

营养快餐

嘴唇干裂吃些山药

到了春天,正是风多的时节,很多人都有舔嘴唇的毛病,因此容易引起嘴唇干裂、受风。

即使是正常情况下嘴唇的皮肤都很脆弱也会出现干裂现象,因此这个时候人们则会选用唇膏来对嘴唇进行保护。

不过对于上火干燥的人群,中医建议宜采用中药调理为佳。中医理论认为:脾开窍于口,其华在唇。意思是脾主肌肉,唇为肌肉组织,口唇的色泽与脾的运化有密切联系。因此,健脾是防止嘴唇干裂的关键。

干裂的嘴唇,不但有火烧般的胀痛感,看起来也不美观。平常可多食黄豆芽、油菜、小白菜、白萝卜等富含维生素的新鲜蔬菜。

山药

营养丰富,自古就是补虚佳品。山药含有游离氨基酸、多酚氧化酶等物质,具有滋补作用。山药与鸡肉炖食,有益气、清热、生津之效,对治疗口唇干裂有益。

冰糖炖银耳

用银耳50克,红枣10枚,冰糖适量,每天分3~4次饮用。

海带

将海带切碎煎汤,可经常饮服。切记,嘴唇出现干裂情况时,避免用手撕扯干皮,这样只会使嘴唇受到更大的创伤。

画中有话

不久前,宁夏回族自治区首个“智慧社区”在银川市永宁县阳光社区挂牌运行,所有居民都被列入“智慧社区”网络平台,平时只要有什么事情需要通知,工作人员只要在网络平台上通过短信群发方式就能实现,大大提高了社区办事效率。

新华社记者 彭昭之摄

许多即将恢复工作的哺乳妈妈总会遇到这样一个烦恼:母乳喂养。储奶袋的出现替她们解决了许多后顾之忧,然而,她们又有了新的困惑。请关注——

用储奶袋保存母乳安全吗?

实习生 张凡

打破砂锅

储奶袋,又名母乳保鲜袋,是一种食品包装用的塑料产品,主要用于储存母乳。妈妈们可以在母乳充足时将乳汁挤出,装在储奶袋中进行冷藏或冷冻,以备将来奶水不足或因工作等原因无法按时为孩子哺育时使用。因为储存时间长和其他一些特殊的设计,储奶袋受到了职场妈妈的青睐。不过,也有很多妈妈疑虑什么样的储奶袋才安全?

“纳米银”只是一种噱头

储奶袋材质是否安全,正成为哺乳妈妈们关注的焦点。

有一位妈妈反映,使用含纳米银的储奶袋后,解冻后的奶变味了。对此,有网友专门发文提醒妈妈们,不要购买纳米银储奶袋。

“纳米银,包括银离子,都具有杀菌的功能,但是杀菌效果如何还要看具体的产品,因为银的杀菌效果与用量是密不可分的。纳米银储奶袋中的母乳变味,可能有很多原因。

首先,纳米金属一般具有较高的活性,具有催化某些反应的能力,可能会产生一些意想不到的反应。其次,奶本身在存放过程中也会发生变化,只是速度很慢。这种情况需要专门检测才能知道发生了什么变化。但可以推测,变味的奶中含有硫化物,含硫化物一般具有特殊的味道。”北京化工大学材料科学与工程学院的徐日炜副教授在接受科技日报采访时指出,“纳米银的毒性近期一直受到关注,纳米金属因为尺寸很小,容易与细胞相互作用,可能存在风险。对于毒性大小是与接触量有关的,如果在安全剂量范围内,则无需太担心。”

而此前北京大学前沿交叉学科研究院和中国食品药品检定研究院曾对纳米银的安全性进行过评价,指出“纳米银有潜在的生殖毒性和遗传毒性,细胞毒性和剂量成分相关。”

北京化工大学材料科学与工程学院的励杭泉教授表示:“储奶袋的材质本身是没有问题的,保鲜母乳的关键在冷冻,而不是在储奶袋。使用洁净的普通塑料袋照样可以保存4个月,不要让厂家偷换概念。纳米银理论上

