

“2017 夏季车展”完美落幕

小排量家用轿车和中型 SUV 受欢迎

本报讯 昨天下午6点,为期4天的平顶山日报社“2017夏季车展”在市体育村圆满落幕。40多个汽车品牌携旗下300多款车型集中亮相,多款新车在车展上首次上市,现金直降、礼包赠送等一系列优惠措施,让消费者在车展期间尽享实惠。

笔者从车展组委会工作人员统计出来的成交情况来看,小排量家用轿车和中型 SUV 车型比较受欢迎。其中,自主品牌成交量一马当先,长城汽车、长安汽车、吉利汽车、众泰汽车等销售区人气颇旺。“车展期间,这款哈弗H6 1.5T排量的车型卖得不错,车展前两天就订出近十台。”昨天上午,在长

城哈弗汽车展区内,销售员介绍说。合资品牌的销量也“不甘示弱”,上海大众、广汽丰田、东风标致、雪佛兰等品牌的汽车销量也不错。

在车展现场,笔者发现参展的车型中,中型 SUV 占了一定比例。昨天下午,在金杯斯威展区内,35岁的市民马先生带着7岁的女儿赶来订车,“小儿子下个月就4岁了,之前的轿车已经坐着拥挤了,准备换辆大点儿的,这款车上个月就已经看好了,就等你们车展开始后出手呢。”马先生告诉笔者。

笔者通过采访了解发现,不少二次购车的市民都和马先生有一样的心理。车展现

场一些中型 SUV 自然就成为不少家庭“升级提档”的意向车型。笔者注意到,车展上众多合资、自主品牌的 SUV 款式繁多,价格从几万元到数十万元,选择性相当大。

昨天下午临近车展结束,一些参展商仍在积极整理一些意向客户的资料信息,热闹的氛围让参展商们再次感受到消费者的购车热情。“对于消费者来说,车展上我们精挑细选出的热销车型、上市新车等,让他们也有了一次难得的对这些车型进行集中‘检阅’的机会,不仅省去了奔波于汽车4S店不停进行车型对比的麻烦,还能享受到车展的大幅优惠力度。”一些车商表示。(牛哲)

常喝酸奶防抑郁 喝多伤记忆

如果提到健康饮品,相信很多人都会想到酸奶。不论是消化不良的老人,还是饮食讲究的年轻男女,或是挑食贪吃的小朋友,均会被这一口酸甜的味道吸引。酸奶在饮品界占据了重要地位,同时也流传了很多关于酸奶的流言蜚语。那么酸奶怎么喝才健康呢?

想喝酸奶减肥 遵守两个原则

如果要控制饮食减肥,建议一天摄取1500千卡的能量,平均分配到三餐,一餐可以吃500千卡。

喝一杯酸奶平均有200千卡,但是,一餐只喝一杯酸奶,很难保证营养齐全。如果真要喝酸奶减肥,要把以下两个原则:

首先,三餐只选一餐以酸奶取代。减重时,最好不要吃得太单调和缺乏变化,食物多样化是前提。如果三餐只喝酸奶,持续下去,会造成营养失衡。如果三餐中只选一餐喝酸奶,可以搭配一盒不放沙拉酱的蔬菜沙拉,淋上酸奶,既不会增加热量也可达到减肥的效果。

其次,三餐最好都有三大产能营养素:碳水化合物、脂肪、蛋白质。在减肥节食过程中,每餐都吃——碳水化合物(选复合的比较好,如全麦面包、糙米饭)、蛋白质(如蛋、鱼片、瘦肉、低脂乳制品、豆腐等)、蔬菜,另外也要把每天2份水果分配到一天的加餐里,这样比较均衡完整,也不会造成营养不良。

酸奶喝多了伤记忆

很多人认为酸奶既不会让人长胖又有利于肠道健康,就用它来减肥。澳大利亚新南威尔士大学最新研究称,对于健康人群来说,过多摄入酸奶中的益生菌,反而有损记忆。

研究人员给一组小鼠摄入健康饮食,另一组摄入高糖高脂饮食,然后给它们补充相同剂量的酸奶。结果显示,喂食高糖高脂饮食的小鼠补充酸奶后,有效改变了肠道菌群构成,改善了大脑功能,记忆更好。但对于健康饮食的小鼠,额外补充的酸奶对消化道内微生物环境没什么影响,反而有损记忆。

经常喝酸奶可以防抑郁

英国《每日邮报》刊文指出,西班牙研究团队发现,每天喝全脂酸奶的人抑郁风险较低。

研究人员对14539名受试者进行了为期10年的调查。结果发现,每天喝全脂酸奶的人,在未来10年患抑郁症的风险可降低1/3,而低脂酸奶并无这一功效。研究者认为,当负面情绪来袭时,大脑会向肠道发出信号,这也是为什么负面情绪来袭时会出现肠胃不适。而且,肠道健康也会影响情绪,常喝酸奶可以减少与情绪和疼痛有关的大脑区域的活动。

老年痴呆症患者喝酸奶有益健康

研究者选取了52名年龄在60—95岁之间的老年痴呆症患者。在12周内,一半的参与者每天饮用200毫升添加四种益生菌(嗜酸乳杆菌、干酪乳杆菌、发酵乳杆菌和双歧杆菌)的酸奶,而另一半病人饮用牛奶。在试验开始前和试验结束后,科学家抽取、化验了参与者的血液样本,并测试了他们的认知水平。

