

16岁时成省作协最年轻会员

江大19岁女生出版第4部小说

做健康的娱乐报道 做有价值的文化新闻

江苏文化好新闻竞赛

本报讯 16岁时就加入江苏省作家协会成为当时最年轻的会员，19岁时已经出版4部个人小说。近日，刚过完19岁生日的江苏大学马克思主义学院大二女生余梅溪的第4部个人小说《蓝色森林》由春风文艺出版社正式出版。

“我是幸运的，能在文学的道路上有点小成就，只是因为比别人多坚持了会。”当记者见到余梅溪时，她笑着认为自己和普通大学生一样，稍有差异的地方就在于她平时玩的时间比同学少了一些。余梅溪称，虽然身边不少同学称她是“大作家”，但她在高中的时候语文考试作文得分经常排在班级倒数，相反她的数学成绩反而一直不错。

提起个人的第一部小说《七彩神蝶》，余梅溪称那还是她在小学毕业那年的暑假，当时闲来无事，她就开始写起小说来，一不小心写了8万多字，在父母的支持下，在2007年正式出版。

“追梦的路就像长跑一般，总会遇到瓶颈想要放弃，但只要坚持下去，接下来的路程就会轻松许多。”余梅溪称她很感谢自己当时的坚持，在出版了第一部作品后又笔耕不辍，在《少年文艺》、《意林》、《山东文学》等知名报刊发表了60多篇文章，并先后由春风文艺出版社出版了3部小说。在2010年，刚满16岁的她加入江苏省作协，成为当时协会最年轻的会员，还先后获得全国少

年作家杯、中山文学奖等各类文学奖项10余项次。

“最累的时候，曾经连续一个多月写到凌晨两点多才睡觉。”余梅溪说，上了大学后，她放弃了大量的休息时间，在前不久的“十一”长假里她连续7天都待在家里忙着写作。但是除了日常的写作外，余梅溪现在还是班级团支部书记、学院辩论队队员，目前正在参加江苏省大学生职业规划比赛的她，调侃自己闲不下来。“谁让我的责任感比别人多一点呢，大学生活本来就丰富多彩，忙总会比闲到不知道该做什么要好得多。”余梅溪笑着说，最近她准备在学院成立文学社，带着同学们品读经典、安静读书。

作为宫崎骏的铁杆粉丝，余梅溪计划着大学毕业后找份稳定的工作，边工作边写作，“我就是想用清淡的文字，平和自然地表达让人幸福的感觉”。

(吴奕 孙晨飞)



余梅溪

撞坏护栏不报警 原来司机喝醉了

本报讯 一司机开车撞上高速护栏，车辆几乎报废，竟不敢报警，后被巡逻民警发现，司机竟然是醉驾。

昨晚11时许，胡某带着周某驾一辆起亚轿车由南京回靖江，当行至沪蓉高速212.5公里丹阳段时，觉得头发昏，眼迷糊，一头撞向护栏，导致两根护栏严重受损变形，车辆几乎报废，所幸两人无碍。

巡逻民警经过时发现，对两人进行调查询问，然而胡某始终低着头，避开民警的眼神，民警要求胡某对笔录签字确认时，胡某手一直在发抖，签字很不利索。

此时，民警闻到胡某身上一股酒气，当即用酒精测试仪对其进行测试，发现胡某是酒后驾驶，随后民警将胡某带至医院抽血进行酒精测试，后经检验测定血液酒精含量为147.5mg/100ml，远远高于80mg/100ml的醉驾标准。

原来胡、周两人在南京陪客户饮酒吃饭，因急着回单位处理业务，两人连夜上了高速，没想到闯了祸。目前此案仍在调查中。(施建明 王南昌)

河北廊坊市民来电表谢意 超市里丢钱包，店员拾金不昧

本报讯 昨天下午，河北廊坊的郑先生致电本报称，日前，他在镇江火车站附近一家商店购物时，不慎丢失了一只钱包，幸运的是，钱包被商店里的店员捡到，钱包物品一样未丢。郑先生说，这件事让他感觉在镇江的旅途很温暖，希望借本报感谢一下拾金不昧的好心人。

据郑先生介绍，25日上午，他到达镇江，下午在镇江办完事后，即买了返程火车票，发车时间是晚上11点多钟。看看时间还早，郑先生便在火车站附近找了一家招待所休息。

当天晚上7点左右，郑先生来到火车站附近的一家名为山林的超市，选购了方便面等食物之后，返回招待

所吃饭休息。一个多小时后，郑先生想找火车票核对一下时间，忽然发现自己的钱包不见了，这让郑先生惊出一身冷汗，因为钱包里不仅有近2000元现金，还有银行卡身份证等物品。

郑先生想起此前买过方便面，也许钱包丢在超市了。抱着试试看的心态，他找到了山林超市。没想到店员范先生正等着郑先生，在核对了身份信息后，郑先生拿到了丢失的钱包，并从钱包里拿出100元作为酬谢，被范先生婉拒了。

