

“冰淇淋花”已盛开 一起邂逅太仓春日花雪

□记者 唐倩 苏茜 文/图



春深四月,当桃李芳菲渐次退场,木绣球迎来了它的高光时刻。明代杨慎笔下“玉团锦簇压枝低”的景致,此刻正在娄东大地徐徐铺展。

木绣球,学名“绣球荚蒾”,是忍冬科荚蒾属的落叶灌木。它不同于夏季盛开的绣球花(八仙花),花期在每年4月至5月,花朵初开时呈清新的淡绿色,渐渐转为纯白,如雪球般簇拥枝头,清丽脱俗。

若论赏花胜地,太仓人向来推崇东园(太仓名人馆停车场往南10米处),一树雪浪般的花团在远处翻涌,微风拂过,花瓣轻颤,如碎玉纷飞,美得让人屏息。这里的木绣球植株高大,花团密集,远远望去,如云似雪,与周围的自然景观构成一幅天然画卷。由于木绣球的花型圆润,层层叠叠的花瓣簇拥成团,乍一看像极了夏日里诱人的冰淇淋球,于是网友脑洞大开,给木绣球起了个甜蜜的别名“冰淇淋花”。东园内的花球格外饱满,层层叠叠的花瓣簇拥着,真像甜品师精心堆叠的香草冰淇淋。

郑和公园内的木绣球同样别致。数株花树连绵成阵,植株较东园更为低矮,无需仰望,不必踮脚,那些晶莹的花球就悬在眼前,游人可以清晰地看见每朵绣球上精致的脉纹,细数那些由无数四瓣小花组成的球形花朵。工作人员还贴心地布置了简单的陈设,为爱美的游客做好了万全的拍摄准备,穿着汉服停留在这花树下,恰似古画里走出的簪花仕女。

春天的风里,整座城市都浸在木绣球的清新中。木绣球的花语是“希望、团圆与美满”,恰如它圆润饱满的花型,象征着春日里的温柔祝福。这承载着美好之意的花朵,正在用自己短暂而绚烂的生命,讲述着关于永恒的寓言。木绣球虽美,却娇嫩,在此提醒大家:请勿攀折花枝,拍照时保持距离,避免踩踏花丛,随手带走垃圾,维护周围环境整洁。

四月芳菲尽,木绣球正盛。花期有限,莫负春光,让我们约上亲朋好友,一起走进这春日浪漫,感受木绣球的清雅之美吧!



阿莫西林洗头能治疗头皮屑

这是抗生素滥用,没用且有害

近段时间,一种“生活小技巧”席卷各大社交平台,主角竟是一种处方药——阿莫西林,号称用其搭配洗发水可以止痒去屑,搭配清洗剂可以对洗衣机杀菌除臭。相关专家提醒,用阿莫西林洗头、清洁洗衣机不仅达不到效果,而且是一种抗生素滥用,切勿跟风。

“有一说一,真的真的太不可思议了,阿莫西林搭配洗发水真的可以治疗头皮屑。”记者注意到,小红书网友“紫萱”不久前就分享了自己使用阿莫西林的感受,同时“安利”给了网友们。“咱们头皮问题属于慢性,而且真菌又多,阿莫西林本来就消炎!”“紫萱”写到,自己此前寻求过很多方法但见效甚微,后来抱着试一试的心态用两粒阿莫西林配合洗发水使用,持续几次后头皮屑得到了缓解。“下单买阿莫西林”“正在试验”“试了三次,对我不好使”……在这篇分享的评论区,很多网友被“种草”准备尝试,不过也有网友在体验后认为效果不好。

记者在社交平台上搜索“阿莫西林”后发现,这样的所谓“经验帖”不在少数,且很多广受关注成了“爆款”。除了洗头,还有人用该药物去清洗洗衣机:将阿莫西林粉末拌入清洁剂,直接丢进洗衣机,按下开关,一时间泡沫翻涌。

“这么用抗菌药物肯定是不行的。”南京市第一医院药学部副主任、副主任药师张倩告诉记者,阿莫西林本身属于抗菌药物,有严格的适应症。“头痛的患者首先要确定是不是头皮细菌感染,就算是细菌感染也需要就医再明确是何种细菌,一般来说头痛以真菌感染比较多见,这种情况用阿莫西林是没有用的。”而对于有青霉素过敏史的人以及本身头皮敏感的人群来说,如果因此接触了该药甚至可能出现不良反应的可能。

在张倩看来,如果将阿莫西林使用在洗头、洗衣机的场景中,无疑是一种抗菌药物的滥用,其危害不容小觑。换言之,这压根不是什么“小妙招”,而是一种“伪科学”。“抗菌药物不属于非处方药,国家对于抗菌药物的使用是有严格标准以及使用指南的,经过诊断为细菌感染,且对该类抗菌药物敏感,在医生或者是药师指导下才可以去使用。拿来洗头不仅是存在着非适应症用药,而且会造成抗菌药物滥用,甚至导致耐药菌增加。”专家提醒,随着耐药性在全球蔓延,抗菌药物越来越不起作用,很可能在未来就会面临无药可用的困境。

“此外,很多人意识到没有指征口服抗菌药物是一种滥用,实际上没有适应症地外用抗菌药物也是滥用。外用抗菌药物也需要有明确指征,无论如何,无指征用药都是不推荐的。”张倩表示。

