



孩子打鼾或是病 还可能“越来越丑”

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/肖捷)“医生,我家孩子晚上睡觉打鼾,反复憋气。”近日,一名家长带孩子来到市人民医院五官科就诊,孩子被确诊为腺样体肥大。据悉,由于正值孩子放假,最近不少家长带孩子来看类似症状,腺样体肥大出现就诊高峰。

腺样体是儿童位于鼻咽部的一个淋巴环,它的主要功能是把细菌阻挡在上呼吸道部位,可以说是一个卫兵。但是在细菌反复侵犯下,卫兵就会“过劳肥”。过于肥大的腺样体会阻塞呼吸道,从而导致儿童打鼾。长期张嘴呼吸可能导致孩子凸齿、龅牙、脸变长,后缩的下巴导致肌肉松弛,长出双下巴,外加驼背、脖子前伸等问题。打鼾还容易导致缺氧,造成孩子白天嗜睡、注意力不集中,影响孩子的发育和学习。

“在12岁以下的儿童中,出现腺样体肥大的孩子可能接近五成,主要是反复感冒或过敏刺激引起。”市人民医院五官科主任简勇介绍,如果孩子在短时间内出现打鼾的症状,多数是急性鼻炎、急性扁桃体炎导致。而如果长期夜里打鼾,则可能是因为扁桃体增生肥大或者腺样体肥大导致。扁桃体增生肥大可以通过药物进行治疗,腺样体肥大则要根据实际情况来看,严重的需要进行手术。

“我们接诊过一个患有中耳炎的孩子,家长带孩子来医院检查,才发现是腺样体肥大导致咽鼓管被挤压,情况严重的话可能造成不可逆的听力受损。还有的孩子患病后成绩、脾气变差,性格也变得暴躁。”简勇介绍。

另一名8岁的小朋友最近接受了手术,但家长还是懊悔不已。原来,这名小朋友4岁时就已经被确诊为腺样体肥大,医生也建议做手术,但父母出于一些顾虑没有同意。直到孩子“越来越丑”(变成龅牙,上嘴唇明显肥厚),睡觉打鼾更严重,父母这才带孩子再次就医。

简勇表示,希望家长对这个疾病有充分的认识,腺样体过于肥大的一定要提早干预,避免因影响孩子智力、身高、脑组织、记忆力等方面的正常发育。



书画作品 展现百年征程

7月5日上午,株洲市老年大学近80名学员来到株洲日报社文创中心观看“百年征程 百年回望”——株洲市庆祝中国共产党成立100周年书画作品展。一幅幅匠心独运的精美作品,让学员们赞叹不已。

(株洲晚报融媒体中心记者/谢慧 摄影报道)



古装剧热播带火古风摄影市场

有人花两三千元 只为“穿越”一把

株洲晚报融媒体中心记者/马文章

“娘亲辛苦!”7月6日,在芦淞区一家古风摄影机构,陈女士一身清宫皇后装束走出摄影棚时,摄影助理开了个玩笑,向她道了一声问候。陈女士稍微愣了一下,随后咯咯直笑。

唯美光影、精致场景、工笔画般的妆容……在相机“咔嚓咔嚓”的快门声中,古色古香的瞬间被定格了下来。近年来,古装影视剧圈粉无数,不少年轻一族选择拍摄一套个人古装写真留念,既能在朋友圈炫耀一番,也让自己好好过足穿越戏瘾。

消费者

为情怀买单,几百元至上万元不等

“你们能拍汉服写真吗?一整套拍摄下来多少钱?”当天上午,记者来到这家古风摄影机构才短短几分钟,就有多名年轻消费者进店咨询预约,摄影棚和化妆间已基本处于满员状态。记者在现场不时遇到穿着飘逸长衫的“小姐姐”,或是一身侠客装束的年轻人。“来这里的顾客可以根据自己心愿,来一场‘历史穿越’之旅。”店里的工作人员介绍,一天大概要拍5组,往往需要提前半个月预约。

正在拍摄间隙休息的吴女士是个古装戏忠实粉,看到闺蜜在朋友圈晒了这种古装艺术照,觉得很美,这次她特地挑选了一套女侠客的造型。

“摄影师引导我,想象自己就是一名女侠客,仗剑行千里。然后他会抓拍我的神态,这样的沉浸式拍摄很轻松带感。”说着,吴女士给记者演示了拍照时拿着长剑的帅气姿势。为古装情怀买单,需要花费多少?记者了解到,目前我市有超过20余家摄影机构和影楼都推出了古风摄影套餐,从汉服、旗袍到民国风,价格从几百元至上万元不等,服务各有差异。“我们店里销量最多是2000元左右的套餐,包括4套服饰,精修20张,不送底片,送一套精美相册。”一名工作人员告诉记者,上万元的私人定制套餐有专业的摄影师和化妆师“一对一”服务,会根据顾客的个人特点和气质,选取合适的服饰以及场景,拍一套造型至少要花2个小时。不过,暂时还没有顾客体验。

