

市民卡也可领养老金了

市民卡的功能将要拓展啦!记者昨天从南京市劳动和社会保障局建设大会上获悉,今年,集社保卡、银行卡、公交卡于一身的市民卡,将加入领养老金和缴社保费的功能,今后市民凭一张卡就能领钱和缴费了。

养老金按月打到市民卡上

目前居民医保缴费、灵活就业人员社保缴费、失业金和养老金的领取,都必须用一张社保卡、一张银行借记卡。今年南京市将推进市民卡工程,拓展市民卡在劳动保障领域的应用,将社会保险涉及银行结算之处,都整合到一张市民卡中。南京市劳动和社会保障局信息中心科长唐宇

辉举例说,今后养老金将按月打在市民卡账户上,退休人员可以仅凭这一张卡,就能领到养老金。居民医保缴费、灵活就业人员社保缴费也同样如此,市民将钱直接存在市民卡中,就可直接代扣了。

今年南京市还将提高养老、失业、工伤等社会保险待遇,职工医保和居民医保的报销比例平均将达80%、60%;将建筑业农民工纳入大病医疗保险。

市民卡也能刷卡购物

另外,记者从南京市市民卡公司获悉,今年市民卡、公交IC卡今年都将拓展小额消费领域。目前,苏果超市中大部分都可以刷卡购物,新街口、瑞金路(金润

发)、迈皋桥等5家肯德基也能刷卡消费,药店中的金陵大药房、百姓药房等也可刷卡购药,苏糖烟酒、常青藤进口食品专卖店、省茶叶公司也开通了刷卡功能……市民卡负责人告诉记者,今后还将逐步开通水电气缴费、旅游、园林等领域。目前红山动物园、阅江楼、总统府、夫子庙景区(瞻园、秦淮游船、大成殿等)已经实现了刷卡优惠游园功能。

提醒:因华夏银行鼓楼支行搬家,2010年3月6日起该金陵通服务网点撤除。需办理金陵通卡售卡、充值业务的市民就近前往华夏银行湖南路支行(湖南路181号)办理。

快报记者 项风华 鲍铭东

今年有望“水电气”三表合一

快报讯(记者 朱俊俊)昨天上午,江苏省电力公司举行2010年“绿色电能,创新奉献”优质服务主题活动启动仪式。在会议上,记者获悉,南京今年将投资20亿,力争实现居民小区水、电、气“三表”的数据集中采集,推进智能小区建设。

据了解,这种智能用电模

式,能够使居民及时了解家中家用电器的用电情况,并根据自己的实际需求,来确定设备开启的时段和运行情况。此外,现有的燃气、自来水和电力公司各自抄自己的气表、水表、电表的收费方式,也将改为智能化的“三表合一”模式,这也是楼宇智能化的组成部分。

同时,在成功试点运行电动公交车及充电站的基础上,南京年内建成13座充电站和500台交流充电桩,其中在公司营业场所建设370个充电桩(城市308个,农村62个),在城市住宅小区建设65个充电桩,在公共建筑(停车场、超市等)建设65个充电桩,增加社会示范效应。

汤山旅游专线今天开通

快报讯(记者 毛丽萍)昨天,记者从中央门汽车站获悉,为方便南京市民到汤山游玩,从今天开始,南京中央门长途汽车站、汽车东站将开通汤山旅游专线和汤山颐尚温泉专线,票价初

定10元。

据介绍,汤山旅游班线每天发车时间从早晨7:30至19:30,全天25个班次,平均每30分钟一班车,中央门始发,东站配载,运行时间约60分

钟,中途停靠仙林大学城南大和南师大校区。中央门车站发车点在该站城郊班车发车点售票发车;汽车东站在站前广场郊区班车发车点售票发车。

冬虫夏草什么吃法最好?

冬虫夏草是一味非常名贵的中药材,含有丰富的虫草素、虫草多糖、虫草酸和超氧化物歧化酶等功效成分,具有抗肿瘤、调节免疫、调节性功能、保护肝脏以及呼吸系统和心血管系统,被誉为“中药之王”。但这样有效的名贵药材,许多人并不知道吃法不对吸收率很低,会直接影响到药效的发挥。

中国协和医科大学特聘教授、《中国冬虫夏草研究》的作者柯传奎说,我不主张将冬虫夏草泡水喝,因为冬虫夏草表面会附着很多寄生虫、真菌孢子,把这些东西吃下肚,会影响人体健康。”

而且,这些物质用普通方法水洗,并不能去除干净,只有经过长时间的煮或者高压处理,才能真正保证卫生。而用开水泡,并不能满足这个“消毒”条件。此外,有些人喜欢把冬虫夏草磨成粉末装成胶囊服用,这也是不卫生的。”柯教授说。

天津药物研究所副研究员李红珠则认为,冬虫夏草的很多有效物质属于大分子,比如蛋白质、核苷等,用水泡只能有少部分溶解到水中,所以药效并不理想。”北京中医药大学基础医学院副教授胡素敏表示,冬虫夏草跟茶叶、西洋参、枸杞等不同,后者均为植物,其中的有效成分在水中较容易溶出。”胡素敏还打了个比方:就像把肉泡在开水里,你说肉中的有效成分能出来多少?”胡素敏提示,一般冬虫夏草每天的服用量在3-9克之间为好,低于3克则基本无效。

