吃完药物慎食这种水果 当心变成"隐形毒药"危害健康

水果是每日饮食里不可或缺的一部分，它们酸甜可口、营养丰富，可是有一种水果在吃药的时候却不能碰，那就是——西柚。重庆市药品监督局提醒广大市民，西柚等水果在遇到某些药物后会变成"隐形毒药"，对健康造成危害。

西柚因其独特的酸甜口感而备受青睐，但专家指出，西柚中含有一种叫"呋喃香豆素"的成分，这种成分能够抑制肝脏中CYP3A4酶的活性。而CYP3A4酶在药物代谢中发挥着重要作用，参与了现今使用近半数药物的代谢过程，包括降压药、安眠药、抗癌药以及抗生素、止痛药、避孕药等常用药品。当CYP3A4酶的活性被西柚中的呋喃香豆素抑制时，会导致这些药物在体内的代谢减少，从而在血液中的浓度升高。这样一来，药物的作用和副作用都会相应增强，会对人体健康造成不良影响。据专家介绍，呋喃香豆素可以使药物以2至10倍的量进入血液，这种影响不容忽视。

目前，已知有超过85种药物会受到西柚的影响，其中大约有一半可能导致严重的不良反应。尽管这份名单并不全面，但专家建议，为了确保用药安全，市民在服用药物期间，尤其是服用极高风险的药物时，应尽量避免食用西柚。

如果市民实在放不下西柚的美味怎么办呢？专家提醒，在这种情况下，市民应至少确保两件事：一是咨询专业医生或药师，了解自己在服用药物期间是否可以食用西柚；二是认真阅读药品说明书，特别关注药物相互作用和注意事项部分的内容。此外，除了西柚之外，其他如柚子、橘子、橙子、柠檬等水果也含有一定量的呋喃香豆素，只是含量相对较低。因此，服用上述药物的患者在食用这些水果时也应谨慎，尽量避免过量食用。

对于已经食用过这类水果的市民，专家建议尽可能在食用这类水果3天后再服用上述药物。而大多数药物停服一周后，再食用这类水果则较为安全。但值得注意的是，有些药物需要在体内更长的时间才能消除完毕，比如安罗替尼需要约1个月的时间。因此，在服用这些药物期间，市民更应特别注意避免食用含有呋喃香豆素的水果。

专家还提醒市民注意奶茶等饮品中的水果成分，现在很多奶茶店制作的饮品如杨枝甘露、满杯葡萄柚等都添加了不少的西柚成分。因此，在服用上述药物的市民在购买奶茶等饮品时也应特别留意，避免误喝到含有西柚成分的饮品。

新重庆-上游新闻记者 陈瑜

炖肉和熬汤的泡沫 到底是去还是留

经常做饭的人都知道，煲汤、炖肉的时候表面总是会漂浮着一些泡沫，有人说这些泡沫都是精华，也有人说这些泡沫不干净要倒掉。那到底是去是留，能不能吃？

食物中的泡沫 是如何形成的

炖煮食物或冲泡茶叶、咖啡时，液体中含有起泡和稳泡作用的表面活性剂时，就会产生一些小泡泡。表面活性剂是一种能够降低液体表面张力的化合物，它是一种"两亲"分子，能和水、油融合。当液体被搅动之后，空气会趁机进入液体，这样就形成了泡沫。

食物中产生的泡沫，大部分都是因为某种生物大分子具有"两亲"的特征，比如一些食物中特有的皂甙物质、蛋白质、二氧化碳等。

肉汤的泡沫 红灰色需撇奶白色可留

煲骨头汤和肉汤产生的泡沫需不需要撇去，得分情况。为了改善口感，很多厨师都会推荐煲汤前先把骨头、肉类焯个水，此时会产生很多红灰色的泡沫，一般多是肉类中的血沫及杂质，建议撇去后，再次用清水清洗。等到正式熬煮时，汤里还会出现泡沫，不过此时的泡沫量较少，颜色奶白，看起来干净很多，这是肉中的蛋白质和脂肪被煮了出来。此时的泡沫可以保留，但如果觉得影响外观，或者是在减肥，也可以撇掉。

需要注意的是，肉类焯水一定要冷水下锅，这样才能把肉质里的血沫、杂物慢慢"逼"出来。如果热水下锅，会让肉质表面的蛋白质立刻收缩，无法把血沫"逼"出来了。

可乐、雪碧的泡沫，容易伤胃

刚开瓶的可乐、雪碧等，往往会蹿出一股气泡，而很多人喜欢趁着有气泡的时候喝一口——气泡从胃肠道蹿到胸口直冲鼻腔，怎一个爽字了得！但一放久，泡沫消失了，气也没了，喝起来就没劲了。

