

# 醋真能抗癌吗？泡醋防癌前七名



醋真能抗癌吗？科学实验证明，以糙米为原料的陈醋的防癌效果最好。在众多防癌养生方法中，前7名全是用醋泡出来的，一定好好看看。

## 1.老陈醋泡黑豆

醋泡黑豆，可以减少体内的自由基，改善阴阳平衡，防癌延长寿命。而且还有其他功效。

**预防视力下降：**醋泡黑豆能预防视力下降，对慢性眼部疾病有很好的预防作用，如近视眼、老花眼、青光眼。

**乌发亮发：**头发黄干枯，白发多，可以经常吃点醋泡黑豆，会发现再长出来的头发是乌黑发亮的，年纪大的人也可以。

## 2.老陈醋泡大蒜

**鼻炎：**鼻炎患者可用一小瓶口的瓶子装入醋泡大蒜的醋汁，每晚看电视时用鼻子闻15分钟，一般半月后效果明显。

**脸上有斑：**醋泡蒜，能抑制面部黑色素。

## 3.老陈醋泡花生

**软化血管：**秋冬天气寒冷，人体血管壁会变得脆，尤其是中老年人，醋泡花生能软化血管壁，防止心血管病的发生。

## 4.老陈醋泡洋葱

**预防感冒：**在我们吃洋葱的时候，总是感觉有一种辛辣的味道，这种物质有杀菌的作用，可



以预防流感病毒。

**抗癌防癌：**在洋葱里含有一种名叫“栎皮黄素”的营养，它是一种天然抗癌的物质之一，用醋泡过之后，可以起到抗癌的功效。

## 5.醋泡姜

**咳嗽痰多：**醋泡姜有化痰的作用，干姜最好，用醋泡1小时以上效力倍增，对咳嗽多痰很管用。

**发汗解热：**醋泡姜能促进血液循环，振奋胃功能，达到健胃、止痛、发汗、解热的作用。

**杀菌止痒：**醋泡姜用来涂抹可以杀菌止痒，不仅止痒还能完全修复皮肤，花了几千元没有治好的都可以试试。

## 6.白醋妙用

**解酒养肝：**饮酒过量已有醉意者，可服50%食醋100毫升至200毫升，解酒毒、养肝肾。

**菜板除味：**将白醋喷洒在菜板上，放置半小时后再冲洗，不仅可杀灭菜板上残留的细菌，还可使异味很快消失。

## 7.醋泡葡萄干

**治贫血：**葡萄干和醋都含有大量的铁，而铁是加快人体造血的重要成分，因此人们食用醋泡葡萄干可以起到快速补血的作用。

**预防癌症：**葡萄干的营养在与醋结合之后，会得到最大的发挥，特别对人体自由基的影响很大，可以避免癌细胞的生成。

**减肥修身：**很多人认为葡萄干中含有的糖分高，不会起到减肥功效。其实却相反，葡萄干和醋中都含有氨基酸，能够干扰脂肪的合成，起到消耗身体脂肪的作用。

## 醋虽好，不是谁都能吃

空腹，不宜食醋。建议在饭后1小时食醋，既不会刺激胃肠，还有助于消化。

服用碱性药物，不宜食醋。因醋有收敛之性，如果吃了碱性药物，会降低药效。

不起眼的醋，有这么强大的作用，在这个环境问题日益严峻的情况下，建议大家多吃一点醋，对身体有好处！  
据39健康网

## 生活锦囊

### 豆杞枣汤缓解视疲劳

人长时间上网、看书或看电视等，用眼过多很容易出现视疲劳。现介绍一款有助防治眼睛疲劳、视力模糊的食疗。

**方法：**黑豆100克，枸杞子3克~5克，红枣5~10个，料酒、姜汁、食盐各适量。加水适量，用急火煮沸后，改用文火熬至黑豆烂熟，即可取汤饮用，汤中也可加适量冰糖溶化后饮用。本方为两次服用量，早、晚各服1次。对缓解视疲劳、眼花目暗有一定效果。

