

镇海白龙社区 有一家“阿姨皂坊”

一块肥皂,不仅实现了废油利用 也成了邻里和睦的润滑剂



居民正在把制作肥皂的液体倒入模具内。

小区居民家中厨房里用剩的废油,怎么处理?回收利用!在镇海招宝山街道白龙社区,经过几名阿姨一番魔术般的倒腾,这些收集起来的废油变成了形状各异的乳白色肥皂。

昨天上午,记者来到该社区海苑小区一探究竟,看看废油是如何变成肥皂的。在海苑小区居民自治站,有家“阿姨皂坊”。没错,就是这里了。室内暖意融融,几名阿姨正有说有笑地坐在长桌旁,搅拌着容器里的液体。

“这里头,有水、氢氧化钠和废油,所以看起来是这种黄色,待会颜色会更深,更浓稠。”该项目负责人、白龙社区社工罗慧峰说,这已经算是制作肥皂的中间阶段了。为了方便记者了解,她决定从头到尾,给记者演示一遍。

在靠墙的一个橱柜里,记者看到,白色的塑料瓶里装的是氢氧化钠,十来只矿泉水瓶里装的是废油,旁边还有不锈钢盆和量杯等容器以及搅拌棒、勺子等工具。罗慧峰将这些原材料一一摆上桌,准备就绪就开始了。

“先把50克氢氧化钠倒入量杯里,加入160毫升的水搅拌溶解。氢氧化钠溶解会放热,所以要把量杯放置在冷水里冷却。”罗慧峰说,这时可以不断手试一下量杯的温度,搅拌约5分钟,温度差不多40℃时,就可以和油混合。

此时,废油倒入一个不锈钢盆里,再倒入氢氧化钠溶液后,继续搅拌。“要朝着一个方向搅拌,边上有气泡就拂到中间去,整个搅拌过程要轻柔、匀速。”罗慧峰一边操作一边讲解,混合液体的颜色变得更深,也变得浓稠起来。

“这样的搅拌,一直要持续多久?”记者问。“像现在这个天气,10分钟左右就可以了。”罗慧峰说,计时是一方面,另外溶液搅拌到像米糊形状,就差不多了。这时将溶液倒入模具里。至于模具,有些是网上

买的,有些也可以算是废物回收利用。

记者看到,废弃的月饼塑料包装盒,也被当作了肥皂制作模具。“你看,这个盒子底下是有花纹的,到时候脱模了,肥皂表面也有这个纹路。”只见罗慧峰缓缓将黄色浓稠液体倒进了一个个模具里,等它们自然风干。

“差不多24小时后就凝固了,但是脱模得等一周以后了。”不一会儿,长桌上就摆满了其他阿姨们倒好的半成品肥皂,放在一起风干凝固。不过,即便一周后可以脱模,也不是马上可以使用,“最好等到两个月后,那时就可以放心使用了。”

罗慧峰从橱柜里拿出了几件成品,展示给记者看。“有长方形的,也有蝴蝶形状的,各种都有。”她说,也有居民问她,除了乳白色的,还有别的颜色吗?现在,她也在搜索相关资料,看能不能在搅拌时加入什么其他材料,除了多一些花色,也多一点颜色。

据了解,皂坊里的阿姨们制作肥皂,也经历了摸索、试验、失败、再试验的过程。今年3月,她们就开始了摸索,后来做出来的成品有些不尽如人意。直到7月,掌握了一些小窍门,成品终于可以拿出手了,受到了居民们的欢迎。

“有些就送给小区的一些老人、残疾人等群体,有的作为一些垃圾分类做得比较好的、和谐邻里的居民楼的奖品,有些也进行了义卖,帮助困难群体。”白龙社区负责人说,现在来皂坊做肥皂的阿姨们热情很高,有时候房间里都挤满了人,既丰富了精神生活,也做了一件有意义的事。

