



市举行。新华社记者 陈海宁摄



众多游客。新华社记者 李安摄



购商。新华社记者 龚献明摄



动。新华社记者 杨世尧摄

营养快餐

饮食润燥解春困

春困、春燥这些都是人们在春季里必然会遇到的问题。出现这些问题该怎么办呢?合理的饮食能帮助我们解决这些属于春季特有的烦恼。如茉莉花茶消春困、蜂蜜水能润燥、鸡汤能祛春寒等。

茉莉花茶消春困 民间早有“春宜饮花”之说,而从养生和保健的角度来讲也是春饮花茶。春喝花茶,能缓解春困带来的不良影响。花茶甘凉而兼芳香辛散之气,有利于散发积聚在人体内的冬季寒邪、促进体内阳气生发,令人神清气爽,可使“春困”自消。

春季吃竹笋炖肉

春天来了,各种新鲜的竹笋纷纷上市,比如浙江、福建地区产毛笋,云贵地区则产青笋等。自古以来,竹笋被视为菜中珍品,竹笋性质微寒,可以清热。中国中医科学院广安门医院王大夫认为,毛笋炖肉具有不错的清热消痰作用,春季容易上火的人很适合食用。

春季补肾养肝汤

做法:黑豆50克,夏枯草30克,白糖1匙。将夏枯草除去杂质,快速洗净,控干水分。黑豆除去杂质,洗净,用水浸泡半小时。最后将夏枯草、黑豆倒入锅内,加水三大碗,用小火煮约1小时,捞去夏枯草,加白糖,继续煮半小时,至黑豆酥烂,豆汁约剩下一小碗即可饮用。

功效:该食物具有补肾养肝的功效,经常饮用,能保持血压稳定。对风火牙痛也有疗效,春季饮用可防肝火盛。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号

近年来,网络谣言不断在网上蔓延,传言成了社会生活中一只“看不见的手”。请关注——

“上海女”闹剧给人们带来几多反思?

赖星

打破砂锅

在男友家吃了顿饭、连夜分手的“上海女”逃离江西农村的事被证实纯属虚构;所谓的“上海女”只是上海周边某省的一个有夫之妇,杜撰这么一个故事只是因为与丈夫吵架发泄情绪,而之后回应的所谓男友,不过是接着炒作的“路人甲”。

传言不能姑妄听信

21日,剧情出现反转。江西省网络部门调查发现,“上海女孩逃离江西农村”事件从头至尾均为虚假信息。发帖者“想说又说不出”纯属网上宣泄情绪,而之后在网上自称“江西男友”回应的网友“风的世界伊不懂”,和徐某某素不相识。

善加引导凝聚共识

“上海女”这出反转折射出我国网络管理存在的诸多难题以及一些网民媒介素养的缺失。专家指出,互联网是所有人对所有人的传播,只要善加引导,就能凝聚共识,影响社会。

对网络谣言不可放过

2016年开年,网络空间接连出现几起谣言。在春节假期出现的“上海女孩逃离江西农村”虚构事件尤为恶劣,不仅当事人发帖内容悉数捏造,网络上甚至有以“女孩男友”面目出现的“碰瓷者”。

三维打印为“碎脸”患者“拼脸”

在制定详细治疗计划,并对术后护理及并发症做好预案后,整形科颅颌面中心主任舒茂国副教授带领团队分三步进行手术。第一步根据术前三维CT设计,从原来面部伤口及口内切口进入,显露面部骨折部位。



2月24日,福州市乌山小学在开学第一课上请老师们分享身边的孝善故事。近日,全国中小学陆续开学。在福州市乌山小学,学校鼓励教师结合班级学生特点,将当地历史名人林则徐的家训贯穿开学第一课的教学中,通过分享孝善故事、制作孝善心愿卡、临摹林则徐家训等方式,弘扬孝善传统文化。新华社记者 宋伟摄

深圳社区配“智慧药房”

分包装机等在内的“智慧药房”,改变了传统人工配药发药的服务模式,由智能发药设备配合人工完成处方调配,以提升患者取药效率,保障用药安全。



近日,在2016年世界移动通信大会上,一名参观者现场体验HTC带来的虚拟现实头盔 Vive。新华社发(利诺·德·瓦利埃摄)

归类码齐,分格储存,只有和处方吻合时才会打开。等有患者取药时,药品就会根据处方“自动出列”,运送到患者面前。药剂师通过手机APP审核疑难点。一个药师可以负责3-4个社康中心的审方,解决社康中心缺少专业药师的问题。

生活风向标

新华社电(记者屠国玺 张玉洁)过了正月十五,快递公司陆续开始收单,甘肃礼县农民文冠军的网店正抓紧发出近300份苹果网销订单。

茶余饭后

2016年开年,网络空间接连出现几起谣言。在春节假期出现的“上海女孩逃离江西农村”虚构事件尤为恶劣,不仅当事人发帖内容悉数捏造,网络上甚至有以“女孩男友”面目出现的“碰瓷者”。

科学与生活

科技日报讯(任伟锋 于姣 记者张强)近日,第四军医大学西京医院整形外科借助颅颌面三维打印及设计技术,为一名被熊咬伤“碎脸”的患者实施“拼脸术”,恢复了面部骨骼主要结构重建和咬合功能重建。

电商渐成农民制衡市场周期利器

同样的市场行情,让他感觉每年的种植“就像是一场赌博”。文冠军说,前几年,礼县苹果卖得特别俏,一车4万斤的苹果,只用2小时就能发往全国几个大型水果市场。