打开碳酸饮料时产生的泡沫，其实就是二氧化碳。而过多的二氧化碳会刺激胃黏膜，从而减少胃酸分泌，影响肠胃的正常消化功能，进而导致食欲下降的情况。另外，印度医学家发现，凡是可乐等碳酸饮料消费量大的人群，食管癌发生率都会相对较高。研究人员推测，可能是二氧化碳的压力使胃酸逆流进入食管，从而刺激食道，增加了食道癌的发生风险。所以像此类带气的饮品还是少喝为好，尤其是本来就有消化道疾病的，最好不喝。

豆浆出现大量泡沫 可能是"假沸"

煮豆浆时如果出现大量泡沫，很多人都会把它当成煮沸了的标志。但其实这可能是一种"假沸"现象。

豆浆含有一种叫皂甙的物质，会让豆浆在加热到80~90℃时产生大量泡沫，这些泡沫就像是"障眼法"，看起来像煮沸了，实际却还没有彻底煮熟。如果喝了这种豆浆，所含的皂甙会影响人体对蛋白质的吸收，导致消化不良；摄入过多时，还易导致恶心、呕吐、腹泻、腹痛等不适。所以煮豆浆时产生了泡沫，应该再用小火继续煮10分钟左右，至泡沫完全消失，豆浆没有了豆腥味才是完全煮熟，才能放心饮用。

这些食物产生的泡沫可以保留

1.我们在煮面条、水饺时，产生的泡沫是淀粉和蛋白质析出所致，一般对身体并没有什么危害，不需要撇去。

2.冲泡茶时，也会泛起一层泡沫，这其实是茶叶中的茶皂素，动物实验表明它有一定抗菌消炎的作用，并能抑制脂肪的吸收。

3.鲜榨果汁上的那层泡沫营养格外丰富，不用撇掉。

据科普中国

每日科普

秋收时的咯血——稻瘟病

陆军军医大学第一附属医院呼吸科 郭海琴

79岁的张建世（化名）在暴雨后赤脚去地里除草，回家后第二天高热至41摄氏度，随后出现呼吸急促、咳嗽咯血等症状，被紧急送到医院。另一位69岁的刘建生（化名）赤脚下田补秧后，也出现高热、呼吸急促、咯血、呼吸困难等表现。经诊断，两人均被确诊为钩端螺旋体病。

咯血是呼吸系统疾病里的常见症状，大咯血可能导致患者窒息、休克甚至死亡。咯血常见于空洞型肺结核、支气管扩张、二尖瓣狭窄患者。当部分患者无上述疾病病史也没有咯过血，但短时间内肺部出现问题并伴随咯血时，我们需考虑到病死率极高的"肺弥漫性出血危重型钩端螺旋体病"。

认识了解钩体病的必要性

钩端螺旋体病是一种由钩端螺旋体细菌引起的急性传染病，可以通过动物尿液或受污染的水、土壤传播。这种病在秋收季节多发，所以也叫"打谷黄"或"稻瘟病"。了解这个病有助于我们提高预防意识，一旦感染，可以及时诊断和治疗，减少严重病例和死亡率。

钩体病的流行病学

钩体病几乎遍及全世界，东南亚尤为严重。我国各地都有相关病例，一年四季均有病例发生，但以7~10月份为发病高峰，尤其是8月。患者以农民为主，发病前1~30天接触了受污染的水或带菌动物尿液/血液。

钩体病常见症状

钩体病起病急，早期临床表现为发烧、酸痛、全身乏力、眼红、腿痛、淋巴结肿大。中期可能会影响肺、心脏、血液、肝脏、肾脏，甚至大脑；晚期多数病例恢复，少数人病好后还会有发热、眼葡萄膜炎等症状。肺弥漫性出血、心肌炎、溶血性贫血、肝肾衰竭为常见致死原因。

钩体病的治疗

大多数病例为轻度自限型或亚临床型，某些病例则为重度甚至致命。危重型钩端螺旋体病的成人，通常使用青霉素、多西环素、头孢曲松或头孢噻肟治疗；妊娠女性可接受青霉素、头孢曲松、头孢噻肟或阿奇霉素治疗。因钩体感染后诱导超敏反应、有血管炎性质，特别是在肺部受累情况下，且使用抗生素抗钩体治疗后可能出现赫氏反应，故有专家提议可使用糖皮质激素作为抗生素的辅助用药；但目前尚无充分证据支持常规使用糖皮质激素。