(扬子晚报)

顺应季节 喝对茶“胜良方”

春茶大量上市,适量饮用可祛寒去邪



俗话说,“春饮茶,胜良方”,茶不仅能满足口欲,喝“好”了还能养生。南京同仁医院中医科主任、主任中医师徐明表示,以绿茶为代表的春茶在此时喝最顺应时节,热性体质的人也可多喝绿茶,因为绿茶性凉。

春季天气回暖,适量饮用新绿茶、花茶、白茶等可以祛寒去邪,有助于理郁,促进人体阳刚之气回升。徐明告诉记者,春季养生重在养肝,通过饮用花茶或新绿茶、白茶可以帮助清肝去火、柔肝、疏肝、护肝。“一般建议用养生壶或烧水壶煎煮茶叶,煮开即可,煮开比冲泡更好。”

从中医角度来说,不同的体质适合不同的茶叶,徐明介绍,比如绿茶性凉,适合体质偏热、血压较高的人群,但肠胃虚弱者应少喝;红茶性温,对胃刺激较小,适合体质偏寒、容易疲劳的人群;黑茶发酵程度高,温和养胃,适合消化功能较弱的人群;白茶普遍比较清淡,抗氧化作用强,适合大多数老年人。

需要提醒的是,春茶虽好,也不是人人适宜饮用。

徐明提醒,首先儿童不建议喝茶,特别是三岁以下的儿童,因为茶叶中含有咖啡碱等比较敏感的成分,喝多了影响睡眠。

对于老年人来说,也不建议喝浓茶,因为浓茶中含有大量的咖啡因、活性生物碱以及多种芳香物质,会引起失眠、耳鸣、眼花等症状。“心肺功能有所减弱的老人也要控制饮茶量,每天1~2杯淡茶为宜,避免空腹饮用。因为茶叶中的咖啡因可能刺激心脏,导致心率加快或血压波动。”

此外,营养师建议,冲泡时茶水比为1比50(3g茶叶配150ml水),首泡两分钟,后续每次延长30秒。

●清肝明目茶

配方:决明子6g、金银花6g、菊花6g、枸杞6g、桑葚6g。

功效:降肝火、明目润燥,改善眼干、口苦。

●疏肝解郁茶

配方:玫瑰花3g、合欢花3g、百合10g、红枣3枚(掰)。

功效:疏肝解郁,理气和胃,缓解精神压力。

●健脾祛湿茶

配方:山药10g、薏米10g、茯苓10g、白术10g。

功效:补脾益气,利水渗湿,改善脾胃功能,促进代谢。

●养颜美容茶

配方:玫瑰花5g、红枣2枚(掰)、当归6g、枸杞6g、黄芪10g。

功效:祛黄补气,补血益气,改善皮肤问题。

●减脂修身茶

配方:山楂10g、冬瓜皮6g、荷叶6g、决明子6g、薏米10g。

功效:健脾祛湿,减脂修身,缓解胃肠负担。

(扬子晚报)



佳片有约

1

水饺皇后



- 上映:2025-04-30
- 导演:刘伟强
- 主演:马丽、惠英红、朱亚文、王祖蓝、薛凯琪、谢天华、潘斌龙、袁富华
- 国家地区:中国大陆、中国香港
- 类型:剧情、传记
- 剧情:影片根据湾仔码头创始人、素有“水饺皇后”之称的臧健和女士的真实故事改编,时间横跨上世纪70年代末到本世纪初。上世纪80年代,改革开放伊始,中国经济飞速发展,不少企业家掀起经商浪潮。来自大陆的臧健和女士意外被迫停留在香港,为求谋生卖起家传的北方水饺,从而一步步创立了畅销全球的水饺品牌。

2

猎金游戏



- 上映:2025-05-01
- 导演:邱礼涛
- 主演:刘德华、欧豪、倪妮、黄奕、蒋梦婕、郑则仕、刘以豪、张晨光、田丽
- 国家地区:中国大陆
- 类型:剧情、犯罪
- 剧情:金融大师张托德堪称业界最强“预言家”,经他“点拨”的投资者全都赚了大钱。刚毕业的金融高材生高寒阴错阳差与张托德成为师徒,高端客户、亿万大单随之涌现。随着张托德的旧识安娜突然出现,股市狂潮再起,暴涨暴跌的背后是投资机遇还是资本游戏?深陷其中的股民是一夜暴富还是沦为“韭菜”?当金融市场被利用变成“赌场”,股市涨跌皆骗局,游戏规则则该由谁来定?

3

独一无二



- 上映:2025-05-01
- 导演:王沐
- 主演:张婧仪、陈明昊、辛云来、蒋勤勤、白客、章宇、欧阳娜娜、陈昊森、张郁梓
- 国家地区:中国大陆
- 类型:剧情
- 剧情:17岁女孩喻延与爸爸、妈妈、哥哥生活在祖辈经营的喻记鱼杂铺中。作为听障家庭中唯一听力正常的人,她自幼游走在家人的无声世界与外面的有声世界之间,已经习惯担任桥梁和翻译者。家人的爱与依赖如藤蔓般缠绕着她,然而去往更广阔世界的渴望之火也在她心里熊熊燃烧。突如其来的变故,让喻延不得不面对追寻梦想与捍卫家人的两难局面。在成长的选择中,她尝试着找寻自己,也找到能与家人分享的歌声。