孕。有科学家甚至把氢化油和杀虫剂滴滴涕相比,把氢化油称作又一个滴滴涕。

各国限制使用植物奶油

由于植物奶油对人体危害极大,各国早已开始进行限制。

2003年丹麦率先规定,市场上任何含反式脂肪酸超过2%的油脂都被禁止;同年,美国食品和药品管理局也规定,食品营养标签中必须标注产品的饱和脂肪酸含量及反式脂肪酸的含量。此后,加拿大、荷兰、法国、瑞典等也作出相关规定。从2008年7月1日起,全纽约所有餐饮业完全封杀含有反式脂肪酸的食品。

中国仍普遍使用植物奶油

但在中国,氢化油仍在普遍使用。有关专家曾做了调查,选取了2005年至2009年中国食品市场上52个著名品牌共167种产品,对油脂含量和反式脂肪酸种类含量进行了监测。结果发现,抽检食品中87%的样品含有植物奶油;95%的“洋快餐”、蛋糕、面包、油炸薯条类小吃也含有;约90%的冰淇凌、80%的人造奶油、71%的饼干均检出含有植物奶油。

而记者调查也发现,在我们的食谱中,几乎随处可见用植物奶油加工过的食品,它对人体健康的威胁,就像一颗颗定时炸弹,说不定什么时候就会爆发。　(据央视)

离婚率高是地震后“想开了”有点扯

今年前三季度,我国共有131万对夫妻办理离婚登记。其中,四川离婚人数最多,共有102596对夫妻离婚,位居全国榜首。有学者就此分析,四川近几年离婚人数增多和汶川地震后“想开了”有一定关系。地震后,四川人更愿意反思生命的意义,更重视生活的幸福度,更关注个人的感受。在对婚姻产生怀疑时,更愿意果断选择离婚。(《成都晚报》11月7日)

离婚数据高的原因很复杂,有人口基数偏大的因素,有社会流动加剧的因素。然而,一个省份离婚率在全国排第一,并不必然表明这个省份的民众就真的“想开了”。这样的论调不免有些扯,甚至有些过分娱乐化地震的嫌疑,也是对那些亡灵和幸存者缺乏尊重的表现。

天崩地坼的大地震固然会对人们的心理、情绪、行为产生某种深刻影响,这种影响可能确实需要相当长一段时间才能逐渐趋缓乃至平复。发生过大地震的地区往往不乏这样的例子,很多亲历者甚至终生都很难走出地震的阴影。唐山大地震到现在已经30多年了,直到现在,仍有一些地震幸存者害怕黑夜,夜里也不愿意将窗帘遮上。这些也都是实情,现在需要做的,是尽可能为幸存者提供心理帮助、心理抚慰,而不是随意拿离婚率来说事,甚至将其与人们对婚姻的忠诚度联系起来,将地震的影响绝对化、娱乐化。

如果按照四川的这条“规律”,地震后的人们更愿意果断离婚,则1976年唐山大地震之后,河北的离婚率是不是应该更高?即便是拿地震的后续影响说事,完全也可以得出另外一个结论,那就是地震后,人们更重视生活的幸福度,反而会更珍视家庭的避风港作用,也因此,再婚率、家庭重组率反而应该是上升的。事实上,汶川地震一周年时,很多媒体都注意到了当地人民的婚姻重组现象,并以乐观的笔调报道,认为这是灾区人民新希望的诞生云云。

总有一些人、一些媒体喜欢将什么都往地震上扯,左也是地震、右也是地震,似乎只要找到地震这一个关键词,则一切都可能说得通,学问、观点也就因为联系上了时事而变得时髦起来。任何现象均能与地震产生联想,离婚率高是因为地震“想开了”,重组家庭多也是因为地震“放不下”……

这样的胡拉乱扯十分荒唐,极不负责任。媒体也好、学者也罢,更应该以关切的目光、理解的态度关注地震,关注地震的幸存者,不要总是抱着猎奇的围观心态,唯恐事情不热闹,唯恐新闻中没有“看点”。

(据《中国青年报》)

全国公众对“城市噪声”最不满

满意率为68.56%

2009年公众对环境满意率调查显示,公众对噪声的满意率低于对空气的满意率10个百分点。

环境保护部8日发布《2009年全国城市环境管理与综合整治年度报告》,公布2009年度全国城市环境综合整治定量考核结果。环保部发言人陶德田表示,2009年,全国655个设市城市全部纳入年度“城考”范围。

全国城市中有77.36%的城市开展了公众对城市环境保护满意率调查,结果显示全国城市公众满意率平均为77.26%。其中,城市公众对城市空气质量改善情况、污水排放情况和噪声影响等关注度较大。城市公众对空气质量的满意率为79.85%,对河流湖泊状况满意率为78.29%,对噪声状况满意率为68.56%。

城市环境基础设施建设尚需加强,2009年,全国城市生活污水集中处理率平均为63.42%,比2008年提高8.03个百分点,其中,445个城市的城市生活污水集中处理率超过60%,比2008年增加80个城市。