现在虫草有了更好、吸收

率更高的吃法,那就是服用从优质虫草中萃取提纯有效成分再加以浓缩制成的胶囊。中科院的科学家们经过多年的试验攻关,终于成功研制出富含虫草有效成分的浓缩制剂——中科院虫草浓缩胶囊。它对虫草中的虫草多糖、虫草酸、虫草素等有效成分加以浓缩,其中虫草素是普通虫草的60多倍。更重要的是,因为虫草浓缩胶囊中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,极易被人体吸收,中科院虫草浓缩胶囊的人体吸收率达到90%以上。每天服用4粒虫草浓缩胶囊即相当于服用9克虫草。

中科院虫草浓缩胶囊——浓缩精华 臻于至善

1. 优质菌种 系出名门

中科院虫草浓缩胶囊之菌种源自青藏高原3000~5000米高寒山区,提自野生的名贵药用冬虫夏草。每一株菌种都经过层层筛选,杜绝以次充好。菌种均经中科院微生物所鉴定。

2. 高度浓缩 极易吸收

中科院虫草浓缩胶囊以先进的萃取浓缩技术精提而成,对虫草中的虫草多糖、虫草酸、虫草素等有效成分加以浓缩,其中虫草素更是原子实体的60倍之多。科学实验证明,虫草之萃取精华极易为人体吸收。

3. 阴阳双补 入肺下肾

虫草是自然界中唯一的动物与真菌的结合体中药材,“入肺”是针对肺阴不足之咳嗽、哮喘、气管炎等症,“下肾”是针对肾阳不足之阳痿、遗精、腰膝酸痛等症。经浓缩而成的中科院虫草浓缩胶囊对人体的作用更胜一筹。



中科院虫草浓缩胶囊和普通虫草的有效成分对比

	虫草素	虫草多糖	虫草酸	必需氨基酸	超氧化物歧化酶
普通虫草	0.007%	1%	6.5%	19.9mg/g	54单位/毫克
虫草浓缩胶囊	0.47%	25%	12.7%	168mg/g	844单位/毫克
对比倍数	67.1	25	1.95	8.5	1.56
主要功能:	抗肿瘤	提高免疫力 降血糖、血压、血脂 保护心脏	保护呼吸系统 (气管、肺等)及肝肾	调节 新陈代谢	延缓衰老

4. 服用、携带方便

中科院虫草浓缩胶囊是胶囊包装,便于外出旅游携带和服用。一般冬虫夏草每天的服用量在3-9克之间为好,低于3克则基本无效。中科院虫草浓缩胶囊,一日服用4颗相当于服用9克虫草。

珍贵的冬虫夏草,您吃对了吗?

泡水喝 吸收率:3-5%

首先卫生不能保证,因为冬虫夏草表面会附着很多寄生虫、

真菌孢子,把这些东西吃下肚,

会影响人体健康,只有经过先进的消毒技术处理,才能真正保证卫生。而且冬虫夏草跟茶叶、西洋参、枸杞等不同,后者均为植物,其冬虫夏草属于昆虫动物和真菌的混合物,很多有效物质属于大分子,很难溶解。

磨成粉喝 吸收率:4-7%

现在还是有很多人喜欢把冬虫夏草磨成粉末,然后冲水服用,这也是不卫生的,而物理粉碎对冬虫夏草的物质结构没有

实质性地改变,所以吸收效果不佳。

水煎 吸收率:5-10%

水煎,就是熬中药,时间一般为40分钟-1小时,冬虫夏草中的有效成分会溶于其中,但处方中还有其他中药,其有效成分易被药渣吸附,那么人体的吸收量也就微乎其微了。

炖汤 吸收率:25-30%

炖汤,一般将冬虫夏草和老鸭一起用小火炖,时间为1-2小时。这是一种传统的食用方法,但其中有效成分还是以大分子的形式存在,所以人体的吸收量还是达不到要求。

泡药酒 吸收率:3-5%

泡药酒,将冬虫夏草放入白酒或黄酒中浸泡一段时间后饮用。冬虫夏草的活性成分只有4%溶于乙醇,如果泡酒,真是太浪费了。

虫草专家鉴定: 不管上述哪种方法,冬虫夏草的营养成分都不能被完全释放出来,即使把冬虫夏草实体吃掉,被人体吸收的有效成分也很有限。食用浓缩类胶囊,因为胶囊中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,很容易被人体的肠胃吸收,中科院虫草浓缩胶囊的

人体吸收率达到90%以上。

相关文献 >>>

冬虫夏草对人体益处甚多,而副作用甚微,随着医疗保健事业的发展,人民生活水平的不断提高,对滋补保健品的需求越来越多,内销和出口均将不断增加。近年来人们不断地对冬虫夏草功效进行开发研究并积极拓宽其用途,其中在抗疲劳、强身延年,延缓衰老、增强常压耐缺氧能力、抗肾损伤、抗病原微生物、镇静、解毒、抗菌、免疫调节、平喘及祛痰、抗癌及对心血管、血液系统等方面有较为显著的作用。

——《中药药理学》

适用人群:

- 各类肿瘤患者
- 患有急、慢性肾炎、肾衰、肾虚、尿毒症、糖尿病的人
- 肺炎、肺结核、肺气肿、哮喘、慢性支气管炎患者
- 患有心肌炎、心律不齐、脑中风、脑血栓、血管硬化、高血脂、高、低血压的人
- 急、慢性肝炎、肝硬化患者
- 病后体衰、产后体虚者
- 年老体弱者
- 亚健康人群

中科院虫草浓缩胶囊 专卖地址:中央路131号
订购热线:025-83223131

友情提醒:请提前致电订购热线预订数量。中科院虫草精品礼盒现已隆重上市,欢迎订购!团购50瓶起。
全国统一零售价:1280元/瓶(一个月服用量)

新春大优惠:3月8日前 买10送2