



新华社区(董乃德摄) 型。多购房者,让购房者更直观地了解小区推出的全新户型样板房吸引了许多购房者。八月十日,天津市西青区社会山



新华社区(董乃德摄) 童泥塑作品。新华社区(董乃德摄) 艺大赛。图为农民代表在创作“农村儿童”泥塑作品。梦想飞翔“农村儿童”泥塑作品。八月九日,山东省滨州市邹平县临



新华社区(董乃德摄) 者参观抢救室。新华社区(董乃德摄) 课堂“生命健康教育”活动。图为小记者走进盐湖区人民医院参加暑期第二期暑期新课堂。八月九日,山西省运城市 批小记



法规宣传。(谢兰成) 大、人员成分复杂等特点,进行法律辖区区法规宣传。山东威海海泊河边防派出所针对

营养快餐

别空腹吃果蔬

柿子 空腹时胃中含有大量胃酸,它易与柿子中所含的柿胶酚、胶质、果胶和可溶性收敛剂等反应生成胃柿石症,引起心口痛、恶心、呕吐、胃扩张、胃溃疡,甚至胃穿孔、胃出血等疾患。 桔子 桔子含有大量糖分和有机酸,空腹时吃桔子,会刺激胃黏膜,导致胃酸增加,使脾胃满闷、泛酸。 香蕉 含有大量的镁元素,若空腹时大量吃香蕉,会使血液中含镁量骤然升高,造成人体血液内镁、钙的比例失调,对心血管产生抑制作用,不利健康。 黑枣 含有大量果胶和鞣酸,易和人体胃酸结合,出现胃内硬块。特别不能在睡前过多食用,患有慢性肠胃疾病的人最好不要食用。 山楂 山楂味酸,具有行气消食作用,但若在空腹时食用,不仅耗气,而且会增强饥饿感并加重胃病。 甘蔗 含糖量很高,不宜空腹食用,否则刺激胃黏膜,使得胃痛、脾胃胀满。而且空腹吃甘蔗过量,会因体内突然渗入过量高糖分而发生“高渗性昏迷”。 西红柿 含有大量的果胶、柿胶酚、可溶性收敛剂等成分,容易与胃酸发生反应,凝结成不易溶解的块状物。这些硬块可将胃的出口幽门堵塞,使胃里的压力升高,造成急性胃扩张而使人感到胃胀满。

三大低糖水果

现在很多人都是喜欢选择无糖或者低糖的食物,有的人是为了避免肥胖,有的是担心自己的血糖升高,甚至连水果都拒绝,认为水果的含糖量很高。其实,人们的生活离不开水果,水果中有很多身体必需的营养物质,下面介绍一些含糖量比较低的水果。 柚子 在平时生活中适当多吃些柚子,不仅不会导致肥胖以及血糖升高,同时还具有降血糖的功效。我国中医指出,柚子性寒味甘、酸,适当食用具有下气消痰、健胃消食的作用,除此之外对各种原因所引起的水肿疼痛、咽喉红肿等症都具有很好的治疗功效。柚子的食用方法有很多,除了可以直接食用之外,还可以将柚子榨汁饮用。 尤其是糖尿病患者更适合吃柚子,因为在其中含有大量丰富的胰岛素成分,适当食用不仅可以降低血糖,还可对心脑血管有很好的保护作用。 樱桃 樱桃同样属于低糖水果,因此害怕肥胖的人群在平时生活中可以用樱桃去代替其他的高糖水果。我国中医指出,樱桃性温味甘,具有非常明显的益气补虚、发汗、祛风透疹、解毒以及滋润美颜等功效,除此之外对脾胃功能失调等症同样具有很好的治疗以及调理功效。尤其是女性,平时更应该多吃些樱桃,可谓健康美容两不误。 在樱桃中还含有丰富的果胶,这种物质有利于增加胰岛素的分泌量,从而让血糖平稳快速的下降。因此建议高血糖以及糖尿病患者,在平时不妨多吃些樱桃。 苹果 可以说苹果是人们日常生活中极为常见的一种水果,同时也是大家极为熟悉的,但很多人都不知道其实苹果也是低糖水果中的一种。苹果性凉味甘,不管是哪种品种的苹果,适当食用后都具有明显的补心益气、生津止咳、健胃和脾、除痰、解暑功效,尤其是一些经常醉酒的人群更应该多吃些苹果,因为它还具有极为有效的醒酒功效。 由于苹果中糖的吸收缓慢而均匀,因此具有很好的降血糖功效,尤其是餐后血糖。可以说经常吃苹果对糖尿病患者是非常有好处的。 以上这些水果都是生活中极为常见的低糖水果,在生活中就算不小心多吃也不用担心会肥胖或者是血糖升高。同时低糖水果还具有降火的功效,因此经常上火的人群也可以多吃些低糖水果。

