

吃了柿子后腹部疼痛 喜欢吃也要“柿”可而止

淡淡玫瑰：没想到我只是吃了几个柿子，还会进医院。

主持人：怎么回事？

淡淡玫瑰：十月初，我在市场上买回一袋柿子，这几天开始陆续把变软的拿出来吃。柿子小小的，又软又甜，一个两个不过瘾，有时一吃就停不下来，一次会吃六七个。

主持人：一次吃太多柿子可不好。

淡淡玫瑰：没想到，有天晚上睡觉时，我隐隐感觉肚子有一点胀痛，但是并不剧烈，所以没在意。这样过了三天，尽管这几天我有正常的排气排便，但是腹部的疼痛感却仍然存在，并且还有加重迹象。又过了一天，我腹部疼痛情况逐渐加重了，更严重的是，除了胀痛外，我还出现恶心呕吐的症状，并且已经停止排气排便两天。

主持人：应该早点去医院看看了。

淡淡玫瑰：这时我才意识到严重性，立马在家人的陪同下来到了医院胃肠外科和消化内科就诊。

主持人：医生怎么说？

淡淡玫瑰：到医院检查发现，我的胃里竟有一个结石。怎么多吃了几个柿子，就会在体内形成石头呢？

主持人：柿子中含有大量的鞣酸及果胶，大量进食会导致柿石症的发生。

淡淡玫瑰：柿子甜腻可口，营养丰富，是我比较爱吃的水果，我从十月份开始就买柿子吃。以前也没发生过这样的事情，今年却把自己吃进了医院，没想到柿子虽好也可能带来健康隐患。

主持人：眼下正是柿子上市的时节，喜欢吃柿子的人很多，但是吃柿子的时候有许多禁忌，主持人从“科普中国”微信公众号上找出吃柿子时

需要注意的一些事项：

柿子不可空腹吃，因为柿子中富含大量的果胶和柿胶酚，空腹时体内胃酸含量较多，当胃酸与果胶和柿胶酚发生反应时，会引起胃脘疼痛以及消化不良等症状。

柿子不可与酸奶、螃蟹、鸡蛋等蛋白质含量较高的食物同时吃。《北京晚报》刊文指出，由于柿子中富含鞣酸，当同时摄入蛋白质含量较高的食物时，在胃酸的作用下，鞣酸和蛋白质发生反应会生成大小不等的硬块，滞留于肠胃中，当这些不可溶性沉淀物堆积过多时会产生胃石，严重者可能会引起胃溃疡。

柿子应该这样吃：虽然吃柿子的时候有许多注意事项，但也不需要太忌讳。只要不和富含蛋白质以及钙离子的食物同时吃即可，柿子越涩其鞣酸含量越高，熟透了的柿子中鞣酸的含量相对较低。吃柿子的时间最好选在饭后半小时左右，吃柿子之前先吃些其他食物，以降低体内胃酸含量。

“双十一”包裹堆积如山 小区保安逮人就问快递拿了吗

开心小糊涂：最近，我们小区的保安逮人就问，快递拿了吗？

主持人：为什么这么问？

开心小糊涂：这不都是“双十一”惹的事。我们小区不大，住户不多，所以没有放置快递自提柜，包裹都堆放保安室，由住户自己领取。

主持人：“双十一”你也买了很多东西？

开心小糊涂：这个“双十一”我倒挺理性的。我是两个月前才搬到这个小区，因为爱网购，差不多每天都要到保安室去取快递，进进出出多了，小区的保安全认识了。之前保

安还跟我开玩笑，说我这么爱买，“双十一”可怎么办？

主持人：没想到你这次这么理性。

开心小糊涂：可能因为平时东西买多了，这个“双十一”我就买了点生鲜，没看到什么特别中意的东西，就没去凑热闹了。可自己理性了，邻居们的疯狂劲着实把我吓着了。

主持人：怎么吓到你了？

开心小糊涂：上午10时左右，快递小哥打来电话，我中午下班去拿，只见保安室里很多包裹，办公桌上、地上、文件柜上、沙发上，全是。知道的，这是保安室，不知道的，还以为是

