



宁波科普二维码



中国科普二维码

●探求真相

绿豆真的“解药”吗？

吃中药时，不要喝绿豆汤？话说，绿豆真的解药吗？

最近一段时间感冒猖獗，也许不少市民会采用中药调理身体。但民间经常有吃中药的时候不要喝绿豆汤的说法，其理由是绿豆解药。面对这样的说法，你是深信不疑还是一笑了之？事实又是怎样的呢？

绿豆本身就是一味中药？

绿豆性凉，具有清热解毒的功效，它本身就是一味中药。我们知道，中药的组方通常是多味药物组合而成的，很

少是单味的，既然绿豆是中药，就存在和其他药物一起合用的可能。既然可以合用，就不存在解药一说了。

绿豆有哪些配方禁忌？

我们知道，任何药物都有一定的适应症和禁忌症，由于绿豆偏寒，常用于夏季清热解暑。但对脾胃虚寒、身体阳虚者可能就不适合了，如患有慢性胃肠炎、关节疼痛、麻木、活动不利、腹痛、腹泻、痛经等虚症寒症时，食用绿豆可能加重病情，因此，这类病人在服用中药时应禁食绿豆。

服用中药时能否服用绿豆，是

与中药的药性有关的，服用清热类中药，如：黄连、黄芩、黄柏、大青叶、板蓝根、牛黄、金银花、石膏等，同时食用绿豆可增加药物的疗效。但服用人参、黄芪、肉桂、附子、丁香、高良姜等温补类药物，以及桂枝、干姜、细辛等温经散寒类中药时，食用绿豆会降低药效，影响治疗的效果。

绿豆可以解哪些药物？

应该说，绿豆的解药性是对部分中药而言的，就像西药中的升压药和降压药物不能同时应用一样。因此，简单用解药两个字来概括绿豆是不准确的。

绿豆“解药”的原理是与其他中药中的生物碱发生反应而出现沉淀，使药物失效。在西药中，也有与绿豆相克的药物，如：治疗帕金森病的药物美多巴，可以与绿豆中的植物蛋白发生金属螯合物反应，降低药物效果，因此，服用美多巴

的病人，不要同时食用绿豆汤，应该间隔1-2小时后食用，以免绿豆和药物发生反应，而降低了美多巴的效果。另外，绿豆与锌、钙、小施尔康、盖中盖、葡萄糖酸锌钙口服液并用，也可能出现上述问题。

同时，绿豆中的蛋白、鞣质和黄酮类化合物可与有机磷农药、汞、砷、铅化合物结合形成沉淀物，使其毒性减少或消失，并不易被胃肠道吸收，临床上可以用绿豆作为农药和重金属中毒的辅助治疗。

●科普信息速递

今年将建立幸福产业统计监测制度

国家统计局透露，今年将建立以旅游、养老、健康等为主的幸福产业统计监测制度，进一步完善国民经济核算体系。

静止轨道毫米波大气探测仪通过验收

1月11日，由中科院国家空间科学中心与欧空局联合研制的“中欧静止轨道毫米波大气探测仪样机”通过了中欧双方共同组织的验收。它为未来我国静止轨道气象卫星开展毫米波成像探测奠定了技术基础。

●科普活动

全球火热征集！ 您可参与2018年这次科普盛会

中国科协拟于2018年9月举办“2018中国国际科普作品大赛”。

第一阶段于2018年1月11日-1月31日期间，面向国内外高等院校、科研院所、相关科普机构和个人征集科普基础选题，围绕精选的科普选题，征集评选科普展品、科普图文、科普微视频等三个类别的科普作品，并给予入选者奖励。

可围绕基础科学研究、科技创新和社会生活热点三个方面提出选题。

1. 基础科学研究。基于人类认识自然现象、揭示自然规律，获取新知识、新原理、新方法的研究，围绕数学、物理、化学、天文、地学、生物等基础学科，体现人类在探寻规律和追求真理的过程中形成的科学概念和凝结的科学精神。

2. 科技创新。聚焦关系经济和社会发展的重点领域，围绕农业、能源、资源、环境、海洋、交通、生物技术、信息技术、激光技术、空天技术以及新材料技术、先进制造技术等，针对具有前瞻性、先导性和探索性的重大科学研究和技术发明成果，反映科技创新给人类和社会带来的变革。

3. 社会生活热点。紧扣与公众生活密切相关以及长期关注的健康生活、食品安全、防灾减灾、科幻等话题，反映科技发展对人类社会生产生活带来的日益广泛和深刻的影响。

评选奖励

(一) 选题评审采用网络评审的形式，包括分类筛选和综合评选两个环节。由主办单位组织成立专家组，对上传的选题进行筛选，优选出800-1000个作为基础选题；再经过综合评选环节，确定100个选题作为本次大赛发布的科普作品选题。

(二) 入选的基础选题将于2018年2月在大赛官方网站公布，团队或个人将获得主办单位颁发的“科普使者”荣誉证书，基础选题纳入中国科协的素材库，长期作为服务公众科普需求的基础选题。

(三) 从入选的100个科普作品选题中随机抽取10名选题作者，获得免费参加2018世界公众科学素质促进大会的资格。入选选题将有机会作为“2018中国国际科普作品大赛”选题，面向全球发布。

科普作品征集时间：2018年1月11日-1月31日。

联系人：司维唐罡

电话：010-59041334 010-59041097

中国科协官网：<https://cicpsw.cdstm.cn>

记者 王元卓 通讯员 洪阳

台州玉环文旦

来自20年以上老树的馈赠

微信扫码抢购
29.9元/箱包邮

促销升级
下单立减
20元

玉环老树才能孕育的
扁圆状大文旦，
特点是皮薄汁多，
独特的馥郁香气。

宁波日报报业集团旗下唯一电商平台

NINGBO DAILY PRESS GROUP, THE ONLY ELECTRIC BUSINESS PLATFORM

官方微信：搜索公众号【每日报到】
客服电话：4008-264-640
线下实体店：海曙区永寿街6号（鼓楼店）
支持企业团购，团购电话：4008-264-640
(本活动仅限线上购买，实体店不参加)