研究结果显示,饮用酸奶的参与者认知水平得到显著提高(从8.7分上升到10.6分),而对照组没有明显改变(从8.5分下降到8.0分)。研究人员表示,该项研究首次证实了益生菌能够改善老年痴呆症患者的认知水平。

(人民)

2017年我国环境噪声污染防治报告出炉 郑州夜间达标率只有31.3%

近日,环境保护部发布的《2017年中国环境噪声污染防治报告》显示,2016年相关部门共收到环境投诉1190万件,其中噪声投诉522万件,占环境投诉总量的43.9%。31个直辖市和省会城市昼间总点次达标率为87.2%,夜间达标率为59.7%。

各类环境噪声投诉中,工业噪声投诉占10.3%,建筑施工噪声投诉占50.1%。在建筑施工噪声投诉中,夜间施工噪声投诉占90.5%。

银川声环境最好

报告显示,2016年,全国322个地级及以上城市开展声环境质量监测,监测结果表明,在这些城市中,昼间区域声环境质量达到一级的城市16个,占5.0%;二级的城市220个,占68.3%;三级的城市84个,占26.1%;四级的城市2个,占0.6%。这些城市昼间总点次达标率为92.2%;夜间总点次达标率为74.0%。

但直辖市及省会城市的情况可没这么乐观。2016年,31个直辖市和省会城市昼间总点次达标率为87.2%;夜间达标率为59.7%。尤其在交通干线两侧一定距离之内、需要防止交通噪声对周围环境产生严重影响的4A区域,夜间达标率仅为18.3%。

这些城市中,声环境最好的要数银川,昼夜的总点次达标率均为100%,可谓绝无仅有。西部的拉萨是有名的安静之城,但发达地区也有和它媲美的城市——南京昼间达标率96.9%,夜间也有87.5%,实属难能可贵。

省会城市,安静是“奢侈品”

是否拥有一个安静的夜晚,是很多百姓能不能睡个好觉的前提。然而,在直辖市及省会城市中,对安静的要求真是“奢侈品”。报告显示,兰州夜间总点次达标率为28.6%,郑州、贵阳为31.3%。

青海省会西宁,昼夜达标率都较低,这让很多人感到意外,其昼夜达标率分别为

60%和35%。而中部城市郑州昼夜达标率分别只有50%和31.3%。一些城市昼夜声环境反差很大,比如贵阳和呼和浩特,白天100%达标,到了夜间,达标率骤降至31.3%和45%。

听力受损应尽早治疗

在北京友谊医院耳鼻咽喉科的门诊中,张道行主任发现,与20世纪70年代或者更早出生的人的听力水平相比,80年代后出生的人们平均听力下降严重,尤其是喜欢用耳机听歌的年轻人,而这部分人最大的还不超过35岁。这部分人中,高频水平听力的损失最严重,因为主管高频的毛细胞容易受到伤害,而罪魁祸首就是噪声污染。

当听力受到损伤后,治疗时间越早,恢复效果越好,而超过3个月后就很难说了,超过半年,基本上就毫无恢复的希望了。

如何才能早期发现听力问题,除每年体检外,还应该经常注意耳朵是不是有受损的表现。

首先就是听力下降。听力下降不仅仅意味着需提高音量才能听到声音,也意味着可能某些词汇你会听混。如果发现经常听不清别人说话,常常要求别人“再说一遍”时,或发现自己听别人讲话时必须眼睛紧盯着讲话人的嘴,往往都是听力下降的表现。

其次是耳朵敏感度提高。耳朵敏感度提高后,声音只要出现一点点变化就会感觉很难受,尤其是戴耳机时,会出现耳鸣、头昏等症,耳朵里感觉嗡嗡的。

然后还有耳鸣,如果耳鸣持续存在5分钟以上,无论是否伴有可以感觉到的听力损失(耳聋)均应尽快看医生。

(综合)



“赢在中原”理财大赛选手展示

本报讯 近日,笔者从中原证券平顶山分公司获悉,近期将陆续展示中原证券“赢在中原”实盘理财竞技大赛的选手情况。本次竞技大赛分为“5万-50万元”和“50万元以上”两个组,每期各展示3名选手情况。

参赛组别:5万-50万元

选手昵称:顺丰启航
总收益率:56.27%
账户类型:普通账户+信用账户
持仓股票:国防B 390000股

选手昵称:donsli
总收益率:50.77%
账户类型:普通账户+信用账户
持仓股票:明牌珠宝 2600股

选手昵称:顺势而为111
总收益率:50.1%
账户类型:普通账户+信用账户
持仓股票:浪潮软件 100股 华胜天成 2000股 中信国安 500股 雪迪龙 100股

参赛组别:50万元以上

选手昵称:杜杜
总收益率:102.6%
账户类型:普通账户+信用账户
持仓股票:保变电气 40000股 雪迪龙 20500股 优博讯 10000股

选手昵称:linj
总收益率:46.39%
账户类型:普通账户+信用账户
持仓股票:无持仓

选手昵称:zhangls
总收益率:45.1%
账户类型:普通账户+信用账户
持仓股票:龙净环保 173500股 普邦股份 8400股

投资者可通过中原证券网(www.ccnew.com)大赛专区、财富中原微服务微信平台(微信号:ccscfzy)直接报名参赛,并可查询赛况、关注选手了解高手操作思路、定制参赛选手的实时操盘信息等。大赛热线电话中原证券平顶山分公司 0375-4851999。

(贺凯歌 牛哲)

(以上信息仅供参考,不作为操作依据。股市有风险,入市需谨慎。)