

今天晴到多云，
傍晚起多云转阴有阵雨或雷雨
气温 27 至 36℃

今日生活指数
紫外线指数：
5 级,辐射强度很强

人体舒适度：
7 级,感觉热
晨练指数：
2 级,适宜晨练

相对湿度 :70%
森林火险等级:5 级,极易引起森林
火灾,林区禁止一切野外用火

(瑞安气象台 7 月 4 日 17 时发布)

海洋预报：
今日涨潮:09:32 21:45
落潮 :02:48 15:26

养生堂

不同的病 不同的茶(三)

脂肪肝 ——荷叶决明绿茶

将炒决明子粗末 10 克，荷叶碎片 5 克，与适量绿茶叶，一同放入热水瓶中，加入沸水浸泡 20 分钟后，当茶饮。

这是一道降脂减肥保肝茶，既经济又方便，更有效。荷叶为降血脂、减肥胖的清香保健饮品。决明子是一味药食两用的降低胆固醇的保健中药。绿茶不仅能“解酒食之毒，能涤肠胃一切垢腻”（明代李时珍语），同时又具有降低血液中胆固醇，防止肝中脂肪积累的作用。因此，对于肥胖性脂肪肝和酒精性脂肪肝者，常饮此茶颇多裨益。

系统性红斑狼疮 ——三花茶

干品金银花、白菊花、槐花各等分，开水冲泡代茶频饮。

由于红斑狼疮患者大都表现为火热炽盛，或阴虚内热，或热入血分，尤其是在急性发作期，更是热毒偏旺，中医治疗原则主张清热泻火，凉血解毒。三花茶正是具有清火凉肝、泻火解毒的功效。金银花善解一切热毒；槐花为凉血药；白菊花也是凉性，味甘苦，既能清头面风热，也可清肝经火热，所以三者合用，久饮有利于面部红斑消除。

老年尿失禁 ——覆盆子茶

将干覆盆子 15 克放入有盖杯中，用沸水冲泡，加盖闷泡 15 分钟，便可当茶，随意饮用，一般可冲泡 3~5 次。

覆盆子为“益肾脏，缩小便”的佳品，单味应用常有良好疗效。近代研究资料显示，本品有强壮、收敛、抗利尿作用，从而为本食疗方治疗老年肾虚尿失禁提供了科学依据。覆盆子价格低廉，各地药房均有出售，泡茶饮用，方法简便，可常年服用。

本栏目特邀主持
瑞医营养科主任

戴福仁

夏季来临,藤制家具渐成宠儿

3 招保养藤制家具 避免阳光直射、保持通风、防虫蛀

前不久,市区清莲小区的蔡女士新购了一张藤椅。可不到一个月，细心的蔡女士就发现,藤椅靠背处的藤条出现了几个小裂痕，于是她找到卖藤椅的店铺。在检查过售出的藤椅和询问了藤椅保养情况后,店老板告诉蔡女士,由于她将藤椅放在半封闭的空调房内,没有做到通风和防潮,保养不当,才导致藤椅出现裂痕。

随着炎炎夏日的来临,一些藤制家具开始受到市民的青睞。但藤制家具如果不注重保养,就可能折寿三分之一到三分之二。市区几家藤制家具店的老师傅传授了一些养护的小窍门,帮您保养家里的藤制家具。

避免阳光直射

阳光中的紫外线会使藤条变性发脆,长时间的阳光照射会

使白色藤家具泛黄,使棕红发亮的赤藤家具局部褪色,使昂贵的竹藤家具变干、松动和脱开。

因此,不妨用半透明的白色薄纱窗帘隔开阳光直射;保护藤制家具的同时,也不影响室内采光。

保持通风

藤的横截面上布满了细密的导管,所以藤制家具能吸纳一定量的水分。但如果吸附太多水分的话,家具就会变得柔软、结构松散、平面下垂,而且编织网眼中容易滋生霉斑。尤其是梅雨季节,藤制家具的通风显得格外重要。

在有太阳的日子里,最好将家具清洁后搬到有穿堂风的地方去“吹风”，能够避免霉斑生成,保持清爽。千万不要要求“干”心切,把它抬到阳光直射的地方

暴晒,一潮一干的反差,藤条很容易快速变形甚至断裂。

防虫蛀

当发现藤制家具局部有虫蛀迹象时怎么办? 花椒面或尖辣椒面可以杀虫防蛀,而且对藤器没有损害。将半两花椒与半两细盐和在一起炒熟、研碎,塞入蛀孔,然后用塑料布或小塑料袋包裹蛀面,使气味不外泄。换用尖辣椒面也是同样的操作方式。蛀面密闭杀虫 24 小时后,解开塑料布,用开水局部冲注蛀面,尽数杀灭残余虫蛀。最后用软毛巾擦干,可防止虫蛀蔓延。

密封式的藤制家具,如衣橱、杂物橱、有门书橱等,可在橱中吊挂一两个新鲜花椒与细盐拌和的小布袋,一样有防蛀作用。

(留丹)



上期回顾:转让钱币收藏品,这批钱币有部分民国纸币、解放区纸币、民国时期储蓄券、第一套及第二套人民币,尚未成交,有兴趣的读者可翻看 7 月 2 日的报纸。

转让冰箱

转让者:市民赵先生

这台冰箱是我去年买的,因为回老家携带不方便,便随其他电器一同转让。

冰箱是长岭牌的,型号为bcd-182b。它的外观时尚,为立式双门冰箱,上层具有冷藏保鲜功能,下层具有冷冻功能,总容积为 182 升;外形尺寸为 515×600×1415mm;它的优点在于高效节能,很适合一般小家庭使用。

