



扫码订报

2017年11月24日(农历十月初七) 第85期 主办:山东广电网集团 大众报业集团 国内统一刊号:CN37-0127 订报电话:0531-85051822/85051537



炫舞泉城

11月19日,由近报融媒和山东优艺文化发展有限公司共同主办的2017年首届“贝蒂杯”体育舞蹈全国邀请赛暨艺考考生综合素质能力测试赛,在山东财经大学舜耕校区体育馆举行,赛事吸引了来自全国各地40余个代表队的近千名选手参加。
记者 郭建政 摄

46 赛点

起底“山东联通盗播信号案”始末

06 关注

●全国首例广电运营商胜诉IPTV ●盗播央视3、5、6、8一审判赔300万 ●IPTV或将下线央视3、5、6、8频道

肺结核阴影下的学生

11 文摘

范冰冰新剧卖了9.9亿

38 追剧

NBA比赛后球衣谁洗?

48 掌故

往近了说

合理膳食，别指望咸鱼“翻身”

□狄凯

日前,世界卫生组织(WHO)的国际癌症研究机构(IARC)公布致癌物清单,中国的咸鱼赫然在列,而且是“毒性”最大的一级致癌物,这让我这个从小视咸鱼为无上美味的人不由得大吃一惊。

从前交通运输不便,保鲜技术又极为落后,生活在内陆地区的人,要想吃鱼,除了河鲜之外,就要靠咸鱼解馋了。吃的时候切一小段入锅,加少许油,文火煎至焦黄酥透,那味道,真的是香飘四邻。当然,也有人对这味道敬谢不敏,目为腐臭,正应了那句俗语:我之蜜糖,彼之砒霜。但是现在好了,世卫组织的清单一下,地无分南北,人无分老幼,咸鱼成了大家共同的“砒霜”。

咸鱼还能“翻身”吗?

这似乎又完全不是问题。一级致癌物的清单上还有酒精(乙醇),影响到人们触筹交错了吗?烟草也榜上有名,影响到人们吞云吐雾了吗?这两者的名声之臭,影响的范围之广,可是远在咸鱼之上。所以,有医生赶忙出来“打圆场”:每个月吃一两两次咸鱼,问题不大。

果真如此吗?其实,所有的有毒物质,都有个中毒剂量。从前大家心目中的“毒药之王”敌敌畏,拿舌尖轻舔一下,大概也不至于送命(致死剂量据查是10毫升),但害处终究是有的。所以我宁愿相信台湾癌症基金会执行长赖基铭医师的话:这份清单只标出一类致癌物是什么,并没有提及暴露在致癌物中的时间长短或浓度与癌症的关联性,因此最好的方式就是“能免则免”、“尽量少接触”。

但这也面临一个问题:随着研究的深入,这份致癌清单想必会越来越壮大,今天还是美食,明天就成了致癌物,今天还是救命的药材,明天就成了夺命的毒药,令人猝不及防。

其实解决起来也简单:吃的方面,食材尽量多元,不要偏食挑食;用药方面,到正规医院机构请医生开药,不要听信土方偏方怪方。这样的话,即便不能完全避免“中枪”,最起码能少挨几弹吧。

编辑:罗凤琼 美编:顾佳泉