城市生活垃圾无害化处理率平均为72.06%,比2008年提高1.04个百分点,其中,437个城市的城市生活垃圾无害化处理率高于80%,比2008年增加24个。

陶德田指出了一些环境综合整治工作还有待加强的城市,太原、自贡、玉溪、嘉兴、亳州等5个城市水环境功能区(城区)水质达标率较低。温州、宿州、陇南、乌鲁木齐4个城市交通噪声为轻度污染。通化、黑河、临沧、酒泉、安顺5个城市环境基础设施综合水平较低。　(据《新京报》)

趣图 有趣的创意

办公室备双布鞋让脚透气放松

入秋之后,随着几次明显的降温,高筒皮靴、棉鞋、毛皮鞋等冬天的鞋子重又回到人们的脚上。可是,厚厚的冬鞋在室外很舒服,在温暖的办公室里,就显得太过笨重而闷热了。

首都医科大学附属北京同仁医院骨科主任、足踝病专科教授张建中在接受记者采访时表示,由于大多冬鞋都有几公分厚的鞋跟,长时间穿着,脚部不能得到很好的放松,足弓容易累,并且行动不轻便。北京中医医院皮肤科主任曲剑华说,在室内穿冬鞋,不利于脚部血液循环。同时,由于厚靴不透气,穿起来会觉得很闷,脚容易出汗,时间长了,会滋生病菌,严重时可能诱发湿疹、皮炎、脚气等疾病。

而布鞋材质柔软,透气性较好,走起路来既灵活又轻便,双脚不容易累。在室内外温差较大的情况下,不妨在办公室里备双布鞋,不但避免了在室内穿冬鞋的不适感,而且,轻便、柔软、透气的布鞋,很利于脚部保健。

那么,秋冬季节如何选择一双合适的布鞋在室内穿着呢?张建中建议,布鞋的尺寸大小要完全合适,穿起来不要太紧、夹脚;鞋底不能太薄,厚一点的鞋底穿起来脚不会冷。

不过对于那些有脚病的人(比如脚部疼痛的患者),张建中提醒说,这类人不太适宜穿布鞋,因为布鞋是平底的,走起路来足弓会相对用力一些,因此在一定程度上会加重脚部组织的疼痛感,这类人最好穿稍微有坡度、柔软性好的旅游鞋。　(据《生命时报》)

中老年人静坐默思也能养生

年过九旬的祖母,依然眼不花耳不聋腰不驼,整天神采奕奕,笑声爽朗,半点也看不到老年人的老态龙钟。无论是买菜、做饭,还是调理家务,样样皆通。

祖母之所以健康长寿,是因为她深谙养生之道。她的养生之道就是时常静坐默思,这项“功课”已经伴随着她度过了几十个春秋。

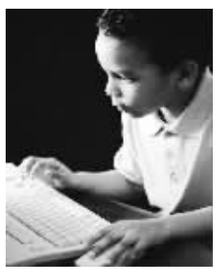
每天早晚,我总是看到她搬来一把椅子,端坐于厅堂中间,静坐默思,岿然不动。爸爸妈妈告诉我,祖母的这项“功课”已经做了60多年。

她对我们说,每天只要打坐两次,每次20分钟左右,就能够收到意想不到的养生效果。这是因为打坐时,思维集中,脑海空灵,心、肝、肾得到了较好的调养,且因为打坐时的入神,使得呼吸畅通,久之又增强了肺部的活力。

这么多年来,祖母身体这样的健康,实在是得益于静坐默思的功效。老年朋友,您不妨试一试。

(据《健康时报》)

每天上网超过3小时的必看常识



趴着睡觉的时候要记着把计算机关机,不只是把屏幕关掉而已,因为只把屏幕关掉是无法杜绝辐射的。趴着睡,往往头直接对着计算机,哪天得了老年痴呆症或脑瘤就来不及了。

(据《环球网》)

关于受理社会各界对
国家开发银行股份有限公司资产安全的监督举报

公　告

[illegible]

热忱欢迎社会各界对开发银行资产安全进行监督。对危害或可能危害国家、地方、公众及国家开发银行利益的行为进行举报。

[illegible]

一、监督范围

[illegible]

二、监督内容

(一) 利用虚假的经营信息及申请材料,骗取开发银行贷款的行为。企业以不真实或虚假的资产、负债、损益[illegible]

(二) 挪用、滥用、侵吞开发银行信贷资金的行为。[illegible]

(三) 恶意拖欠贷款本息或逃废开发银行债务的行为。企业有资不抵[illegible]

(四) 侵害开发银行权益权益等其他危害开发银行资产安全的行为。

三、举报方式

[illegible]

四、奖励

[illegible]

五、受理联系方式

1. 总行

[illegible]

2. 分行

[illegible]

