



传言:

网传家居必备品节能灯泡是诱发多种癌症的超级癌源,并且含有剧毒物质汞元素。

实用宝典

SHI YONG BAO DIAN

节能灯致癌还有毒?



科学揭秘

KE XUE JIE MI

真相:

此传言的所谓依据是:美国Live Science曾撰文称,纽约州立大学研究人员通过试验,证明节能灯泡在使用时比普通灯泡发出的紫外线辐射更强。

然而,这篇文章的有关原始表述是:“节能灯释放出来的紫外线辐射可能损害人体皮肤细胞,让人过早衰老,甚至可能导致致命的皮肤癌。”文中提到的细胞是泡在培养皿里的体外培养皮肤细胞,并不像人们身体上的细胞有表皮的保护。其次,该实验对皮肤细胞进行了近距离(2.5厘米)、长时间、大辐射量的节能灯照射,这与生活中的实际状况相差甚远。

节能灯实际上是一种紧凑型、自带镇流器的日光灯。通电后,灯管内的汞原子释放出肉眼看不见的紫外线,紫外线打到灯体内壁上的荧光粉涂层上,然后再转变成可见白光。这种利用紫外线进行发光的方式,可将更多电能转化为光能,从而达到省电的目的。

国内外权威检测机构的检测结果显示,节能灯的紫外线辐射的总能量只占节能灯释放总能量的6‰。也就是说15瓦节能灯的紫外线功率仅为0.09瓦,而且,节能灯里的长波紫外线不会穿透人体的真皮层。

一般来说,只要符合我国《灯和灯系统的光生物安全性》标准的合格节能灯,都能把紫外线辐射量控制在安全范围内,不会对人体造成损害。

上述文章中还指出:节能灯泡中含有一种剧毒物质——汞元素,一旦人体吸入了2.5克该物质,就会导致死亡。

汞是有毒的,这一点没错,摄入超过一定剂量会致死。但1只节能灯中只有几毫克汞,而且被封在灯里面,即使灯打碎了,也要几百只灯同时碎掉,并且是在一个很小的密闭环境下,全被一个人吸入才有可能对人造成危害。现实中发生这种事的概率非常小。(东方网)



巧除异味

饭焦味 将8-10厘米长的葱插入烧焦的饭中,盖严锅盖,焦味片刻即除。

猪肉异味 炖猪肉或排骨时,在锅内加入几块橘子皮,可除异味和油腻感,增加汤的鲜味。

手上异味 用咖啡洗手可除大蒜味,用盐擦手可除鱼腥味,用醋洗手可除漂白粉味。

粮食霉变味 把适量海带置

于粮食中,可使粮食保持2年无污染,无霉变异味,粮食质量和色泽如新,且海带也不变质,可以照常食用,一举两得。

鱼腥味 用牛奶将鱼块浸泡一会,这样烹饪出来的鱼无腥味,而且味道鲜美可口。

大蒜味 吃过大蒜后,喝杯牛奶,可以消除口中的异味。

○兰小英

选面包,硬比较好

很多人在挑选面包的时候,都喜欢挑选那些看起来松松酥酥、细细软软的面包。其实,硬面包比软面包更健康。

硬的面包热量较低,含糖量和油脂少;软的面包太甜,容易增加糖尿病的患病几率,油脂多了,容易使人肥胖。所以,硬的面包更适宜食用。

面包属于高盐食品,过多食用含盐量高的食物,对身体不利,建议消费者在选购面包时,要留意一下营养成分表上的钠含量,宜选择口味淡点的面包。口感粗的面包并不比口感细腻的面包差,相反,口感粗、含有大量膳食纤维的全麦面包更有助于降低血压。○赵婷

做饭加水大有学问



炖鱼汤、煮鸡汤用冷水 清炖鱼要用冷水,这样鱼汤才没有腥味。记住必须一次放足水,如果中途加水,会减少原来的鲜味。而在蒸鱼的时候,待蒸锅的水开了以后再上屉,能使鱼外部立即收缩,内部鲜汁不外流,熟后味道鲜美。煮鸡汤时应用凉水,并逐渐加温,煮沸后用文火慢炖。如发现水太少,应加开水,切不可中途加冷水,以免汤的温度突变影响营养和味道。

煮肉汤用热水 煮肉汤时,应将水烧开后先放肉,热水煮肉味美。

炒肉丝加水肉更嫩 炒肉丝、肉片加少许水翻炒,可以弥补爆炒肉时流失的水分。中途加清水不仅可以避免糊锅,还能让肉质更鲜嫩。

炒蔬菜要加开水 炒蔬菜时,不要加冷水,否则会使菜变老变硬,加开水炒出来的菜又脆又嫩。

鸡蛋加水更香 蒸鸡蛋羹时用温开水搅,蒸出来的蛋羹比用冷水调的蛋羹更加鲜嫩。煎鸡蛋时,在蛋的周围洒几滴热水,可使蛋黄完整,表面更光滑。这样煎出来的鸡蛋表面凝固了,但里面还是溏心的。炒鸡蛋时,一个蛋加一汤匙温水搅匀,就不会炒“老”,且炒出的蛋量多,松软可口。煮鸡蛋时,先将蛋放在冷水里浸湿,再放进热水里煮,蛋壳便不会破裂并且容易剥皮。○黎史翔

做饭加水其实有很多学问,掌握了正确的用水方法,烹饪才会更顺利、更美味。

煮饭用开水 煮饭用开水,可以缩短蒸煮时间,保护米中的维生素,减少营养损失。煮饭的时间越长,维生素B1损失得越多。

蒸包子用冷水 蒸包子要用冷水,放入包子后再加热升温。这样可使包子均匀受热,并能弥补面团发酵不佳的缺点,蒸出的包子松软可口。

减资公告

经淮安市融盛融资租赁有限公司股东会决定,减少公司现有注册资本,由现在的1亿美元减少至3000万美元,股权结构为:股东淮安市宏信国有资产投资管理有限公司出资2100万美元占注册资本70%,股东德沃集团有限公司出资900万美元占注册资本30%。为保护债权人的合法权益,请各债权人自公告之日起45日内向本公司提出清偿债务或者提供债务担保的请求,逾期不提出的视其为没有提出要求。

联系人:王凯

联系电话:0517-80822133

联系地址:淮安市淮安区楚州大道366号体育中心内

特此公告。

淮安市融盛融资租赁有限公司

2018年6月8日