是可以杀菌的,但是价格不菲,厂家更多的只是为了达到宣传的效果。”

正规储奶袋是安全的

对于储奶袋的安全性,徐日炜指出:“只要生产厂家是严格按照卫生标准制作的,没有乱加东西,一般就不会有问题。”他解释:“储奶袋的材质主要是聚乙烯,也就是通常所说的PE。它是一种最广泛使用的塑料。有些储奶袋标注的材质LDPE(低密度聚乙烯)或LLDPE(线性低密度聚乙烯)都是聚乙烯的一种,只是密度和结构不一样,但在安全性上没有太大差别。有的储奶袋还会加入PET,使它的阻隔性更好一些。这些材质本身都没有问题,关键要看添加剂是否安全。”

徐日炜进一步指出:“很多人害怕塑料产品中添加双酚A,双酚A确实有毒,而以聚碳分子作为原料的产品在一定的温度条件下,可能会释放出双酚A,不过聚乙烯、PET等都不会有这个问题,现在的产品一般都会标注是否含双酚A,在选择时要多加注意。”

“虽然储奶袋材质本身没有问题,但不同品牌

的产品仍然存在质量差别,因此,应选择一些生产标准更高的厂家产品。如果制作过程比较精细的话,很多问题是可以避免的。”徐日炜建议。

也有妈妈建议:一周之内所有储奶袋的效果都差不多,但是两周之后就可以看出不同了。因此在选择之前,可以先试验两周,再决定最后选择哪个品牌的储奶袋。

关键在于储存方法

最近有网友在母婴论坛上爆料:还未使用过的储奶袋有异味,有的储奶袋冷冻之后袋子易裂开。一位来自河南的网友发帖称,使用某品牌的储奶袋后,母乳的颜色发黄了,还有发霉;而颜色没变的母乳味道尝起来也怪怪的,像豆浆的味道,还有些酸味。

对此,徐日炜解释,袋子裂开是因为使用的材料低温性能差,低温时变脆,受力后就容易裂开。而对于储奶袋有异味的原因,徐日炜认为:“保鲜袋类的产品通常会采用射线消毒,这种高强度的粒子束在杀死细菌的同时也会留下异味。除此之外,为了使油墨印刷在PE表面获得足够的粘接,会对表面进

行氧化,这也会产生异味。”

“如果奶中的部分分子发生了变化,可能是有材料进入了奶中,比如说颗粒分散到奶中,形成了特殊的结构,就会使其显色。这类奶建议不要再用。”徐日炜说。

励杭泉认为,母乳储存的关键在于冷冻方法,而不是在储奶袋。如果使用过程中操作不当,母乳依然会面临被破坏的风险。

徐日炜建议,储奶袋最好不要循环使用,因为“塑料本身的分子是会运动的,并且其运动范围很大,这样就会有东西黏附在上面,这些东西可能会发生变质;塑料制品又不可能完全清洗干净。因此循环使用安全风险就会增大。”

有网友建议:因为奶和水会分离,所以加温的时候,一定要先摇一摇,再用温水泡,不要直接加热。在冰箱中保存的时候,尽可能直立放置,这样可以避免袋子泄漏造成污染,并且最好不要和其他食品放在一起。“其实最好还是给宝宝喝新鲜的母乳,如果一定要冷冻母乳的话,冷冻的时间也不宜太长,因为就算母乳没有变质,长时间冷冻的母乳宝宝也不太爱喝。”她建议。

文化科技融合“热”中的“冷”思考

茶余饭后

去年全国各地文化科技融合“热”潮继续,“热”虽然催生了促进文化科技融合发展的舆论氛围和外在环境,但也产生了一些问题及不足,需要进行“冷”思考。

急功近利现象普遍存在。目前我国有很多地方,不顾具体实际,大搞各种文化科技融合政绩工程,仅仅把目光局限于当下,不做长久规划,结果是巨大的经济投入,到头来收效甚微。要实现文化科技融合的协调健康发展,需从具体实际出发,加强顶层设计,制定科学的发展规划,明确区域文化科技融合的功能定位、实施路径等,真正将文化科技融合发展落