哪家快递公司的仓库呢。在保安的帮助下，我在堆积如山的快递堆里翻了半天，才找到了自己的快递。一打听，邻居们买什么的都有，有一个在网上买了一整套家具。

主持人：保安室成了快递站了。

开心小糊涂：小区之前只有一人值班的，但这几天都安排了三个保安，一个负责登记车辆进出，两个负责签收包裹和帮住户找包裹。他们态度挺好的，包裹太大或者太多，还帮忙送回家。让我好笑的是，有个保安小哥，空一点就在小区转悠，逮人就问：“快递拿了吗？赶紧去拿走。”

花千元买的电脑只值50元 楼道里放的小广告不靠谱

WXZ：前几天我下班回家，在小区楼道里看到了一张广告单。上面写着，人要回家，急出电脑等字样，我瞥了一眼，看配置还不错。

主持人：你想买电脑？

WXZ：我的电脑恰好坏了，就打了个电话过去询价，对方报价2000元，我觉得有点贵。没想到，第二天上午卖电脑的主动打电话过来，说急着要走，愿意便宜点卖给我。

主持人：多少卖给你？

WXZ：一番讨价还价后，我花1000多元买下了电脑。提电脑来的人看上去挺老实的，电脑的发票、包装都有，我也没想买下了。

主持人：后来怎样了？

WXZ：我迫不及待地打开，却发现这台高配置电脑，卡得无法接受。我抱着电脑来到电脑维修店，维修师傅开箱后说这台电脑最值钱的就是这个机箱，最多只值50元。

主持人：你当初不是说配置不错吗？

WXZ：维修师傅说，骗子是用技术手段改了配置，用测试软件显示出来的配置都是假的。我打听了一下，一些开放式的小区都有这样的广告，骗子留的号码也一模一样。

主持人：有再打电话给对方吗？

WXZ：这个骗子很谨慎。我让朋友给骗子打了电话，对方却先问我朋友在哪里看到的广告。当我朋友说在我小区看到的，骗子却说，电脑已经卖了。希望用我的经历，给大家提个醒，不要再被这样的广告骗了。

说说大小事
聊聊烦心事
侃侃新鲜事

138600110

以为撕掉标签 能躲过报警器 女子耍小聪明 偷东西

大胃王：前几天，我在家附近一超市买东西，在收银台结账的时候，突然听到了“嘀嘀嘀”报警器的声响。

主持人：是什么报警器响？

大胃王：我转头一看，是超市出口处的磁门边上的报警器响。一个中年女子被好几个工作人员拦住了。

主持人：是买了东西没付款？

大胃王：听说这个女的偷了东西，还撕掉了商品上的标签，想偷偷从门口溜出去，没想到报警器响了。

主持人：她在超市偷了什么？

大胃王：当时，正值中午11时左右，购物的人不多。听说她是趁中午有空到超市选购些日用品，当她逛到日用化妆品区时，看到一瓶挺高档的保湿霜，便想起了家里的刚好用完了，打算再买一瓶。

主持人：后来怎么变成偷了？

大胃王：可能一看到上面的标价要78元，她有点犹豫，有点舍不得花钱吧，就起了贼心。她还动了点小脑筋。

主持人：她动了什么小脑筋？

大胃王：她偷偷地把上面的标签贴纸撕掉，随手扔到地上。然后一边四处张望，一边迅速地把这瓶保湿霜装进裤兜。

主持人：结果还是没逃过门口的报警器？

大胃王：是的。她想一叶障目，带着其他结完账的日用品，准备离开超市。没想到，刚跨出门口时，报警器就响了。这时，几名超市工作人员迅速围了上去，拦住了她。刚开始她还不肯承认，工作人员说要报警，她才把这瓶保湿霜的钱付了。