



河鲜 + 海鲜 = 丰满秋日

大闸蟹： 秋日最鲜美的享受

文 / 本报记者 钟兰

秋天的确是一年中最美好的季节，不仅瓜果蔬菜全部大获丰收，连大闸蟹也要日趋成熟了！一想到大闸蟹鲜美的滋味，恐怕很多人都会猛咽几口水吧！

今年的大闸蟹似乎比以往来得要晚一些，9月中旬已过，大闸蟹才陆续上市。不过，诺大的杭州城里只有几间小小的专卖店在出售这种稀罕的物事，还是让人觉得不尽心。走到建国北路的一家大闸蟹专卖店，螃蟹已经运过来了，黑压压的一片，在透明的玻璃缸里正张牙舞爪地横冲直撞呢！店主说，它们已经习惯了湖里的清水，现在来到这里泡漂过的自来水，特不习惯，正在发脾气呢！每只螃蟹的一只螯上都套有一个白色的塑料环，这就是由江苏阳澄湖蟹业协会发布的防伪标记了，看起来比去年的要精致一些。有了这个标记，大家吃起来应该放心多了吧！

“现在上来的是今年最早的一批，大约总共有五六百斤的样子，不多。大批上市估计要十天以后”，老板对螃蟹每年的行情可以说是了如指掌。由于杭州市场对大闸蟹的热衷，今年将专卖店开到杭州来的苏州蟹农大幅增加，市场竞争激烈。记者在杭城兜了一圈后发现，今年这专门卖大闸蟹的专卖店数量比去年多了一倍还不止。像建国路家的这家专卖店，去年还只有这一家，今年已经在萧山开了一家分店，文二路一家占地面积超过200平方米的专卖店也是即将开业。城西还有三家大闸蟹专卖店，规模也不小。看来，这住在城西的消费者可是有口福了，家门口就能买到正宗的大闸蟹换换口味。

不过，据知情人士介绍，目前杭州还只有专卖店里卖的才是正宗的阳澄湖大闸蟹，水产批发市场以及农贸市场基本上买不到正宗的。不过，这个时候，除了大闸蟹，其实像梭子蟹、太湖蟹等等的口感也是最佳的，大家不妨也买来几只尝尝鲜，味道不一定比这大闸蟹逊色。哦，最后提醒一句，此时还是公蟹好吃，肉质饱满，虽然膏少一点，但口感会比母蟹好很多哦！

●贴士

如何选蟹

大闸蟹，首先是要大，最好选雄蟹半斤，雌蟹四两以上的，虽然价钿大点，却也值得。然而，这蟹光是大还不行，一定要饱满。蟹的饱满程度，可以从蟹背近脐部的缝看出，这缝至

脐，会有条纹，有几条便称作“开几扇门”，这门当然是开得越多越好，若是门开得大，大到能够见到蟹黄，便是极品了。蟹要有黄才好吃，可以将肚脐翻开，若是在脐管中看得到黄的，便是好蟹。另外，还要用手捏一捏蟹脚，越硬越好。说到买蟹，还要提醒一下，因为大闸蟹单价昂贵，所以若是去水产品市场买蟹，“斤斤计较”的精神还是值得提倡一下。

螃蟹吃法

清蒸：新鲜的螃蟹买回家，在桶里放少许清水，让它们清清肠。锅里烧少许水将螃蟹烫死，然后去鳃清洗干净，用不要的牙刷清洗最为方便。接着，就把工作交给蒸笼吧！七到八分钟大火足以烹出大闸蟹的鲜美。