实到实处,避免口号化、政绩工程等现象。

“两张皮”现象仍然严重。目前很多地区文化科技融合更多的只是“文化+科技”简单地做加法,文化企业主动应用科技以及科技主动为文化企业提供技术支撑的协同创新机制尚未建立。文化科技融合需要文化与科技领域共同推动,建立有利于文化科技融合的跨部门协调组织及工作体系和成立跨部门的联席会议制度是当务之急,通过构建联动机制,加快相关资源整合,形成推进文化科技融合的合力。

政府与企业角色定位不清晰。一些地方在推进文化科技融合时,忽视当前文化企业小、散、弱、差的特点,片面坚持以企业为主体、以市场为导向、产学研相结合的一般产业与科技融合的方法。在文化企业投入科技研

发的自觉与实力尚不能适应现代文化产业要求的情况下,推进文化科技融合,必须要充分发挥政府的引导、扶持作用。随着文化企业规模的扩大,再充分发挥企业自主研发的作用。但任何时候都要充分尊重企业的主体地位,确保研发成果尽快转化为生产力。

复合型人才短缺。目前我国文化科技复合型人才极度匮乏,人才队伍的质和量与市场需求还不适应。应从加强学科复合型人才培养、建立有利于复合型领军人才成长及发展环境、组建由不同学科人才构成的复合型人才团队等角度加以改善。

总之,文化科技融合是当下文化产业发展的重要路径,是推动文化产业进一步发展,实现文化产业国民经济支柱产业地位的重要途径。我们应该合理有序地推动文化科技融合发展,杜绝盲目跟风或过分注重科技等思想,加快文化科技融合与资本、人才的对接,真正实现文化与科技的协调、健康发展。(张少伟)

引入橄榄油国际检测标准 提升中国橄榄油创新能力 引领国内橄榄油消费潮流

欧丽薇兰引入中国首个国际橄榄油理事会认证实验室

本报记者 李丽云



国家商务部、国际橄榄油理事会、意大利驻沪总领事馆、中国疾病预防控制中心等嘉宾共同揭幕中国首个IOC认证实验室

4月25日,中国首个国际橄榄油理事会认证实验室正式落户上海,该实验室由国内橄榄油领导品牌“欧丽薇兰(Olivoila)”引入,也是亚洲唯一获得国际橄榄油理事会认证的橄榄油实验室。此举标志着中国在世界高端食用油——橄榄油领域的品质技术研究和检测能力取得重大突破,也意味着中国在橄榄油领域的科技研发及创新能力将跃升至欧洲发达国家水平。

国家商务部驻上海特派员张国庆、国际橄榄油理事会(以下简称IOC)油脂化学委员会主席Conte教授、意大利驻沪总领事馆Palagi领事、中国疾病预防控制中心食品安全与营养研究所副所长马冠生等国内外政府领导、行业代表均到场祝贺,共同见证了中国橄榄油科技发展的里程碑时刻。

那么,欧丽薇兰缘何能获得国际橄榄油理事会的认可成功引入中国首个国际橄榄油理事会认证实验室?中国首个国际橄榄油实验室的成立,对我国橄榄油市场以及行业未来发展又有怎样的意义?

欧丽薇兰以国际研发实力和影响力引入中国首个IOC认证实验室

据国际橄榄油理事会油脂化学委员会主席Conte教授介绍,国际橄榄油理事会是唯一一个橄榄油和油橄榄果的非盈利性国际政府组织,也是国际橄榄油质量标准的制定者。1959,IOC在联合国赞助下成立,首府设在西班牙。截至目前,国际橄榄油理事会下设的成员国已覆

盖了世界上98%的橄榄油种植和生产地区,其中就包括了欧盟的17个橄榄油主产区。

IOC对实验室有着严格的认证体系,要通过认证,除了具备在橄榄油检测设备、分析方法的技术和经验,还要通过接近800多种指标的生化检测能力的环评估,由IOC聘请专家成立评审委员会进行评审,每年组织一次评审和认证。在欧洲由上千家橄榄油生产商和研发实验室,但能通过IOC认证的也不到50家,其认证标准及其严格。