近年来,各种网络贷款平台如雨后春笋般地涌现,互联网基金卖得火热,众“贷”众“宝”层出不穷,开启了理财新时代。请关注——

网络金融能否挑战传统金融?

实习生 郝爽

打破砂锅

今年6月,支付宝推出了余额宝服务,短短半个月的时间就吸引了200多万用户,60多亿转入资金;7月,新浪正式发布了“微银行”,将涉足投资理财市场,并推出开销户、资金转账、汇款、信用卡还款等各种业务;在同月的腾讯合作伙伴大会上,微信也正式宣布将推出微信支付功能。 据了解,支付宝近日还将推出信用支付,用户可以直接透支消费,最高额度5000元,资金由合作银行提供。支付宝的动作如此之快,让网友不禁感叹:“昨天正在想着要不要放点钱在余额宝,今天信用支付又出来了,跟不上啊跟不上。” 那么,互联网金融具有何种魔力,引得各大金融、互联网公司频频出击?互联网金融迎来爆炸式增长,这方面的监管能否跟上?互联网金融与传统金融业能否共赢? 效率高、成本低 互联网金融,顾名思义是指传统金融业

与互联网相互渗透融合产生的新型金融模式,包括第三方支付、在线小额贷款、在线理财服务、信用评价审核、金融中介服务、金融电子商务等。 据艾瑞咨询公司统计显示,2012年国内在线支付交易总量已达3.66万亿元,同比增长66%。而互联网金融现在又呈现爆发式增长模式,涉及的领域正在从简单的在线支付延伸到传统金融的核心领域,如借贷以及理财。 小石是北京某高校的一名研究生,是第一批体验余额宝之一,她告诉记者:“我在今年6月份开通了余额宝,往里面放了300元钱,每天的收益大概是4分钱。我觉得余额宝比一般的基金还是有优势的,首先是方便,不用再跑银行网点了,而且查看收益也很方便;其次是不用交手续费,门槛比较低,操作简单;再有就是风险较低,可以随时取回现金。” 光大保德信基金公司电商总监陈志明表示,互联网金融为人们提供了新的理财体验;极大地提升了效率,实现了金融机构“零人工”操作和全天候服务。 翼龙贷 CEO 王思聪指出:“互联网金融

能够运用互联网技术将传统信贷资源覆盖不到的地区通过互联网迅速覆盖。另外拿P2P网络借贷平台来说,只要有网络环境,借款人与放款人就能随时随地进行网上借款、投资,这是传统银行所做不到的。而且,互联网金融比传统的金融业来说,更加节省成本。” 监管尚不成体系 虽然互联网金融市场目前正在蓬勃发展,但不可否认的是,行业内仍然是鱼龙混杂,许多网贷平台开业不足一个月就纷纷破产,隔二差五还会曝出老板跑路的消息,互联网金融的安全性着实令人担忧。 小石就表示:“如果投资金额比较大的话,我还是倾向于寻求传统金融机构的服务,这样更加保险一些。” 对于人们的这种担忧,王思聪解释,从互联网金融发展的趋势来看,由于它低成本的特性,相比起传统金融业,风险还是比较小的。不过不可否认,国家在这方面尚未出台明确的监管规定,存在有人利用互联网金融廉价的资源和技术在网上搞诈骗的现象,这就需要国家出台一些切实的监管制度