火腿蒸：螃蟹洗净去腮放入盘中，在螃蟹上倒入适量黄酒、盐、姜片、食油，最后放上薄片火腿，再放点味精，入锅煮熟即可。

市场参考价格

阳澄湖大闸蟹
母蟹 2 两到 4 两，公蟹 3 两到半斤的，价格在 68 至 268 元之间。

高淳湖蟹(超市参考价)
按照每只份量有 29.8 元 /500 克、49 元 /500 克、72 元 /500 克三档。



被病痛“逼”成专利发明人 衢州人赖良忠发明腰椎间盘突出康复仪

文/方贞

腰椎间盘突出症是骨科常见病和多发病，对人体健康危害非常大，轻则给患者带来痛苦，重则可致人丧失工作能力乃至生活自理能力。

由于手术治疗难度大，费用高，多数患者望而生畏，临床上多采用牵引、理疗、按摩、氦管注射等非手术治疗的方法。但得不到专业人士的必要指导，患者依然难以康复。

一位从衢州走出来的普通人赖良忠，因患上腰椎间盘突出突出的毛病，久病难治，病中探索自己疾病的起因与发展情况，居然研制了一种治病的器械，不仅把自己的病治好了，还成了一项专利的发明者，并且投资兴办了一个医疗器械厂。

一次意外落下顽疾

16年前，赖良忠外出的时候，不幸被自行车猛撞了一下，当时感受到腰疼难忍，到医院治疗了一个多月，才算好多了。可是每到春季、冬季，腰疼都会复发，有时躺在床上爬都爬不起来。从此落下了腰椎间盘突出突出的毛病。到处求医住院牵引、针灸推拿、打封闭针、打溶解素针，虽然疼痛经常也能得到缓解，但治了9年，前后药费花了几万元，腰痛病依然经常发作。

为减轻痛苦搞“研究”

久病成医。赖良忠每次腰疼发作了，躺在床上拿个枕头垫在腰下，就感觉没那么疼了。这让他突发奇想，能不能做个更舒服的模型垫在腰部呢？

赖良忠按照CT片显示的生理弯曲画了一张模型图，找木匠做了个模型，又在模型上加了一层海绵。这个模型用了十几天，赖良忠感觉腰疼好多了。

赖良忠不断改进模型，使之和人体的生理弯曲更加吻合。他的腰痛也随着慢慢好起来。之后，赖良忠又研读了相关的医书，在腰部贴上膏药等之后再用模型，没多久，腰椎间盘突出突出的毛病竟好了。

教授指点办厂生产

听说赖良忠的腰椎间盘突出症自己治好了，很多患者纷纷来找他借模型。赖良忠陆续设计制作了一些模型，免费赠送。赖良忠的模型治好了很多腰部不好的病人，他在当地也逐渐有了名气。当时有位病友治好说：“这么难治的病您能治好，不如办个厂生产这个产品好，全国有不少人患了这病，如你要办这个厂我也参与投资。”

2003年，赖良忠决定办厂生产，他将模型带到了杭州、上海等地，向专家咨询，不断改进。他还找到浙江大学材料力学实验室的吕荣坤教授一起进行研究。

吕教授对该仪器分析测试后，十分认可，因为目前机械牵引很难使腰部第三到第四、第四至第五及第五至骶椎拉开。而赖良忠的腰椎间盘突出复位模型能够使得第1-5腰椎间隙的间距得到微量张开，起到较好的物理牵引作用，产生负压使突出的髓核吸纳归位，使脊神经的压迫解除，并对模型做了十几次改进，采用了性能稳定的热材料制成，并增加了远红外线功能、热疗温控定时功能，使用后能使腰椎部位温度达到38℃-41℃，使血管扩张、加快血液循环，无菌性炎症消退，从而使腰、腿痛症状得到康复。就这样，取名为“健神牌”的腰椎间盘突出康复仪在赖良忠的厂里诞生了。

2005年7月12日，赖良忠发明的康复仪取得了国家知识产权局颁发的实用新型专利证书，专利号ZL200520101852.6，并通过市医院临床使用，效果明显，相继取得医疗器械注册证、医疗器械产品生产制造认可，并通过国家红外及工业电热产品质量监督中心的检验等。