■专家点评

陆军军医大学第一附属医院呼吸与危重症医学科 何建副主任医师

大咯血是呼吸系统常见的危重症，需要积极抢救和治疗。钩端螺旋体病是一种人畜共患的传染性疾病，重症患者可能导致大咯血。早期识别钩端螺旋体病，决定了后续能否给予针对性的治疗方案。本文系统地介绍了钩端螺旋体病的病因、临床表现、诊断和治疗等，对提高公众的认识具有很高的科普价值和指导意义。

刊登热线 13018333716 15023163856 023-65909440 微信同号

重庆各地 证件遗失/票据挂失/环评公示/劳动仲裁/法院公告/招标拍卖/注销减资/公告声明/题花广告/出售转让/商业广告…… 各类登报

♦重庆南开中学校友会遗失社会团体法人登记证书正本51500000450417989W声明作废
♦遗失沙坪坝区雅景苑餐饮店食品经营许可证正副本JY25001061120336作废
♦遗失重庆市开州区临江镇和胜村村民委员会在重庆农村商业银行开州支行临江分理处开户许可证核准号J6673000212306作废
♦遗失声明：李刚遗失重庆居然之家商业管理有限公司(金源店)开具的保证金60000元收据，特此声明。
♦公诚管理咨询有限公司遗失(武隆区2021年土地乡高标准基本农田建设项目专用章)一枚，声明作废。
♦遗失丰都县新民食品经营部公章一枚，编码：5002307010775声明作废
♦重庆安托公司渝BN8170营运证号500108016761遗失
♦遗失金意陶瓷砖品牌保证金收据单号0031140作废
♦遗失黄晓丽食品经营许可证正副本JY25001071054912作废
♦遗失四川祥辉嘉润建筑工程有限公司重庆第九分公司法定代表人黄学江个人印鉴章，编号：5003820066397声明作废。
♦遗失重庆智来餐饮文化有限责任公司公章编号5001127086808声明作废
♦遗失南川区路发发就火锅店公章，编号：5003847045350.发票章编号：5003847043293作废
♦遗失重庆市南川区昆川房地产开发有限公司合同专用章，编号：5003847056597.发票章编号：5003847014158作废
♦重庆嘉威公司渝BS0725运输证500110018101遗失作废
♦遗失重庆市荣昌区昌元街道金燕幼儿园民办非企业单位登记证书正本统一社会信用代码52500153580l804142作废
♦重庆市大渡口区交通运输委员会(曾用名：重庆市大渡口区交通局)遗失在中信银行开户的开户许可证，核准号为Z6530002635901现声明作废
♦成都铁路公安局重庆公安处廖兴伟遗失人民警察证，警号112694声明作废

遗失声明：重庆市经济技术开发区建设服务中心遗失重庆市非税收入统一定额票据票根：面额20元(30本3000张)编号000831001-000834000，面额10元(10本1000张)编号004628001-004629000，非税一般缴款书16份，编号005745375-005745390，声明作废。

重庆派盛国际物流有限公司遗失2023年1月11日核发的营业执照正副本，统一社会信用代码91500105MAC783EU14声明作废。
重庆派盛国际物流有限公司遗失公章、财务专用章、法人章(法人：苏维娜)以及银行U盾，声明作废。

重庆彬远二手车销售有限公司合同专用章一枚 编号5001120558647 声明作废
重庆彬二哥汽车销售有限公司合同专用章一枚 编号5001120558655 声明作废

重庆市巴南区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆旺和源食品有限公司：本委受理的刘福令诉你单位计时计件工资争议案(渝巴劳人仲案字〔2024〕1327号)。现依法向你单位公告送达仲裁申请书副本、仲裁通知书、开庭通知书等法律文书，自公告发布之日起经过30日即视为送达。本委定于2024年12月24日上午09:30在本委仲裁庭(重庆市巴南区鱼洞下河路34号406室)开庭审理此案。请准时参加庭审，否则本委将依法缺席裁决。领取裁决书的期限为闭庭次日起10日内，逾期不领即视为送达。特此公告
重庆市巴南区劳动人事争议仲裁委员会2024年11月5日

拟申请注销登记公告：重庆市江北区劳动和社会保障监察大队(统一社会信用代码：12500105762696585L)拟向事业单位登记管理机关申请注销登记，现已成立清算组。请债权人自2024年11月5日起90日内向本清算组申报债权。特此公告。

