

# 老爸老妈

2017年2月17日 星期五

编辑 / 郭军鹏 美编 / 王志刚 TEL: 0392-3217016

## 老人有把紫砂壶,常用它泡隔夜茶

医生:隔夜茶易滋生细菌,引起腹泻

晨报讯(见习记者 吕登纬)“爸,你别喝这隔夜茶了,对身体不好!”“孩子,你不懂,我这是紫砂壶,泡在这里面的茶,隔夜也能喝。”2月16日,淇滨区的蔡先生告诉记者,他父亲爱喝浓茶,尤其爱喝泡在紫砂壶里的隔夜茶,他感觉这么喝茶有味道。

蔡先生的父亲今年65岁,早年得到一把名家打造的紫砂壶,从此便视其如珍宝,他总在傍晚泡一壶茶,到第二天早上兑着温水喝。“父亲说这样泡的茶味道好且不烫,可以直接喝。”蔡先生说,他父亲十分迷信紫砂壶,认为用紫砂壶



紫砂壶里的隔夜茶 晨报见习记者 吕登纬 摄

泡的隔夜茶对身体健康有益。

用紫砂壶泡的隔夜茶有益身体健康吗?市人民医院急诊科的安医生说:“我不清楚用紫砂壶泡茶是否对健康有益,但隔夜茶易滋生细菌,如此饮用容易引起腹泻。”

安医生说,每个人的体质不同,肠胃的耐力也不同,“蔡先生的父亲肠胃功能较好,因此没有出现不良反应。”安医生建议市民不要喝隔夜茶,更不要饮用太浓的茶水,“茶叶中的一些物质会刺激胃肠,长期饮用浓茶会对肠胃功能造成影响。”

### 这俩儿媳真不赖

为健康梳头,老人却梳掉很多头发

## 孝顺儿媳咨询医生,找到解决办法

□晨报见习记者 任敬

“多亏了细心的儿媳,不然我还得遭不少罪。”近日,市民陈大娘告诉记者,她前段时间因为错误的梳头方法弄得头上又油又掉头发,幸好孝顺的儿媳及时发现并帮她找解决的方法。

“我在浚县古庙会上买了个牛角梳,按邻居教我的‘梳头法’,每天梳头100下。”陈大娘说,刚开始梳的时候确实很舒服,但没几天她就感觉头发油得很,有时刚洗完头还没半天就油得不行,头发还掉了许多,“我当时觉得年纪大了,掉点儿头发也不是啥怪事儿,头发油了过几天换个洗发水应该就好了。”

“一天早上,儿媳看到我正在梳头,就走过来帮我梳。梳完后,儿媳发现我掉了许多头发,就问我不是病了。我赶紧说没有。儿媳说,正常梳头不该掉这么多头发。我估计是自己年纪大了,就让她别管这小事,赶紧去上班。”陈大娘说,儿媳平时比较

忙,她不想让儿媳多操心。

当天中午,陈大娘的儿媳去医院咨询了医生。医生告诉她,每天梳头100下要因人而异,干性发质的人可以这样梳头;油性发质的人,皮脂腺分泌旺盛,如果每天梳头的次数过多,就会使头发更油,头皮屑增多,还会出现头痒、掉发等情况。判断是不是油性发质,要看洗完头第二天头发油不油,医生估计陈大娘就是油性发质,所以梳多了老掉头发。陈大娘说,她以前确实洗完头第二天头发就油了,所以基本隔一天就洗一次头,年纪大了才减少了洗头的次数。

“后来,儿媳建议我将梳头改为用手指轻缓地按摩,医生说这样也能起到活血的作用,对皮脂腺的刺激也小。”陈大娘说,现在,他掉头发的问题缓解了许多,“儿媳平时工作那么忙,还总是想着我的身体健康,真是个好媳妇啊!”

## 婆婆总咳嗽,细心儿媳寻妙招儿

□晨报见习记者 任敬

“我有个细心的好儿媳,她总是关注我的生活,不用我说就主动帮我想法子缓解了咳嗽,还教给我养肺的妙招儿。”近日,市民王大娘告诉记者,有一个时刻替她担心的好儿媳,她感觉很知足。

“春节过后,我不小心感冒了,老是咳嗽,我怕儿子他们担心,每次想咳嗽了就赶紧跑到阳台上,实在走不开的时候就尽量忍住不咳嗽,忍不住了就找个借口搪塞过去。”王大娘说,她本以为咳嗽是小毛病,过几天就好了,没想到第二天晚上看电视的时候被细心的儿媳发现了,“她坐到我旁边说,‘妈,您是不是还咳嗽啊?’我忙说自己早就不咳嗽了。她说,‘您就别瞒着我了,这两天我注意着您,咳嗽可不是小事儿,放着不

管会伤肺,我从网上查到一些捶背养肺的方法,我帮您捶一下吧!’”

王大娘说,随后儿媳让她坐直,从下向上,再从上到下,沿着脊背中央及两侧,各捶了4遍,“我当时感觉舒服多了,呼吸也顺畅了。因为想让儿媳下班多休息,我就不让她帮我捶了,谁知儿媳却坚持帮我捶。”王大娘说,随后几天,儿媳每天都会抽时间帮她捶背。

“儿媳还告诉我,春天是呼吸疾病的高发期,养肺很重要,还教给我几个简单有效的养肺动作。”王大娘说,她照着儿媳教的方法坚持做了几天,感觉好了很多,“有这么一个细心的好儿媳,我这做婆婆的可真是知足了!”

## 喝旺源驼奶 为健康添能量



旺源驼初乳 鹤壁淘供图

春天是万物复苏的季节,也为细菌、病毒繁殖提供了有利环境,免疫力低的人易在这个季节患病。想提高免疫力,不妨试试鹤壁淘推出的旺源驼奶系列产品。

旺源驼奶产自新疆阿勒泰,富含乳铁蛋白、不饱和脂肪酸、乳糖等人体所需的营养成分以及多种维生素、微量元素、氨基酸、免疫球蛋白、溶菌酶等,有助于提高人体免疫力,适合身体虚弱者、孕妇、儿童等人群饮用。

元代《饮膳正要》中介绍骆驼奶:补中益气,壮筋骨,令人不饥。据鹤壁淘的工作人员介绍,100毫升骆驼奶与等量牛奶的维生素C含量分别为3.8毫克和1毫克;骆驼奶中的类胰岛素因子可以促进胰腺分泌胰岛素。此外,骆驼奶的蛋白质含量与钙含量均高于牛奶,脂肪含量则低于牛奶。在许多国家和地区,骆驼奶已经被视为不可替代的营养品,阿拉伯国家的大多数人喜欢喝骆驼奶;在俄罗斯,医生将其推荐给身体虚弱者。

春季是富有生命力的季节,让旺源驼奶陪伴您健康地度过的这个春季吧! (任敬)