来规范市场。 王思聪还强调:“虽然互联网金融需要监管,但也不可管得太死。互联网金融是一个创新行业,太严的监管对于行业发展没有好处。” 8月1日,由人民银行、银监会、证监会、保监会、工信部、公安部、法制办共同组成的互联网金融发展与监管研究小组已经启程到上海、杭州两地进行调研,这也意味着国家已经开始重视互联网金融行业的监管以及法制建设。 与传统金融能否共赢 既然互联网金融如此方便快捷,可以满足人们随时存取、借贷、理财的需要;发展势头如此迅猛,交易量节节攀升,传统金融业是否应该感到担忧呢?互联网金融会不会取代传统金融业,让银行都变为“化石”呢? 陈志明认为:“在短期内,互联网金融是不可能取代银行的。首先,银行本身也在不断地发展变化,它已经从以前简单的存贷汇业务发展到现在具有多种服务体系的金融机构。今后,银行发展的脚步也不会停下。

其次,在我们的社会中还有相当一部分人对于互联网金融没有需求,他们还不能很快地改变生活方式,接纳互联网提供的服务,也就是说,互联网金融还没有覆盖所有人。” 王思聪则提出,互联网金融与传统金融是共赢的关系,因为互联网金融现在仍处于发展的初级阶段,规模还很小,不能满足人们对所有金融产品的需求;传统金融也在不断地互联网化,两者之间形成的是互补关系。 “不过,相比起传统金融业,互联网金融的确定发展迅猛,定会带来新的一波创业潮,而且这方面的监管又相对宽松,所以,比设立传统金融机构,行业的门槛较低,任何机构都可能以某种方式参与,产生多方竞争的格局,反过来又促进行业的快速健康发展。可以预见,今后的互联网金融创业主要集中在以下几个方面:网络融资信贷业务、支付业务、投资管理、销售以及投资顾问服务等。互联网金融正在慢慢向传统金融行业的核心业务靠拢。也许当全社会达到完全的互联网化,互联网作为一个前缀词就不复存在了,到那时,互联网金融又会回归简单的‘金融’的概念了。”陈志明说。



近日,沈阳浑南新区现代有轨电车成网运行。这是我国目前一次性建设规模最大的现代有轨电车路网。图为承建沈阳浑南现代有轨电车5号线的中铁隧道集团工人正在体验试乘该线路。 本报记者 陈杰摄

画中有话

新款智能腕表能当手机用

科技日报(实习生李欣)8月8日,本土创业公司映趣科技发布了名为inWatch One的智能腕表,这款具备通话、发短信、拍照等功能的可穿戴产品售价1788元。 据映趣科技有限公司董事长王小彬介绍,inWatch只有两个按键,简洁方便,腕表外围采用金属材质制造,主屏是1.54英寸的触控蓝宝石玻璃屏幕。在内部组件上,inWatch配备了双核1.2GHz处理器、4G的存

储空间、200万像素摄像头和500mAh电池,支持3小时的Wi-Fi时长,续航时间可达48小时。 在功能用途上,inWatch突出其在声音控制、电池管理和无干扰模式三个方向上的性能,腕表采用安卓4.2系统,并与云知声音服务平台、乐动力软件等创业团队以及百度云合作,共同支持其各项人性化功能;采用声音控制操作腕表、自动记录用

户运动数据,内置了包括墨迹天气、新浪微博和微信在内的多款常用软件,并且提供个性化服务“我的中心”。而令人眼前一亮的是,inWatch还具备定位功能,不仅能帮助我们人们在陌生环境中明确方位,还能跟踪儿童和老人的地理位置以避免走失,这也体现了本土创业团队的社会责任感。 相比于苹果iWatch的“只闻其声不见其人”,消费者或许可以首先立足国内,体验本土创业团队为我们量身定做的惊喜。而在可穿戴科技炙手可热的今天,inWatch One的发布无疑将给智能设备的便携化发展注入催化剂。



三星 Tab3 T311 拥有 8.0 英寸 WXGA 全触控显示屏,分辨率高达 1280 x 800。厚度仅 7.4mm,搭载高速的双核 1.5GHz 处理器,支持无缝多任务处理,内置最新 Android 4.2 智能操作系统,带来更灵敏的触控体验。

数字时尚

东阿阿胶创造生命奇迹(上)