重庆市万州区烟草专卖局关于案件调查处理的公告
2024年10月29日，我局执法人员在重庆市万州区龙驹镇农贸市场内进口30米处摊位查获无品规卷烟5条，并依法予以先行登记保存。请以上卷烟货主于本公告发布之日起60日内到重庆市万州区烟草专卖局专卖稽查五大队接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
联系人：陈鑫 吴伟 联系电话：13896238108
联系地址：重庆市万州区龙驹镇川鄂街11号
重庆市万州区烟草专卖局 2024年11月4日

重庆惠能标普科技有限公司遗失增值税专票6份，发票代码5000192130，号码05270214；发票代码5000223130，号码02641207；发票代码：5000200104，号码：20214261；发票代码5000174130，号码00020199；发票代码500083130，号码00172950；发票代码5000223130，号码02641253特此声明

招标公告
家利物业管理(深圳)有限公司重庆两江新区分公司管理的玥湖园项目位于重庆市两江新区玥湖路，为大型高档住宅项目，现有以下事项公开招标：重庆玥湖园弱电安防系统维保工程。
1.投标人必须具有法人资格的独立法人，能出具全额增值税专用发票；2.注册公司成立不少于5年，注册资金不少于人民币500万；3.营业执照须有"智能化/弱电工程"、"信息系统运行维护服务"、"智能控制系统集成服务"、"楼宇智能化"，"视频/监控设备"等经营范围。4.能提供最近5年内3个参考"弱电安防设备维保工程合同"，每份合同工程总额不少于10万人民币；5.具有管理面积10万平方米以上，有承接物业及大型社区的弱电安防设备维保服务工作满两年以上的工作经历。有意投标公司须于2024年11月8日前携公司资料及相关证明文件到指定地址，经我司审核通过后领取标书，同时欢迎贵司加入我司认可承判商，具体询联系人。
截标日期：2024年11月18日中午十二时正
联系人：何小姐 联系电话：(023)63695236
索取标书地址：重庆市南岸区御泰路26号
回标地址：重庆市南岸区御泰路26号

公告
重庆豪龙工程机械设备租赁有限公司：因你单位未依法支付职工王志鹏相关工伤待遇，按照《社会保险法》、《社会保险基金先行支付暂行办法》等有关规定，我中心已向王志鹏支付工伤保险待遇合计83222.58元(大写：捌万叁仟贰佰贰拾贰元伍角捌分)。因《责令偿还先行支付工伤待遇通知书》无法向你单位直接或邮寄送达，现依法公告送达，自公告发布之日起经过30日视为送达。请你单位在收到本公告之日起10日内向我中心依法偿还工伤保险基金先行支付的费用，户名：重庆市北碚区社会保险事务中心工伤保险基金支出户；银行账号：110245891618；开户银行：中国银行重庆城南支行。逾期未偿还的，我中心将追究你单位的法律责任。如不服，可在收到通知书之日起6个月内向北碚区人民法院提起行政诉讼，或者60日内向北碚区人民政府申请行政复议。
重庆市北碚区社会保险事务中心 2024年11月5日

重庆市涪陵区烟草专卖局《行政处理决定书》送达公告
无主：2024年8月29日，本局在重庆市涪陵区马鞍韵达快递分拣场查获现场未发现当事人涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品一案，本局依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条的规定，已于2024年11月1日作出依法公开销毁本案假冒注册商标且伪劣卷烟：玉溪(软)3条的决定。因受送达人下落不明，且邮寄无法送达，故我局无法直接送达、邮寄送达上述文书。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条第一款第四项的规定，现将《重庆市涪陵区烟草专卖局行政处理决定书》(涪烟处理〔2024〕第92号)予以公告送达。自本公告发布之日起经过三十日，即视为送达。如不服本处理决定，可以自收到本决定书之日起60日内向重庆市烟草专卖局申请行政复议，也可以在6个月内直接向当地人民法院提起行政诉讼。
重庆市涪陵区烟草专卖局 2024年11月5日

注销公告
斯伦贝谢中渝页岩气技术服务(重庆)有限公司(法定代表人：张烨，进出口企业代码：5000054803255)经董事会决议，拟向登记机关申请注销登记，请债权债务人于见报之日起45日内向本公司申报债权债务。特此公告
斯伦贝谢中渝页岩气技术服务(重庆)有限公司
2024年11月5日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆玖辰荟鼎科技发展有限公司：本委受理官伟、郎清月、刘燕、高春林与你单位劳动争议一案(渝北劳人仲案字〔2024〕第4661-4664号)。因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2024年12月24日上午9时在重庆市渝北区桂馥大道10号劳动人事争议仲裁院206(仲裁二庭)开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会2024年11月5日