欧丽薇兰是橄榄油中的领导品牌,目前占据了国内橄榄油43%的销售市场份额。是目前国内销量最大,零售量最大的专业橄榄油品牌。欧丽薇兰对专业品质的坚持,在产品创新与研发技术上引领国际水平,并且具备丰富全球研发中心这样强大的研发机构,这是IOC所看重的。

据了解,欧丽薇兰自2004年将橄榄油带入中国以来,一直致力引导国内消费者认识橄榄油并推广及普及地中海健康膳食模式,引领世界橄榄油的品质创新,逐步赢得了国内外消费者的品牌认同和情感共鸣,建立了欧丽薇兰在消费者心目中第一品牌的地位。

2012年,欧丽薇兰推出了400ppm高多酚特级初榨橄榄油,甄选地中海产区优质橄榄果品种,以创新的科技,融合现代的初榨工艺,更大程度保留了橄榄果的营养精华——橄榄多酚,发现多酚营养与青果风味的黄金结合点——400ppm(毫升/千克),将高多酚营养与青果风味完美融合,重新定义至尊品质的特级初榨橄榄油。

欧丽薇兰在中国市场推出的大于400ppm的高多酚特级初榨橄榄油和普通橄榄油有哪些不同呢?

Conte教授告诉记者:“一般的橄榄油多酚含量在100~200之间,超过300ppm(毫克/千克)即被称为高多酚,能够达到400ppm多酚的橄榄油是非常罕见的。橄榄多酚是橄榄油中最具健康价值的营养物质,也是目前各国实验室研究的热点,多项研究表明,多酚对人体是有利的,欧洲食品安全局也有推荐含有高多酚的橄榄油,并宣称,当每天摄入含有20g的高多酚橄榄油时(每1000毫升含有250ppm多酚及以上),将有利于保护血脂蛋白不被氧化。多酚不仅影响橄榄油的营养指标,也直接影响橄榄油的风味,多酚含量越高,橄榄油的苦味和辛辣味越重,400ppm是多酚和风味的最佳黄金交界点,完美的融合了高多酚营养和青果风味,这是一个很重要的发现,我想这对于橄榄油风味与营养的研究和评价体系中都具有重要的作用和意义。”

首个IOC认证实验室 让国内橄榄油发展水平比肩国际

1.引入橄榄油国际检测标准,将中国橄榄油检测能力提升至国际水平。国际橄榄油理事会油脂化学委员会主席Conte教授告诉记者,IOC认证实验室落户中国,有利于深化橄榄油理论科研成果及检测能力提升、技术共享,推动中国等亚洲国家加强与国际间的交流合作。中国是世界上人口和经济的大国,此次成立的第一个IOC认证实验室,也是亚洲唯一通过IOC评审的实验室,意味着IOC在深化全球战略的进程中迈出了重要一步,为IOC进一步推广橄榄油文化、加强国际交流打开了中国区域的第一通道,对橄榄油文化在全球普及起到了至关重要的作用。

而商务部驻上海特派员张国庆则表示:“食品安全与质量问题,历来受到中国政府的高度重视。此次中国首个国际橄榄油理事会认证实验室的成立,适应了形势发展的需要,填补了国家质量标准之空缺,为加强我国橄榄油行业的国际多边贸易合作与交流,打下了重要工作基础。目前,我国橄榄油进口量每年几乎保持着几何级数增长,国内橄榄油产业年均增幅在前些年高速增长

的基础上,近年也在30%以上。橄榄油产业和市场的加快发展,急需提供重要的技术保障与服务平台。而IOC认证实验室的成立,标志着我国高端食用油——橄榄油的品质检测能力将与国际水准接轨并全面得到提升。商务部对此发表评论:欧丽薇兰引入中国首个国际橄榄油理事会认证实验室,将有助于推动中国橄榄油产业的健康发展和食品安全,为中国橄榄油与国际贸易标准接轨提供技术支持,同时也为百姓提供健康、安全、优质的消费保障。目前,我国(除欧洲以外)仅次于美国的第二大橄榄油进口大国,随着消费者对高端、健康的橄榄油消费需求的日益递增,迫切需要在橄榄油品质技术,分析检测以及标准制定上和国际接轨,特别是在国际贸易合作中,需要出口国和进口国在品质检验标准上的统一。实验室的成立,将为我国出口提供在中国的检测分析,同时,也为我国企业提供检测标准和质量验收依据。

