

春天时令蔬菜大量上市,价格趋于平稳

这一口“春天的味道”,你尝了吗?



“ 气味独特的香椿、翠绿鲜嫩的马兰头、鲜亮诱人的春笋……这两天,记者走访市场发现,各种春菜占据了菜场里的“C位”,陆续出现在人们的餐桌上。随着上市量的增加,春菜的价格趋于平稳。

■文/记者 王琪 图/记者 吕世银



各种春菜上市供市民选择。

走进东岳市场蔬菜区,芦笋、蕨菜、韭黄、春笋、荠菜、马兰头等春菜格外惹眼,色泽青翠、鲜嫩欲滴,让人看的食指大开,迫不及待想品尝这一口“春天的味道”。

一位摊主热情地介绍售卖的春菜:“产自郧阳区的鱼腥草10元/斤,鱼腥草叶子15元/斤,蒲公英根15元到20元/斤,马兰头13元到15元/斤,枸杞苗7元/斤,荠菜5元/斤,都是新鲜带泥的好菜!”

此外,春笋、蚕豆等也卖得不错。俗话说:“食过春笋,才知春之味。”尤其立春过后的春笋,笋体较大,回味甘甜,无论是用来炒腊肉还是油焖笋,都十分美味,目前是22元/斤。蚕豆更是老少咸宜,有的市民一买就是好几斤。

“春菜价格和往年差不多,这几天供应量增加了,价格比3月初的时候降了一点。”一位摊主告诉记者,现在吃春菜最适合不过了,清明一过,春菜就没有这么新鲜了。不过,一些本地的野菜还需要等上几天,比如灰灰菜、清明菜、苦菜和车前草等。

春菜虽味美,也需要适量食用。春笋性寒味甘,又

含较多粗纤维素,大量食用后很难消化,容易诱发哮喘等疾病。过敏体质的人食用春笋容易引起荨麻疹。蕨菜中含有的原蕨苷,属于致癌物,人体摄入后可能会促使肠息肉长大,甚至恶变。长期大量食用,可能有胃癌、食管癌等消化道肿瘤的患病风险。

“香椿现在两块五1两,买二两就能跟鸡蛋一起炒一盘,比之前便宜多了。”昨日一大早,几位阿姨围在摊位前,一边询价挑选,一边交流着自家的菜谱。从香椿炒鸡蛋、荠菜豆腐羹、春笋炒腊肉,到马兰头拌香干、韭菜炒蛭子,道道都是“春天的味道”。

“现在市场上的香椿基本都是外地的,四川、云南出芽早一些,现在大量上市,所以价格便宜不少。这几天天气暖和了,我们本地的香椿估计过几天就能冒芽。”一摊主介绍,3月初,香椿平均每斤100元,如今已经降到每斤25元左右。

值得注意的是,吃香椿前,最好用沸水焯烫一遍,这样可以降低大部分亚硝酸盐和硝酸盐的含量。

本期猪肉价格稳定
蔬菜价格略有回升

■记者 王琪

本报讯 3月21日采价显示,与上期相比,本期23种商品9涨12降2平。

本期,猪精瘦肉每500克均价16.49元,较上期下降4.81%;猪腿夹肉每500克均价13.07元,与上期价格持平;猪排骨每500克均价22.00元,较上期上涨0.04%。鸡肉每500克均价8.08元,较上期下降4.06%;鸭肉每500克均价6.10元,较上期下降2.76%。本期9种蔬菜每500克均价2.89元,较上期上涨0.69%。其中大白菜每500克均价1.47元,较上期上涨20.46%;小白菜每500克均价2.97元,较上期上涨7.30%;黄瓜每500克均价3.88元,较上期下降5.44%;茄子每500克均价5.26元,较上期下降3.81%;青椒每500克均价3.73元,较上期上涨3.47%;西红柿每500克均价3.81元,较上期下降0.22%;白萝卜每500克均价1.18元,较上期上涨8.42%。鲫鱼每500克均价11.02元,较上期下降0.45%;草鱼每500克均价8.20元,与上期价格持平。苹果每500克均价6.27元,较上期下降7.39%。干辣椒每500克均价30.23元,较上期上涨1.40%。