化妆师

每天要追剧,专门研究女主角妆容

服装之于摄影是锦上添花。而一个恰当且精致的妆容,才是古风摄影的灵魂。

“汉服,其实是一种泛指,它指的是中国汉族的传统民族服饰。我们会根据顾客的个人特点和气质,选取合适的服饰以及场景。”某摄影机构技术总监王威直言,服装、配饰基本上可以从网上定制,但妆容真的讲究了。

“不怕被你们笑话,我们们化妆师每天都抱着手机在追剧,专门研究女主角的妆容。”王威举例说,单单一个小小的唇妆,种类就异常丰富,仅晚唐30多年时间里,唇式就出现了17种之多,包括圆形、心形、鞍形等。“必须要根据拍摄涉及的时代去选择搭配妆容,否则格格不入,会让懂行的人笑掉大牙,这也是对传统文化最起码的尊重。”王威说。

这九种茶要少喝

喝茶,是一门很深的学问,喝对了健康养生,喝错了可能会致病。这九种茶喝多了,就可能致病。

1、变质茶

茶叶,本质上就是一种农产品,也有保质期。茶不易妥善保管,易吸湿而霉变,变质的茶中含有大量对人体有害的物质和病菌,是绝对不能饮用的。优质茶泡好后若放置太久,茶汤也会因氧化和微生物的繁殖而变质,这样的茶亦不可再饮用。

2、焦味茶

炒制过火的茶叶,营养已基本丧失,味道也不好了。

3、久泡茶

冲泡时间过长,茶叶中的茶多酚、类脂、芳香物质等自动氧化,不仅茶汤色暗、味差、香低,失去品尝价值;而且由于茶叶中的维生素C、维生素P、氨基酸等因氧化而减少,使茶汤营养价值大大降低;同时,由于茶汤搁置时间太久,受到周围环境的污染,茶汤中的微生物(细菌和真菌)数量增多,很不卫生。

4、隔夜茶

茶叶含有大量的蛋白质,大部分不溶解于热水,残留在叶片中,水温较高时,茶叶上的蛋白质便会腐烂。放置一晚后,又会有霉菌生成,同时在茶中残留的大量丹宁酸会变成具有刺激性的强烈氧化物,对肠胃造成刺激,引发炎症。

5、冷茶

茶宜温热而饮,温茶、热茶能使人耳聪目明;冷茶对身体则有滞寒、聚痰的副作用。

6、烫茶

茶一般都是用高温的水冲泡的,但是不能在水温过热时饮用。太烫的茶水对人的咽喉、食道和胃刺激较强。如果长期饮用太烫的茶水,可能引起这些器官的病变。另据国外研究显示,经常饮温度超过62℃的茶者,胃癌较容易受损,易出现胃病的病症,饮茶的温度宜在56℃以下。

7、串味茶

茶叶和其他有味道东西放在一起一段时间后,会串味。有的味道是有毒素的,如油漆、樟脑味等。

8、浓茶

浓茶中含有大量的咖啡因、茶碱等,刺激性很强。饮浓茶可导致失眠头痛耳鸣眼花,对肠胃也不好,有的人饮用后会产生呕吐感。

9、生茶

所谓生茶是指茶青后不经揉捻而直接烘干的烘青绿茶。这种茶的外形自然绿翠,香味带严重的生青气。老年人饮这种绿茶会对胃肠道产生很强的刺激性,饮后易产生胃痛;青年人饮后也会觉得胃部不适,即通常所说的“刮胃”。

评茶师:一个考验舌头的职业

株洲晚报融媒体中心记者/王军



▲茶叶品鉴。图片来源于网络

评茶师,一个隐藏在茶叶背后的职业。

如果把茶叶比做姑娘,茶艺师像是一位化妆师,他们利用最适合茶叶的水和器具,能把茶叶的全部优点泡出来;而

评茶师其实也是个苦差事

评茶师和品酒师类似,闻香识茶是必备技能,优秀的评茶师往往凭借丰富的经验和准确的辨别能力,能迅速判断出茶叶品质高低。

评茶师这种颇有口福的职业,其实也十分辛苦。中国茶类不计其数,而且制茶工艺稍有不同,都会导致茶的口感不同。评茶师的脑子里,往往要储存成千上万种味道,一有新茶都要尝试一遍,第二次品尝时就要与记忆库里的信息比对,尤其是好茶名茶。