引起腰腿疼痛的原因

引起腰腿疼痛常见的原因是：神经根在神经通道内受到压迫，神经根是由椎管延伸出来，各神经根一部分处在相邻的腰椎后缘外侧之间。神经根与神经节细胞相连，内有神经元，神经元的树突向下肢延伸。每一个神经元周围有毛血管网，神经元需丰富的血液供应。在神经根受压迫时，当压力达到平均动脉压时，神经内部的血管系统的血液中止，神经节段发生缺血并影响神经根营养，神经根的受压时间即使很短也会引起神经结构和功能的障碍，压迫时间越长神经功能损害的程度越重。长期受压迫会使神经节细胞的内膜产生水肿、充血、变性，会变成慢性疼痛。压力解除后，神经节的细胞内膜水肿仍可持续一定时间，所以水肿比压迫神经根的影响更大。腰椎间盘突出(继而椎管狭窄)、椎关节炎增生，黄韧带肥厚及退行性变均可造成神经根受压，引起腰腿痛。人体长时间弯腰，腰部长期受到纵向压力过大，腰部受损等均会引起腰椎间盘突出。

腰椎间盘突出康复仪 功能吻合

引起腰腿疼痛的原因主要是腰椎神经根受压及神经元的血液循环受阻即引起的。健神牌康复仪的作用原理和患者引起疼痛的机理，二者是相互吻合的。该康复仪主要机理是：1.能使腰椎间隙张开，使腰椎神经得到松解；2.血液循环加快，使神经节周围的毛血管得到扩张，恢复对神经节的供血功能，从而恢复神经根的生理功能。3.若患者长期使用即每天晚上使用30-60分钟，对腰椎神经能起到巩固、保健作用，就可长期保持腰椎神经系统健康。

居然同一个人会买二三套

浙江医疗器械容易中心的营业员王女士介绍说：“从去年年底开始，杭州的患者使用后，已有几十位原先是自己用了以后感到效果好，然后又来买第二套、第三套，他们中有的给自己亲戚买，有的是买来送给朋友的。有的是病友介绍直接来买的，有的急性患者来现场试用了一两次就买去了，对急性患者及症状发作期间使用该产品效果很明显，产品很受患者欢迎，费用也不高只需要八百多元。该产品在近其他还可先试用8天。患者对疗效不满意可以退货，钱不会白花。

问：康复仪适用哪些症状？

答：腰椎间盘突出引起的腰部酸痛、坐骨神经痛、腰腿疼痛、下肢单侧及双侧麻木、腰椎压缩性骨折、手术后复发的患者等。按说明书使用两周后产生明显效果。

问：什么地方可以买到这种治疗仪？

答：浙江省医疗器械贸易中心商场有售(可以代办邮购)。而且本产品近期可以先让患者先期进行体验，8天后无效可以退款。

地址：延安路510号浙江医药大楼二楼(银泰百货南150米)

电话：0571-85730115 85163676

“乐天”为杭州市民升级“木糖醇口香糖”

近日，“乐天”携其形象代言人香港著名艺人古天乐来到“人间天堂”杭州，给杭城市民带来了全新的“乐天”+2木糖醇口香糖产品——添加了海藻胶(FN)和磷酸氢钙(CP)的木糖醇+2功能型口香糖。这种“更清新、更时尚的牙齿健康伴侣”，借助古天乐洁白的牙齿和迷人的笑容，迅速带动了杭城的时尚一族争相追捧。

“乐天”此次力推的“更清新、更时尚的牙齿健康伴侣”为木糖醇+2功能型口香糖，拥有“防蛀护齿”双重功效。谈到业绩蒸蒸日上“乐天”时，乐天(中国)食品有限公司西村总经理表示：“作为最早在中

国市场做到木糖醇含量占甜味剂50%以上的高品质口香糖企业，我们立志做护齿最有效的口香糖，为全民口腔保健事业做出自己的贡献，从而为全民提供科学的口腔保健信息，让中国成为一个没有蛀牙的国家”。

连续6年作为“乐天”形象代言人的古天乐“以身作则”，与“乐天”一起推行全民“健齿护齿”呼吁市民关爱牙齿健康，不断向人们传达“乐天”健康、时尚、写意的生活理念和方式。杭城市民认同并热捧“乐天”木糖醇+2，寓示木糖醇已经融入人们的生活，并且成为一种时尚的健康消费潮流。