

生活考

秋季养生，你吃对了吗？



秋季天气干燥，人体极易受燥邪侵袭损伤肺脏，出现皮肤干裂，口干咽燥、咳嗽少痰等各种秋燥病症。而秋季大量上市的新鲜水果和蔬菜，富含人体所需的多种营养物质，不仅具有滋阴养肺、润燥生津之功效，而且能治疗与肺有关的疾病，是秋季养生保健的最佳食品。

宗禾

石榴：石榴性温味甘酸，有生津液、止烦渴作用。凡津液不足、口燥咽干、烦渴不休者，可作食疗佳品。石榴捣汁或煎汤饮，能清热解暑、润肺止咳、杀虫止痢，可治疗小儿疳积、久泻久痢等。

柑桔：柑桔性凉味甘酸，有生津止咳、润肺化痰、醒酒利尿等功效，适用于身体虚弱、热病后津液不足口渴、伤酒烦渴等症，榨汁或蜜煎，治疗肺热咳嗽尤佳。

甘蔗：蔗汁性平味甘，为解热、生津、润燥、滋养之佳品，能助脾和中、消痰镇咳、治噎止呕，有“天生复脉汤”之美称。中医常把其当做清凉生津剂，用于治疗口干舌燥、津液不足、大便燥结、高烧烦渴等症。

柿子：柿子有润肺止咳、清热生津、化痰软坚之功效。鲜柿生食，对肺病咳嗽虚热肺痿、咳嗽痰多、虚劳咯血等症有良效。红软熟柿，可治疗热病烦渴、口干唇烂、心中烦热、热痢等症。

百合：百合质地肥厚、甘美爽口，是

营养丰富的滋补上品，功擅润肺止咳、清心安神，对肺结核、支气管炎、支气管扩张及各种秋燥病症有较好疗效。熟食或煎汤，可治疗肺病久咳、咳唾痰血、干咳咽痛等症。

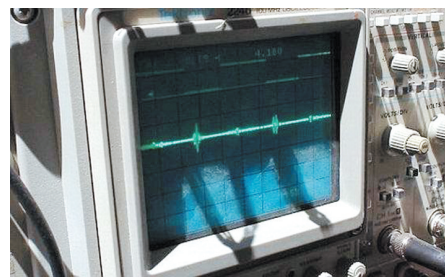
萝卜：萝卜能清热化痰、生津止咳、益胃消食，生食可治疗热病口渴、肺热咳嗽、痰稠等症，若与甘蔗、梨、莲藕等榨汁同饮，效果更佳。

荸荠：荸荠可作水果生吃，亦可做菜食用，具有清热生津、化湿祛痰、凉血解毒等功效，可治疗热病伤津、口燥咽干、肺热咳嗽、痰浓黄稠等症，与莲藕榨汁共饮效果更佳。

银耳：银耳能润肺化痰、养阴生津，做菜肴或炖煮食用，可治疗阴虚肺燥、干咳无痰或痰多粘稠、咽干口渴等症，与百合做羹，食用疗效尤佳。需要注意的是，食用新鲜水果和蔬菜一定要适量，过食或暴食亦会影响身体健康。新鲜水果含糖量较高，老年人及心脑血管疾病患者尤须慎食。

新技术

让敌人无处藏身 美国最新研制穿墙术装置



据报道，士兵在战场上面临的一项重大挑战是“穿墙术”——能够看穿墙壁另一侧，这对于战场状况拥有充分的掌握。目前，美国麻省理工学院最新研制一套雷达系统，拥有传说中的“穿墙术”，能够洞悉20多米之外混凝土墙壁之后潜藏的敌人。

雷达系统能够发射声波往返穿过墙壁，该装置拥有两排天线，8个天线接收声波，13个天线发射声波。任何隐藏在墙壁之后的人都会被声波探测到，并以一个物体光点的形式出现在屏幕上，直接以图像的形式呈现隐藏的敌人位于房屋还是野外环境。

该雷达系统能够探测到墙壁之后隐藏敌人身体的持续变化情况，甚至可以探测到他们每秒钟内的移动变化。这套系统放置在一辆可移动货运车上，希望未来能够更便携使用，且应用于战场领域。