中医认为，目为肝窍，视疲劳多为肝血不足，肝肾阴虚，故以“肝

劳”名之，在治疗上重视以养肝益肾为主。黑豆含丰富的蛋白质、胡萝卜素、维生素B类，有补肾强身、滋阴明目、解毒功效。枸杞子是滋肝补肾良药，兼具益精明目、养血之功。研究表明，枸杞还有抗疲劳、提高免疫力作用。大枣则能健脾益气、养血安神。三味合用，可起补益肝肾、滋阴补血功效，服用此方有助缓解视疲劳。常服此方，对用眼过度者有一定保健作用。当眼睛干涩、视力模糊症状明显时，上方可加清肝明目之菊花3克，其效果会更好。  
据人民网

## 生活窍门

### 1.如何去除苹果表面的蜡

如果喜欢连皮一起吃苹果的话，就需要将表面的蜡去除。

(1)将苹果放进热水(手可以接受的最高

温度即可)，这时候，苹果的蜡会散开。

(2)牙膏涂抹在苹果上当清洁剂，然后清水冲洗干净，即可食用。

### 2.大米生虫子怎么办

花椒是一种天然抗氧化物，具有特殊的香味，有驱虫作用。米虫对气味非常敏感，对花椒特殊的气味更是避之唯恐不及。

具体方法是：准备

几块干净的小纱布块，每块都包上少许花椒壳，扎好后放置在米或面中，分别放置在袋子的不同位置，以确保对整袋米面产生作用。

据搜狐健康

# 分类广告

分类广告、各类公告、遗失声明 电话：15903708588 13781482017

## 兄弟汽车租赁

对外租赁各种高、中、低档轿车、商务车，年租可购买新车。

电话或微信：15137070588  
15903709669

## 曹老师辅导班

1.双休日、寒假、暑假招初中各年级及小升初、初升高优秀学生(先试听)。

2.诚聘国家级、省级优秀教师。

电话：13087023697 13037528087

## 如有眼病 免费体验

随着年龄的增长，老年人患各种眼病的概率也随之增加，症状有视力下降、视线模糊、眼前有黑点等。

扶明堂眼疾康复中心全国连锁机构本着“传递光明，传递爱”的宗旨现向全市征集100名眼疾患者，让他们体验扶明堂的治疗效果。活动内容：1.免费检查；2.免费享受古法拨经及眼部

水疗(价值298元)；3.免费领取扶明堂眼贴。

健康热线：0370—2599788

扶明堂地址：商丘市归德路与八一路交叉口往东50米路北(八一路小学大门东侧10米)

公交线路：乘69路、86路、16路公交车八一路小学站下车 陕医械广审(文)第2016090051号

## 日本留学

高中以上学历申请赴日留学(全日本有200多家可选择：东京、大阪、名古屋、神户等)，零中介费！

详询高老师：

15803708386

在日本留学勤工俭学，是工薪阶层的最佳选择！



# 大唐梁园刘口风电场220kV升压站工程环境影响评价信息公告

一、建设项目概况：新建大唐梁园刘口风电场220kV升压站，新建主变2×80MVA，220kV出线1回。

二、对环境可能造成的影响：工频电磁场、噪声及生态影响。

三、主要环保预防对策和措施：(1)制定合理的施工工期文明施工；(2)对施工产生的弃土弃渣及生活垃圾合理堆放及

时清理；(3)施工完毕及时恢复植被；(4)采用低噪声主变。

四、环境影响评价结论：以上工程的建设具有良好的社会效益和经济效益，符合国家产业政策和地方规划，通过严格执行环保“三同时”制度，采取环保措施，可把对环境的不利影响控制在允许水平。从环保角度考虑，上述工程的建设是可行的。

五、公众可直接致电环评单位索取环境影响评价报告表(简本)。

六、征求公众意见的范围和主要事项：向工程附近可能受影响的居民征求有关环境保护方面意见或建议。

七、征求公众意见的具体形式：任何单位或个人若可以通过以下联系方式以书面、致电、电子邮件等形式反映有关环保方面的

建议。建设单位：大唐河南清洁能源有限责任公司，地址：郑州市郑东新区民生路3号，联系方式：0371-69388599。环评单位湖北君邦环境技术有限责任公司，地址：湖北省武汉市江汉区发展大道176#兴城大厦A501室，电话027-65681126。

八、征求公众意见的时限：公众意见征询时间为本公告发布之日起10日以内。