“同一楼道里的两个住户可能因生活琐事有过一些矛盾,后来其中一户经常把自制的小肥皂送给另一户邻居,还邀请其到自治站参加制作肥皂的活动。一来二去,两家的关系就缓和了。可别说,这小小的肥皂就是邻里和睦的润滑剂啊!”白龙社区党委书记王克笑着说。 记者 马涛 通讯员 罗梦圆 乐巧琼 林意然

骑得好好的电动自行车 坐垫下冒出阵阵黑烟

本报讯(记者 陈焯 通讯员 朱忠义)好端端的电动自行车,骑着骑着突然冒烟,掀开坐垫,火苗蹿得足有一人高。昨天一早,丁师傅被这一幕吓坏了,眼睁睁地看着自己的交通工具被烧成一副空架子。

记者了解到,丁师傅老家江西,今年43岁,在宁波以卖菜为生,昨天上午7点半,他刚从宁波蔬菜批发市场回来,行至芝兰桥时,电动自行车突然不动了,低头一看,发现坐垫下冒出阵阵黑烟。“我吓得赶紧跳下车,把蔬菜卸下后,报了警。我还把坐垫后盖打开,火苗一下蹿起来,燃烧速度很快,一眨眼就变成火球了!”

最先赶到现场的是鄞州钟公庙交警中队辅警,他说,当时电动自行车发出噼里啪啦的燃烧声响,桥上又没有水源,无法扑救,担心发生爆炸,他赶紧劝导过往行人在非机动车道上靠边通行。待消防人员赶到将火扑灭,这辆车只剩下了一副空架子。

“电动自行车自燃,最大原因就是电线老化造成短路,不管是夏天还是冬天,都可能发生。”民警就此提醒,很多电动自行车的电池盒安装太紧,连接线之间交叉、甚至是压迫,长期使用摩擦后会导致短路发热。

“预防肿瘤 珍爱健康”——寿仙谷肿瘤防治科普公益行动系列报道

听权威专家说肿瘤预防 肿瘤都“喜欢”哪些人?

中医肿瘤专家陈友芝:健康饮食、良好情绪、提高身体免疫力最重要

据国家癌症中心最新发布的全国癌症统计数据,在我国,平均每分钟大约有7人被确诊癌症,4人因癌症死亡。癌症,已经成为严重危害人类身体健康的严重疾病。

那么,该如何预防癌症?得了癌症又该怎么治疗?

今天起,宁波晚报联合寿仙谷药业,推出“预防肿瘤 珍爱健康”——肿瘤防治科普公益行动,邀请杭城知名中医肿瘤专家,和大家聊聊肿瘤的防护。本期,我们请到了主任中医师、中医肿瘤专家、浙江省肿瘤医院首任中医中药科主任陈友芝。陈友芝出生于中医世家,临床50多年,整天和各类恶性肿瘤打交道,有着丰富的诊疗经验。

记者 毛雷君

人为什么会得癌症?癌毒在体内积聚是主因

陈友芝医师说,癌症是人体在各种致癌因素的作用下,由局部组织的细胞异常增生而成,肿瘤细胞具有异常的形态、代谢和功能,它生长旺盛,常呈持续性增长,且会在机体内扩散、转移。

“恶性肿瘤是癌毒高度凝聚之处,在癌症发生过程中,癌毒力量的强弱是决定因素。癌毒作为一种长久蓄积于人体内的邪气,能快速耗尽机体的精血阴液,导致正气的衰竭,直至人体死亡。所以说,癌症的病机是因病(癌)致弱(虚),癌毒是发病的主因。”“而癌毒的积聚、癌症的产生,又与饮食、情绪、生活习惯、吸烟、遗传基因、病毒感染、环境污染等因素息息相关。”陈友芝说。

压力大 天天喝酒应酬 晚上又睡不好

57岁男老板确诊肝癌 术后一年复发医生说不能再做手术了

陈友芝医师的门诊,每天要接诊近30位肿瘤患者,以肝癌、胃癌、肺癌、肠癌、胰腺癌、甲状腺癌患者居多,大多数患者都已到晚期。

陈医师曾接诊过一个57岁的男患者,在温州开了家公司。生意不好做,他压力大,天天喝酒应酬,晚上又睡不好。在一次体检中,他被查出肝脏有肿瘤,去上海做了手术。谁知道术后一年,右肝又发现了肿瘤,但他当时的情况已经不允许再手术了。