2.提升国内橄榄油创新能力,将比照国际标准助推我国橄榄油检测标准的确立。我国早在2009年就出台了橄榄油国家标准,但在标准上大多参考国际橄榄油理事会制定的欧盟橄榄油标准,国内检测机构也缺少针对橄榄油的检测方法,例如对多酚等微量元素。IOC认证实验室有助于提升中国在橄榄油领域品质研发和创新,橄榄油科研领域人才培养,中国橄榄油行业跻身国际高端科研联盟,技术、研究与国际最新成果同步;可更好的提升橄榄油领域人才和科研能力的水平,全面促进国内橄榄油行业优化发展。

当天到会祝贺的意大利驻沪总领事馆Palagi领事对欧丽薇兰引入IOC认证实验室给予高度评价。她说,欧丽薇兰是知名的专业橄榄油品牌,也是橄榄油中高科技的代表,欧丽薇兰汇集了世界前沿的食品品质、食品安全技术,可以与高品质生活方式和地中海饮食这两个词画上等号,而此次欧丽薇兰引入中国首个国际橄榄油理事会认证实验室,更加证明了欧丽薇兰在研发创新、品质技术上的领先优势,IOC认证实验室的成立也有利于促进意大利和中国在橄榄油贸易、质量标准、技术研发等方面的合作,有利于中国更好地理解意大利和地中海文化,了解橄榄油文化和参与国际橄榄油交流与合作。同时,IOC认证实验室也为消费者提供了一个橄榄油品质鉴定、橄榄油技术研究、推广

橄榄油文化的专业平台。这是一项具有里程碑意义的开创性事件。

3.引领国内橄榄油消费潮流,实验室将提供更可靠、更专业的技术指导。欧丽薇兰品牌总经理陈波认为,欧丽薇兰成功引入中国首个国际橄榄油理事会认证实验室,意味着中国消费者在橄榄油营养健康方面的正确选择,橄榄油品质优劣的正确辨别,以及正确的橄榄油使用方式上将获得更加专业和科学的引导。该实验室不仅具备了国际前端的分析检测方法,也将充分应用于欧丽薇兰橄榄油在产品品质、营养研究、研发创新上的专项研究,为中国消费者进行正确的消费引导。

IOC认证实验室未来将继续倡导橄榄油膳食营养健康新理念

中国疾病预防控制中心营养与食品安全所马冠生副所长表示:“欧丽薇兰橄榄油实验室的

中国消费者该如何正确选择橄榄油,IOC专家给出专业建议

在橄榄油的故乡地中海,人们是如何选择橄榄油的,在选择时会考虑哪些因素?IOC的Conte教授也给出了专业建议,在欧洲,人们首先看重品牌,因为品牌代表一种承诺;其次是产地、品种、风味和包装等等,人们习惯选择他们所青睐的好的原料的产地,当然,每个地方的人们认识都不同。

品种主要是特级初榨和纯橄榄油,特级初榨是最常用的,可以用来蘸面包,制作沙拉或任何食物,而纯橄榄油则用来煎炸、烧烤,纯橄



国际橄榄油理事会油脂化学委员会主席Conte教授正在发言

油的价格也更低一些,所以更实惠。人们对橄榄油的风味也非常在意,这就像是一种习惯,当你习惯了一种风味时,你并不想去改变它。有人喜欢浓郁的,非常辛辣和具有苦味的。而有人则喜欢柔和的,醇厚的番茄味或香草味。

包装也是人们在选择时所看重的,精致和专业的包装更容易让人们产生安全,专业的联想,通常深色玻璃瓶,瓶口密封的包装,以及铁罐的包装更容易遮光和保鲜。而PET的包装则更适合烹煮或煎炸用的橄榄油,用量大,而且使用起来更加方便。

马冠生副所长在大会上宣布,中国疾病预防控制中心营养与食品安全所将与欧丽薇兰展