

Table with 2 columns: Code, Name, Change, Comment. Lists various stocks and their performance.

东门桥明天就要通车啦 它是游船经护城河进大明湖的“咽喉”

为了通航,仅桥底加固就打了180多根桩

生活日报5月12日讯 (记者 薛良诚) 12日,记者从护城河通航工程指挥部了解到,经过两个多月的封闭施工,14日起,东门桥将正式恢复通车。据悉,这比预定工期提前了一个月。

东门桥是护城河通航工程的重要组成部分,也是游船经护城河进入大明湖的必经之处。但是,改造前的东门桥无法满足通航的要求,于是,自今年3月4日起,东门桥开始封闭施工。

12日下午,在东门桥施工现场记者看到,围挡虽然还没有拆除,但桥体施工已经完成。

记者注意到,新桥的主体结构基本没有发生变化,原来的拦水坝没了,而且看起来似乎长“高”了不少,“其实秘密很简单,就是把河床向下挖了半米。护城河上下游水位相差2.56米,而作为东护城河上的交通枢纽,东门桥承担着重任。经测算,要保证游船顺利通过而不会‘碰头’,河床必须再向下深挖半米。外界说将桥‘抬’高了半米,实际上就是这个原因。除了下挖,另一个重要工程就是加固,加固需要打桩,光桥底下就打了180多根桩,旋桩桩1000多根,共计4000余米,由于地质复杂,最深处打了十几米。”

他还透露,6月底前,东护城河通航的另一个重点部分——黑北桥也将完工,预计年底完成护城河的通航。



尚未通车的老东门桥已经很热闹。(记者 薛良诚 摄)

■相关新闻

久居护城河边两老人 深情回忆东门桥历史

采访中,记者在护城河边遇到了几位老市民。听说要了解东门桥历史,几位热情的老人纷纷打开了“话匣子”。周双庆老人今年63岁,是在护城河边长大、土生土长的济南人,在他的记忆里,东门桥最初是一座木桥,宽不足4米,但很牢固。1965年,济南市对东门桥进行了改造,木桥拆了,换成了水泥结构的,同时河

道也向西移了近10米。1985年,再次对河道进行拓宽,同时加装了护栏,一直维持到现在。老人回忆说,自打他记事起,东门桥一带就很热闹,“再早时河边有一排小作坊、窝棚,当时的人们特别自觉,7点前不下河洗衣服、不洗菜,7点后人们才开始到河边洗衣服、洗菜。”

范炳华老人今年73岁,也是在护城河边长大的,对东门桥充满了感情。据老人回忆,东门桥北面原来有一座精美的两层小楼,依河而建,卖牛肉的老张家过去曾经是小楼的主人。可惜的是,这座有着百余年历史的小楼,在东门桥改造的时候被拆除了。(记者 薛良诚)

吃法不对,虫草95%功效成分不能吸收

吃法不对,95%的虫草功效成分不能被吸收

冬虫夏草是一味非常名贵的中药材,含有丰富的虫草素、虫草多糖、虫草酸和超氧化物歧化酶等功效成分,具有抗肿瘤、调节免疫、调节性功能、保护肝脏以及呼吸系统和心血管系统,被誉为“中药之王”。但这样有效的名贵药材,许多人并不知道吃法不对吸收率很低,会直接影响到药效的发挥。

中国协和医科大学特聘教授、《中国冬虫夏草研究》的作者柯传奎说,“我不主张将冬虫夏草泡水喝,因为冬虫夏草表面会附着很多寄生虫、真菌孢子,把这些东西吃下肚,会影响人体健康。”而且,这些物质用普通方法水洗,并不能去除干净,只有经过长时间的煮或者高压处理,才能真正保证卫生,而用开水泡,并不能满足这个“消毒”条件,“此外,还有这些人喜欢把冬虫夏草磨成粉末装成胶囊服用,这也是不卫生的。”柯教授说。

天津药物研究所副研究员李红珠则认为,“冬虫夏草的很多有效物质属于大分子,比如蛋白质、核苷等,溶于水只能有少部分溶解到水中,所以药效并不理想。”北京中医药大学基础医学院副教授胡素敏表示,“冬虫夏草跟茶叶、西洋参、枸杞等不同,后者均为植物,其中有效的成分在水中较容易溶出。”胡素敏还打了比方,“就像把肉泡在开水里,你说肉中的有效