这台冰箱去年夏天购来后只用了几个月,尚有八成新。冰箱从未出过毛病且未过保修期。去年我以 2300 元的价格购得,现在我打算以 1000 元的超低价转让。我家住市区凤山巷,有意者可以上门看货,成交之后运费需要自理。

有意购买的读者可以致电

65916666,或加 QQ240104426,跟记者联系。

温馨提示:“跳蚤市场”只提供发布信息平台,物品质量由转让者负责。

(陈绵绵)



小贴士

Rui an Tel:6688 6688

市鼓词馆演出 由每周一场 增至两场

市鼓词馆自今年 3 月 17 日重新开馆以来,每月安排 4 场演出,免费向市民开放。每到周六晚上 19 时,位于市区西山三巷 7 号的鼓词馆内座无虚席。不少市民反映鼓词的演出场数过少。

近日,为让广大鼓词迷能听到更多更好的鼓词,市鼓词馆将增加演出场次,从每周六晚上的一场演出,增加到每周六和每周日晚上 19 时至 21 时各一场演出。届时,广大鼓词迷可以前往欣赏。

(李雅)



交警提醒

rui an Tel:6688 6688

56 省道

马屿乙甲村段

设置禁停标志

近日,56 省道 23KM+500M-24KM(即马屿镇乙甲村地段)处,设置了禁停标志,交警部门将对违停车辆进行监控抓拍,希望驾驶员能够遵守规则。

(李运成 孙文静)

老 56 省道山体

爆破施工

因老 56 省道改建工程施工,从 6 月 29 日起 15 天内,老 56 省道 39 公里垞湾村路段多处进行山体爆破,现封闭了半侧路面,请过往车辆注意减速慢行。

(薛道燃)

塘永线

海阳工业区路口

道路施工

6 月 29 日起,塘永线海阳工业区路口道路损坏施工,施工期间将占据该路段半幅路面,预计工期一个月。

交警提醒过往驾驶员提前选择行车路线,特别是夜间行车时,请注意及时避让,安全行驶。

(木伟杰)

塘下前池大街

和前池十字路口

路面维修施工

自 7 月 1 日起,塘下前池大街和前池十字路口,因路面破损严重,需对该路段进行维修,预计工期 2 个月,施工期间请过往车辆改道行驶。交警提醒广大驾驶员选择路线时,最宜为商业街。

(陈荣林)

今日 广播电视节目预告

FM91.0 瑞安电台
11:30-12:30 民生直通车
暑假怎么过?通过采访学生以及家长,了解孩子们丰富多彩的暑期生活。

15:00-16:00 91 非常娱乐
介绍最新娱乐资讯,点评娱乐事件,娱乐冲突,听众可以通过热线的方式来参与。

瑞安有线广播·新农村频道
10:30-11:00 乡土乡音
贾先生承包的 25 亩鱼塘,鱼塘水一夜间由浅绿色变成酱油色,疑是垃圾场借道排污,采访贾先生了解情况。

节目热线:65834411,65834422
路况热线:15858859910
瑞安广电网:http://www.rabtv.cn

瑞安台
20:27 剧场
00:23 午夜影院
温州新闻综合频道
20:45 闹热打头冲
22:00 松花江上(32-34)
温州经济科教频道
19:02 剧场:新红楼梦(13、14)
22:03 新上海滩 (18、19)
01:05 剧场:飞鸟(13、14)
温州都市生活频道
20:07 剧场:包青天(42、43)
22:30 剧场:伊朗风云
温州公共频道
18:40 剧场:白蛇外传(7、8)
22:50 奶娘(13、14)
浙江卫视频道
19:33 剧场:神枪手
21:21 爽食赢天下
浙江钱江都市频道
19:10 战后之战(16-18)
22:35 温柔的背叛(44、45)

浙江经济生活频道
18:30 铁梨花(32、33)
21:50 经视好彩头
浙江教育科技频道
13:00 倾城之恋(9-12)
18:58 剧场:娘妻(16、17)
23:11 剧场:猎鹰 1949(6、7)
浙江影视娱乐频道
13:05 新白娘子传奇(1-4)
18:30 包三姑外传(19、20)
21:30 剧场:鲜花朵朵(19-21)
浙江-6 频道
16:35 汽车版(首播)
20:46 欢乐英雄 PK 大擂台
浙江公共·新农村频道
12:40 媳妇的美好时代(20-23)
18:35 不离不弃(7-9)
22:25 缤纷影院
湖南电视台
07:30 还珠格格 2(7-12)
14:00 剧场
22:00 剧场

广东电视台
13:08 媳妇的美好时代(22-25)
20:05 刁蛮娇妻苏小妹(1-3)
中央一台
19:50 身边的感动(57)
21:45 世博传奇
中央二台
18:15 环球财经连线
20:00 经济与法
20:30 经济信息联播
中央三台
16:45 小兵张嘎(15、16)
18:29 快乐驿站
19:04 世界各地:冲击波(六)
中央四台
19:15 连续剧:成吉思汗(18)
20:00 走遍中国
22:45 快乐汉语
中央五台
09:00 世界杯 1/8 决赛(西班牙队-葡萄牙队)
16:35 世界杯 1/8 决赛(德国

队-英格兰队)
中央六台
19:35 故事片:红樱桃
22:58 王子复仇记
01:55 故事片:刑警荣誉
中央七台
19:00 农广天地
20:03 军事纪实
中央八台
19:30 连续剧
22:05 海的儿子(13、14)
02:40 神探狄仁杰(二)
中央十台
19:57 百科探秘
20:30 走近科学
中央十一台
19:23 京剧
23:23 大明宫词(30-32)
中央电视台-少儿频道
19:00 动画梦工场
20:00 银河剧场
(节目以当日播出为准)