评茶师为了保持对茶叶香气的敏感,往往会在饮食等日常生活方面,有严格的自律。为了保持对茶叶香气的敏感,评茶员在评茶前一周都不能吃葱、蒜等刺激性食物,不能涂抹香水,用的化妆品和洗发水都不能带有香味。

评茶的时候,只要茶汤在口腔里一转,评茶师的舌尖、舌面、舌侧前、舌侧后、舌根、舌底等部位就得快速反应,将这茶的苦涩鲜甜迅速反馈给大脑。为了不影响品评,这茶汤在口里过了一圈后,要吐出来,并用清水漱口后才能评下一道茶。

评茶师也是非常考验意志力的工作,除了需要保持天生对味蕾的敏感度,还必须学习很多关于茶叶、茶树感官审评的基础理论知识。掌握评茶技术的评茶师,对制茶工艺的发展、茶叶质量的控制、新茶的开发,都能起到了重要作用。

如今,在一些茶产业发达的地区,评茶师这种职业越来越走俏,并且呈现出高学历的态势,好的评茶员甚至可以拿到年薪。

想当评茶师也并不容易

茶叶要从干茶外形、汤色、香气、滋味、叶底这五项进行评比,每一大项又分为诸多小项,比如干茶的外形要看芽的多少、绒毛的多少、整碎度、净度等;香气方面又分为纯异度、香型、香气质量、持久性等。综合下来,评一种茶需要涉及大大小小几十项。正因为评茶过程中牵扯到太多因子,所以同品酒师一样,评茶师也是有专攻方向的。

成为优秀的评茶师,需要有一个灵敏的味觉和嗅觉。单茶叶香气这一项,就分为豌豆香、板栗香、花香、清香等500多种,每种茶叶又同时包含多种香气。只有具备良好的先天条件加上大量的品茶经验,才能准确说出这茶叶到底是什么香味。

评茶师分为初级、中级、高级、技师、高级技师五个等级。顶级的评茶师,甚至能够品尝出茶叶是哪个山头上种的,由哪个师傅炒出来的。

评茶师主要受聘于茶厂和茶楼。在我国,茶叶拿到QS认证的一个必要条件是茶厂至少要有一名中级评茶师,以保证茶叶的质量安全。这些评茶师将炒制出的茶叶分级,以便最终定价。茶楼里的评茶员则要负责茶叶的引进工作。

不要以为评茶员只要每天喝茶就能坐着把钱挣了,在通往顶级评茶员的道路上,需要从从业者每天待在实验室或者茶厂里,充分调动起眼、鼻、舌上每一根神经,不厌其烦地对每一种茶进行观察、品评、细分,甚至需要学会炒茶。

收好这份夏季喝茶指南

夏天来了,酷暑难当,人们往往通过喝冷饮来消暑。其实,喝茶能起到消暑的作用,而且饮茶比喝饮料更有益,每种茶功效不同,适宜的人群也不同。

那么,夏季该怎么喝茶?预防中暑喝白茶。高温天气容易中暑,这时候您需要的就是白茶了。白茶是一种只经过萎凋、干燥等程序轻微发酵的茶,而且茶叶中含有丰富的氨基酸,具有去热消暑的功效,可以预防中暑。

提神养胃喝红茶。一到夏天,

人们时常容易昏昏欲睡,非常倦怠。红茶中富含的咖啡碱可以刺激神经中枢,加快人体血液循环,促进新陈代谢,从而可以提神醒脑,消除疲劳。夏天,我们也总是喜欢吃一些冰冻食物或者冷饮来给自己“降降温”。殊不知这样很容易伤到脆弱脾胃。红茶属于热性,具有暖胃护胃的功效。所以,夏天也很适合喝红茶。

防晒防暑喝绿茶。防晒是夏天的一项巨大的“工程”,除了涂抹防晒霜之外,还可以通过喝绿茶来

防晒。绿茶中所含的儿茶素具有很强的抗氧化功能,能减少紫外线给皮肤带来的晒伤、损害。绿茶还具有防辐射的功效,对于整天面对电脑的上班族,喝点绿茶防辐射最好不过。

消食解腻喝普洱。天气炎热,很多人容易胃口不好,或者容易消化不良。普洱茶中的膳食纤维和黄烷醇类化合物可以增加消化道的蠕动,有助于食物的消化,能达到消食解腻的功效。