目前,我市猪肉、蔬菜市场供应充足,消费趋于稳定,价格保持总体稳定。随着气温回升,本地蔬菜上市量增加,预计蔬菜价格将小幅回落。



扫码查看《城区部分商品价格对比表》

3月24日是世界防治结核病日,专家提示

增强免疫力是预防结核病的关键

3月24日是世界防治结核病日,记者走进湖北省12家耐多药肺结核定点救治医疗机构之一、十堰唯一的定点救治医疗机构——市西苑医院(太和医院西苑病区),了解结核病相关防治知识,提高市民对结核病的认识和防护意识。

■文、图/记者 周仑

免疫力下降女子感染结核病

3月20日,记者驱车来到位于张湾区黄龙镇的中西苑医院,在该院传染病救治楼见到了患者张女士(化姓)及其爱人陈先生(化姓)。病床前,该院感染科副主任王琴正在对张女士的CT进行研判,张女士在病床上仔细聆听。

今年53岁的张女士在家务农,常年不健康的饮食习惯让她患上了糖尿病,血糖一度高达30mmol/L。去年年底,她开始出现发烧、咳嗽等症状。她以为只是普通的感冒,并没有在意,结果低烧一直不退,且伴有胸闷等现象。在当地医院就诊后,效果不明显,怀疑可能是肺结核,医生为她做了结核病筛查,建议她到市西苑医院治疗。

“当时我还不不懂这个病,医生说肺结核有传染性,让我一定要戴口罩,且不能随地吐痰。”张女士表示。

据了解,目前全市仅市西苑医院能做结核杆菌培养+药敏实验。入住市西苑医院后,经过相关检查,张女士被确诊为耐药肺结核,此病会传染给密切接触者。于是,张女士的爱人陈先生也赶到医院做了结核病筛查,同样诊断出结核病。

根据张女士患有糖尿病且生活不规律这些细节,王琴怀疑张女士患病可能是免疫力下降所致,后续一系列的检查也证实如此。查出病因后,王琴带领医护团队采取耐多药肺结核治疗方案,经过球囊扩张、冷冻、药物灌注等治疗手段,夫妻俩的病情得到控制,症状有了缓解。

为33名患者减免费用140万余元

据了解,市西苑医院有近60年防治结核病的历史,

多年来,该院始终致力于结核病的预防宣传和教育工作,提高公众对结核病的认识和防护意识。通过进学校、进社区开展结核病防治科普宣传,做好抗结核免费药品的领取、发放,以及全市肺结核患者的发现、报告、登记、治疗、追踪和管理工作。

“为了方便结核病患者就诊和复查取药,我们在车城西路和黄龙本部开放了两处门诊。去年5月,我们牵头成立十堰市结核病专科联盟,搭建起不同医院之间沟通、协作的桥梁,不断提高临床结核病专业诊疗技术水平。”王琴说。

作为湖北省12家耐多药肺结核定点救治医疗机构之一、十堰唯一的定点救治医疗机构,市西苑医院严格落实湖北省耐多药肺结核救助的相关政策,将困难患者纳入救助治疗管理,降低耐多药肺结核传播的风险。自2022年10月开展救助行动以来,已救助耐多药肺结核患者33人,减免费用140万余元。

据悉,结核病是由结核分枝杆菌感染引起的慢性传染病。结核分枝杆菌主要侵犯肺脏,称为肺结核病;也可侵犯肺脏以外的其他部位,如肝、肾、脑、淋巴结等器官,称为肺外结核病。肺结核的常见症状有咳嗽、咳痰、痰中带血等呼吸道症状,以及低烧、盗汗、胸痛、食欲差、疲乏和消瘦等全身症状。

在我市,结核病的感染人数正呈逐年递减趋势。有粉尘作业史、糖尿病、艾滋病这三种病的人群更易感染结核病,此外,老人也是感染结核病的高危群体。那么,市民应该如何预防结核病呢?王琴介绍,新生儿可接种卡介苗,市民平时应注意生活饮食卫生,注意休息,加强营养,锻炼身体,保持愉快的心情。若身边有结核病人,其用过的餐具、用具要消毒,经常开窗,保持室内通风。王琴表示,得了肺结核并不可怕,只要树立信心,充分与医生配合,坚持正规治疗,多数患者是可以治愈的。



王琴根据病人情况制订不同的治疗方案。