六、此公告由开发银行解释,相关内容已在开发银行网站上予以公布。

特此公告

国家开发银行股份有限公司河南省分行

2010年11月　日

某电脑市场内的电脑医院为电脑用户免费提供解决QQ与360冲突的服务。　蔡代征　摄

千余QQ用户申请集体维权

热侃最纠结车牌QQ360

“QQ与360恶战,用户成了炮灰,现在真有人向‘霸权’说不了,不知道结果会怎样。”近日,已有网友回过神来,向国家工商总局申请对腾讯公司展开反垄断调查。

网友称受害申请调查

“被迫卸载正在使用的软件,当网民被迫选择时,也就没了选择权,而我认为这仅仅是处于垄断地位的网络公司挟持网民的开始。”7日,已向国家工商总局提交《反垄断调查申请书》的律师王丰昌对记者说。

“我是以普通网友的名义提交的申请,被申请人则是深圳市腾讯计算机系统有限公司。”王丰昌称,他也在个人电脑中安装了腾讯公司的QQ聊天软件和360公司的360安全卫士软件,“我个人对这两款软件都使用了多年,已形成了使用习惯。11月3日,电脑屏幕上出现腾讯公司强逼网友‘二选一’的弹窗,我认为一个软件无任何权利要求它的使用者卸载其他软件。”

直指腾讯属恶意垄断

7日,记者在王丰昌向国家工商总局提交的《反垄断调查申请书》中看到,王丰昌陈述,根据《中华人民共和国反垄断法》第十九条规定:经营者在相关市场的份额达二分之一时,可认定其具有市场支配地位,而腾讯公司的QQ软件已经超过80%的市场份额,腾讯公司强迫网络用户在两款软件中做二选一的行为正是利用了他的市场支配地位,属于恶意的垄断行为,同时对要求用户删除的软件也构成了不正当竞争。

“我已在法易网上列出了针对此事的集体维权调查表,也希望看看网友的态度。”王丰昌说。

千余人申请集体维权

7日晚9时,在王丰昌所说的隐私保护集体维权调查表统计栏中,记者发现“已有1297位QQ用户申请加入集体维权”。一名网友留言说:用户好比是一个小区居民,有人窥探小区的隐私,被保安发现了,偷窥者现在要居民辞退保安,这样做的后果是什么,不言而喻。也有网友表示,他支持这种形式的集体维权行动,“但我更想这是一次对网民权利认识的苏醒,而不是又一次口水战的开端。”

7日,记者在新浪、网易等网站发现,关于QQ与360决战的消息仍占据主要位置,网易等多家网站专门辟出了专栏,网友的回复则多表示出对“被要挟”、“被炮灰”的反感。在猫扑论坛上,多条有关“决战”的帖子被设置成了精华帖。在天涯论坛上,专门设置成“QQ大战360专区”的板块备受青睐,部分相关帖的点击率已过万,回复率近千。

“我的申请请求有三个,依法对被申请人进行反垄断立案调查;依法责令被申请人立即停止滥用市场支配地位的行为;请求依法对腾讯公司罚款。”王丰昌7日告诉记者,向国家工商总局提交的《反垄断调查申请书》,8日下午还会递交进一步的补充材料,估计很快会有回复。

相关新闻

网友热侃最纠结车牌“QQ360”

近日,腾讯与360的商业矛盾进入白热化,而网民们的娱乐细胞也再度活泛起来,有好事网友在论坛上贴出了“史上最纠结车牌”(见图)进行调侃。

记者在帖子中看到,这块史上最纠结车牌为“云P·QQ360”,那场白热化斗争的主角“QQ”、“360”都身在其中。“‘QQ360’的车主会不会一觉醒来,收到车管所信息:请将您的车牌号保留QQ或者360其中一个号码,否则我们会强行卸载。”网友们纷纷笑劝持该车牌号的车主,上路前要挡住其中一个号码,否则会引来麻烦。还有不消停的网友以车主的口吻在跟帖回应,“那要是真挡住了,警察叔叔真的同意吗?”

更有IT界网友煞有介事地分析这块号牌:“云”就是指云安全。360一直宣传对安全软件实现革命性的改良,但这套理论近日被腾讯方面驳斥为谎言,两方在“云”上大做文章。“P”就是“PK”,“云P·QQ360”不仅有对战方,连对战的范围都已划定,堪称车牌中的极品。

(据《北京晨报》)

声　明

兹有夏伟豫SC0132号轿车,车架号:21760202273,发动机号:61077696,其车购税完税证明,证号:6410182022,因不慎丢失,特声明作废。

声　明

兹有固始三科电脑网络有限责任公司营业执照副本,证号:411525100004255(1-1),因不慎丢失,特声明作废。

声　明

兹有潢川县城关镇第一小学公章1枚,因不慎丢失,特声明作废。

声　明

兹有息县企业养老保险中心基本户账号:1718022209049009121,开户许可证(核准号:J5152000024904),因不慎丢失,特声明作废。