“他找到我的时候,浑身没力气,身体很虚,面色潮红,口气很臭,嘴巴很干,他说他觉得自己活不了多久了。”陈医师先安慰了他,随即根据他的情况,以清热利湿、化痰解毒的方法予以治疗,同时辅以第三代去壁灵芝孢子粉增强抵抗力。“我给他开了金钱草、蛇舌草、杭白芍等,他一直坚持服用了四年。现在还每年来找我开药。他家里条件还可以,每天也配合吃第三代去壁灵芝孢子粉调理。”还有一个女患者,61岁义乌人,在家中干农活时摸到右上腹有个肿块,去医院检查后确诊肝癌晚期,肿瘤直径超过10厘米,经过手术化疗,身体还是一天不如一天,虚弱地连路都走不了,老是头晕、腹胀腹泻。

陈医师以健脾利湿、和胃保肝为治疗原则,给她开了半枝莲、藤梨根、炒三仙、茯苓、川莲等药材。

“这个患者在我这里看了6年了,昨天还刚来看过,都挺好的。”陈医师说,“这个病人恢复这么好,跟她老公的呵护关爱分不开。每次她来杭州看病,她老公都陪着一起来,很细心很贴心,患者情绪稳定,对治疗也很重要。”

胡吃海喝 经常通宵熬夜打麻将 54岁男子吃出了胰腺癌

胰腺癌是一种临床表现隐匿、发病迅速、很难治愈的消化系统恶性肿瘤。中医认为胰腺癌的发生与肝脾关系密切,饮食不节,饥一顿饱一顿,脾胃运化受损,是胰腺癌发病的重要原因之一。

陈老有个男患者,54岁,是家中独子,一直以来家里都很宠他。他喜欢熬夜,经常通宵打麻将,平时喜欢吃肉,还特别喜欢吃海鲜喝老酒,饮食没有节制,生生吃出了胰腺癌。去医院手术后,过了三个月,胰腺癌肝转移了。

“家人把他带到我这里,我给他疏肝解郁、清热排毒、健脾利湿,辅以灵芝孢子粉提高抵抗力。好在他比较听话,配合治疗,定期复诊,还改变了之前不好的饮食和生活习惯。”陈医师说。

如何预防肿瘤?健康饮食、良好情绪、提高身体免疫力最重要

面对来势汹汹的恶性肿瘤,如何预防?陈医师首先表示,健康饮食很重要。

“很多癌症是吃出来的。”陈医师说,不良的饮食习惯,对身体的损伤很大。饮食要有节制,荤素搭配,不可过量。像腌制食品、发霉变质、油炸烧烤的东西,尽量少吃。“我有一个远房亲戚,开出租车的,经常晚上下班去烧烤店吃烧烤,喝冰啤酒,一冷一热吃出了食管癌。”

其次,陈医师认为,保持良好的情绪,凡事想得开,疾病才会远离。“有事不可以胆小,没事不可以胆大。很多女同志总喜欢东想西想,情绪心态都不好,时间久了,乳腺癌都找上门来了。”

最后,陈医师特别强调,要重视提高身体免疫力。“很多癌症患者,就是身体免疫力下降,让病魔有了可趁之机。”陈医师坦言,现在的上班族,工作压力大,难免休息不好。如果身体出现疲劳,不要硬撑。平时生活要注意劳逸结合,适当运动,有条件的,可以服用灵芝孢子粉,灵芝孢子粉是扶正固本、增强免疫力的好东西,尤其是采用了国家发明专利技术的第三代去壁灵芝孢子粉,去壁壳,留精华,好比吃核桃,去掉壳,只吃核桃肉,纯度大幅度提高,在临床上更安全,效果也更好。



▲寿仙谷第三代去壁灵芝孢子粉