我的健康 我管理

在40多年前不幸身患世界级疑难病——“阵发性睡眠性血红蛋白尿并再生障碍性贫血”(PNH-AA)的边家楷,按照医生的要求,要定期到北京军区301血液病专科医院进行复查,那些血液病专家每次见到他,第一句话就是:你还活着呀? 因为坚持服用东阿阿胶,边老创造出了生命奇迹。

淮南,这块有着深厚历史文化底蕴的地方,与东阿阿胶有着不解之缘:汉高祖刘邦之孙、才华横溢的淮南王刘安,在他编著的重要著作《淮南子》中就曾提到,“阿胶一寸,不能止黄河之流。”这看似简单的话,至少可以传递出两方面的信息,第一,早在3000年前,阿胶就已传至外地,名闻天下;第二,将“阿胶”与“黄河”相提并论,足见当时人们心目中阿胶的珍贵。 时光荏苒。两千多年的历史沿革之间,东阿阿胶再次与淮南人结缘:为我国国防事业做出牺牲、患上PNH-AA的边家楷,四十

“太空护肤品”即将问世

生活风向标

科技日报讯(实习生叶珂)我国化妆品企业伽蓝集团近日召开发布会称,其首次通过神舟十号搭载生物护肤科学项目进入太空,完成了在轨科学研究。这意味着,不久的将来普通消费者有望用上“太空护肤品”。 伽蓝集团称,此次搭载科学实验是其与中国空间科学学会、中科院微生物研究所合作开展的。搭载的酵母菌,是研究动物、植物和真菌细胞生物学功能特性的最好模型。工程化的酵母菌遗传代谢产物“人表皮生长因子”和“胶原蛋白”可以用作高级化妆品的添加成分。“人表皮生长因子”能促进正常表皮细胞的新陈代谢,“胶原蛋白肽”则和人体表面的胶原蛋白结构相近,易被人体面部直接吸收。该项目将持续开展生物学方面的深入研究,并应用于其旗下品牌护肤品的产品研发开发。 据介绍,太空搭载实验一直是载人航天工程的一项任务,目前其实验及成果已拓展到食品、制药、育种、资源探测等诸多领域。

丙肝隐匿或成隐形杀手

给您提个醒

制,通过直接抑制病毒并激发机体的免疫能力,从而帮助患者实现停药不复发,甚至达到临床治愈。 “目前我国已经有超过200万慢性乙肝患者接受了抗病毒治疗,重型肝炎发病率下降,慢性乙肝发展成肝硬化和肝癌的明显减少。”庄辉表示,到2020年我国乙肝防治目标是将病毒携带率从2006年的7.18%下降到3%-4%。 由于尚无疫苗可供预防,而且公众对丙肝的知晓率只有38%,所以极大地制约了丙肝的有效防治,为其肆虐提供了空间。北京大学人民医院副院长、北京大学肝病研究所所长魏来教授表示,丙肝起病隐匿,症状不明显,很容易被忽视,疾病发展越后期越难治愈,对患者的健康和生命危害很大,往往被称为“隐匿的杀手”。若不幸患上丙肝,70%-90%的丙肝患者会发展成慢性肝炎,大约10%-15%的患者可能在感染后20年左右发展为肝硬化并缓慢进展,其中,有相当一部分患者会进展为失代偿肝硬化和肝癌或演变为肝癌。 最近,《中国肝炎防治十年行动宣言》在京签署,确定了未来十年的防治目标:消除丙肝,控制乙肝。 记者了解到,病毒性肝炎是我国当前最为突出的公共卫生问题之一。其中,丙肝、乙肝慢性化率高,较易发展成为肝硬化、肝癌等严重危害患者健康的疾病,甚至造成死亡。 中国工程院医药卫生学部院士庄辉指出,2003年以前,丙肝和乙肝的治疗,一直没有特别有效的药物,长效干扰素获批进入中国市场,完全改变了原有肝炎治疗格局,丙肝患者终于可以实现治愈的梦想,而乙肝患者也可在停药后实现持久应答,即停药不复发。 全球数据显示,慢性乙肝患者中约25%最终会进展至终末期肝病并死于肝硬化、肝癌。口服抗病毒药物可以将乙肝病毒抑制在一定的水平之内,但是停药后复发的风险超过50%。而长效干扰素具有双重作用机