雷达声波仅能穿透不足8英寸厚的混凝土墙壁，研究人员目前正在研究放大雷达声波信号，并降低至较低频率，从而实现更好的探测效果。

民企董事长中653万用于慈善 飞机上选号险中亿元巨奖

653万元奖金对一位彩民来说，绝对算得上是一个可以改变自己人生轨迹的数字，可对于中得双色球第11125期头奖的河南郑州市彩民常先生来说，却仅仅是他人生中的一个重要标识。他是河南郑州银基集团董事长，也是一位资深的彩民，在中得653万大奖后，他采用了实名制领奖，而且还将把奖金全部用于慈善事业，据他讲，这10年间，他购买彩票的资金总计上千万。

钟才

民企老总飞机上选号中大奖

双色球第11125期头奖井喷10注，单注奖金623万元，其中河南中出1注，得主已经火速现身。记者从河南省福彩中心获悉，中奖彩民常学福先生，是郑州银基集团董事长。作为河南省的一位著名民营企业家，常先生在拥有偌大家产的同时，也是一位资深彩民。

10月25日，常先生去南方出差，在飞机上他就琢磨着当期应当买什么号码去投注双色球。期间，常先生确定了几种方案，有一种就是中得这注头等奖的“7+4”复式票，共获

得总奖金653万多元；而最让他觉得遗憾的则是他当期买的一张倍投彩票，那一张彩票他本来已定好了红球“15”做胆的，可当时因为飞机晃动了一下，便不自觉的将已定好的数字“15”换成了“17”，这一换，也换掉了他原可以中得上亿奖金的数十注大奖。

实名领奖全用于慈善

常先生在领奖的时候以实名制在新闻中出现，让福彩中心工作人员很是敬佩，当有人问道：“如果您真的中了亿元大奖后，还会像现在这样实名领奖吗？”常先生回以洒脱

一笑说：“如果真中了亿元大奖也会实名领奖，因为这些奖金并不会自己留下来，而是会全部用于慈善事业。就眼下这笔奖金的用途也已经想好了，大致分为几个部分，分别用于老家修路，资助贫困大学生及敬老院等用途。”

据常先生讲，他购买彩票已经有十余年的历史，在这期间他购买彩票的资金总计可达到上千万元。他绝对是个忠实的彩民，就像这次，当时一起出差的人一下飞机都忙着打电话报平安，而他则是打电话给投注站购买彩票。

骏宝今日看彩

今日“3D”看好2大1小

首先我们来看看近7期出号情况分别为：240、310、961、098、717、624、766通过上述数字来分析本周的关注方案范围。

一、本周胆码参考推荐 157。

上7期百位大数开4期、小数开3期，根据以上百位数字分析，笔者看好本周百位的追踪指标是：85649；

二、大小条件参考！

上周两小组合频繁出现，说明大号是本周的热点，因此笔者重点提示参考：“两大一小”为本期追踪目标。

三、本周推荐组选供彩民参考！

组六：13 014 019 023 025 028 035 045 048 058 059 089 135 145 159 235 238 248 356 357 378 456 478 569 578。

恭喜上周292期推荐命中961组选。

双色球“杀红排蓝”

红球杀：09、04、18、26。

蓝球杀：13、16、15、14。

红球参考：02、05、07、15、16、17、25、29、30、33。

蓝球参考：03、08、07、11。

回顾：上期荐中红球16、23、29。

特邀专家 骏宝

老彩民20元机选换来623万头奖

10月25日，在“双色球”第2011125期开奖中，全国开出了10注单注奖金为623万元的一等奖，浙江省诸暨、金华彩民各收获其中1注。第二天一早，金华的中奖者李先生先一步赶到了省福彩中心领走了大奖。

要说李先生的投注技巧，还真有些与众不同。他看“双色球”走势图时从来不看红色球走势，只盯着蓝

色球研究。每次投注都是先机选5注，红色球原封不动，只对机选出来的蓝色球号码结合自己的感觉做一些改动。

他说：“红色球有33个号码，走势太复杂，我眼睛都看花了，但蓝色球只有16个号码，我还是有点把握选出两三个的。”

10月25日，李先生又如期来到

投注站，他先机选了5注号码，把第1注和第3注的蓝色球改为08，其余3注都改为10，其中的第1注号码为他带来了623万元大奖。李先生笑说：“光选对蓝色球，红色球不对的话也只能中个5块钱，所以我这次中大奖还是运气加实力，机选出红色球是运气，自己改蓝色球是实力。”

钟才