成分能出来多少?”胡素敏提示,一般冬虫夏草每天的服用量在3~9克之间为好,低于3克基本无效。

现在虫草有了更好,吸收率更高的吃法,那就是服用从优质虫草中萃取提纯有效成分再加以浓缩制成的胶囊。中科院的科学家们经过多年的试验攻关,终于成功研制出富含有效成分的浓缩制剂——中科院虫草浓缩胶囊,它对虫草中的虫草多糖、虫草酸、虫草素等有效成分加以浓缩,其中虫草素是普通虫草的60多倍。更重要的是,因为虫草浓缩胶囊中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,极易被人体吸收,中科院虫草浓缩胶囊的人体吸收率达到90%以上,每天服用4粒虫草浓缩胶囊即相当于服用9克的虫草。

中科院虫草浓缩胶囊——浓缩精华 臻于至善

1. 优质菌种 系出名门

中科院虫草浓缩胶囊由中国科学院南京中科院集团股份有限公司研制,其菌种源自青藏高原3000~5000米高山寒山区,提自野生的名贵药用冬虫夏草。每一株菌种都经过层层筛选,杜绝以次充好。菌种均经中科院微生物所鉴定。

2. 高度浓缩 易吸收

中科院虫草浓缩胶囊以先进的萃取浓缩技术精提而成,对虫草中所含虫草素、虫草多糖、虫草酸等有效成分加以浓缩,其中虫草素更是冬虫夏草的60倍之多。科学实验证明,虫草萃取精华极易为人体吸收。

3. 阴阳双补 入肺入肾



中科院虫草浓缩胶囊和普通虫草的有效成分对比

Table comparing the effective components of SINO-SI Cordyceps Concentrated Capsules and ordinary Cordyceps. Columns include: Component, SINO-SI, Ordinary Cordyceps, Ratio.

虫草是自然界中唯一的动物与真菌的结合体中药材,经浓缩而成的中科院虫草浓缩胶囊对人体的作用更胜一筹。虫草浓缩精华,“入肺”可以针对肺阴不足之咳嗽、哮喘、气管炎等症,“下肾”可以针对肾阳不足之阳痿、遗精、腰膝酸痛等症。

4. 服用方便

中科院虫草浓缩胶囊是胶囊包装,便于外出旅游携带和服用。根据《中华人民共和国药典》,一般冬虫夏草每天的服用量在3~9克之间为好。中科院虫草浓缩胶囊,一日服用4颗相当于服用9克虫草。

金贵的冬虫夏草,您吃对了吗?

泡水喝 吸收率:3%~5%

首先卫生不能保证,因为冬虫夏草表面会附着很多寄生虫、真菌孢子,把这些东西吃下肚,会影响人体健康,只有经过先进的消毒技术处

炖汤 吸收率:25%~30%

炖汤,一般将冬虫夏草和老鸭一起用小火炖,时间为1~2小时。这是一种传统的食用方法,但其中有效成分还是以大分子的形式存在,所以人体的吸收量还是达不到要求。

磨成粉喝 吸收率:4%~7%

现在还是有很多人喜欢把冬虫夏草磨成粉末,然后冲水服用,这是非常不卫生的,而且吸收效果不佳。

水煎 吸收率:5%~10%

水煎,就是熬中药,时间一般为40分钟~1小时,冬虫夏草中的有效成分会溶于其中,但处方中还有其他中药,其有效成分易被药渣吸附,那么人体的吸收量也就大打折扣了。

泡药酒 吸收率:3%~5%

泡药酒,将冬虫夏草放入白酒或黄酒中浸泡一段时间后饮用。冬虫夏草的活性

成分只有4%溶于乙醇,如果泡酒,真是太浪费了。

虫草专家鉴定:

不管上述哪种方法,冬虫夏草的营养成分都不能被完全释放出来,即使把冬虫夏草实体吃掉,被人体吸收的有效成分也很有限。食用浓缩类胶囊,因为胶囊中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,很容易被人体体的肠胃吸收,中科院虫草浓缩胶囊的人体吸收率达到90%以上。

适用人群:

- ◆各类肿瘤患者
◆患有急、慢性肾炎、肾衰、肾虚、尿毒症及糖尿病的人
◆肺炎、肺结核、肺气肿、哮喘、慢性支气管炎患者
◆患有心脏病、心律不齐、脑中风、脑血管、动脉硬化、高血压、高(低)血压的人
◆急、慢性肝炎及肝硬化患者
◆病后体衰、产后体虚、年老体弱者
◆亚健康人群

Advertisement for SINO-SI Cordyceps Concentrated Capsules. Includes product name, phone number (0531-86116698, 87902408), address (Jinan), and promotional text.