当晚，郑先生准时登上了返程的

火车。回到河北廊坊稍作安顿后，郑先生即给本报打来热线。昨天下午，记者联系上了山林超市的范先生。当记者转达郑先生的谢意时，范先生说：“应该的，应该的，为顾客保管好丢失的物品不需要感谢。”(胡四荣)



身边好人 道德模范

欢迎提供采访线索：114 13952800110

享受国务院特殊津贴的江苏水稻育种专家江祺祥，又出惊人培育成果——吃这种大米血糖能保持相对平稳？

这项成果，已通过农业部检测，并获苏州大学附属第三医院专家的实验证实

江祺祥：享受国务院特殊津贴，曾获国家科技进步二等奖，有“武进袁隆平”之称。先后参加国家和省“八五”“九五”“十五”水稻育种重大攻关项目，育成粳稻新品种(系)10余个。他所培育的武育粳三号被评为世界十大粳稻品种之一，并借此品种帮助江苏、安徽等地打造了多个全国知名品牌。

俗话说“人是铁饭是钢”，钢比铁贵，可见吃饭对人的重要性！然而，这话长久以来，却不能照搬到糖尿病人的身上。众所周知，大米中的淀粉和蛋白质极易转化成糖，使血糖急剧上升。糖尿病人需严格控制饭量，吃多有害无益！然而，江苏水稻育种专家、国务院特殊津贴享受者江祺祥经过近十年的努力，终于培育出了适宜糖尿病患者吃的大米！

存疑：吃大米血糖能保持平稳是不是添加了降糖药？

近日，位于中山东路的“泽糖米”专卖店门口人头涌动，很多人争相购买“泽糖米”。据了解这些购买者大都是糖尿病患者，平时对饭量控制极为严格，但在食用泽糖米之后发现餐后血糖居然还能保持平稳，可以放心的吃饱饭了，所以争相

前来购买作为长期的主食。但也有人怀疑，这里面是不是添加了一些降糖药物？对此，笔者进行了调查，笔者了解到，这种泽糖米是常州武进水稻育种专家、国务院特殊津贴享受者江祺祥经过近十年的努力，培育出来的适宜糖尿病

患者吃的大米。

笔者查阅资料发现，糖尿病人是需要严格控制大米摄入的！吃这种米能帮助控糖，笔者对这种反其道而行的稀奇事是真是假也产生了怀疑。但是，笔者在搜索了江祺祥的资料后发现，“扬州小麦、武进稻”，早在上世纪90年代就



稻田里“泽糖米”长势喜人

名扬天下，水稻育种一直是武进的强项。而武进水稻育种专家江祺祥又有“武进袁隆平”之称，因为他的杰出贡献，早在1992年就享受国务院特殊津贴。他培育的这种稻米会不会真的就是农业高科技给糖尿病人带来的福音！为了一探究究竟，笔者联系上了江祺祥。

少人体对大米蛋白质的吸收，减轻肾脏负担，适合需要低蛋白大米膳食的患者食用。并且2812型稻米比武育粳3号亚麻酸含量高75%，亚麻酸经过体内一系列的代谢转化，可以保证体内前列腺素的正常代谢，是神经系统必需的脂肪酸，可预防心脑血管疾病和过敏性疾病的发生。同时还具有抗炎、抗血栓形成、抗心率失常、降低血脂、舒张血管的特征，亚麻酸经代谢转换的DHA还是人体脑脂质的的重要组成部分，对智力和视网膜发育起着决定性作用。

II型糖尿病对比试验血糖、血蛋白等明显减低

笔者随后又看了苏州大学医学院附属第三医院常州市第一人民医院的报告，上面显示，用“两高一低”的2812型稻米和普通稻米对II型糖尿病大鼠进行了对比实验研究，结果显示：与普通大米相比，食用武育粳2812号大米具有如下特点：1.餐后血糖水平、糖化血红蛋白水平、血甘油三酯水平无明显变化；2.血清TNF-α(肿瘤坏死因子-

α)、IL-6(白介素-6)、CRP(C反应蛋白)等易引起血管硬化的炎症因子水平显著降低；3.胰岛素敏感性明显提高。研究进一步表明：“二高一低”新型大米既有利于餐后血糖的控制，又有利于胰岛功能的保护，还有益于心脑血管并发症的预防。研究结论提示该种新型大米对糖尿病的防治具有非常重要的现实意义，为临床探讨糖尿病的饮食治疗提供了新的策略。(宛广文)

科学解释

吃2812型稻米血糖能保持平稳是因为粗纤维高、亚麻酸高、谷蛋白低

为什么这种米高血糖患者能放心食用？很重要的一个原因就是这种米中亚麻酸含量特别高，亚麻酸人体本身是不能合成的，只能靠外界摄入来补充，而亚麻酸对糖尿病人受损的胰腺有修复作用，同时能够增加胰岛素的分泌量，增强胰岛素的敏感性，使胰岛素更加有效率地分解人体内的葡萄糖。糖尿病人就是因为体内糖分高，平时就需要注射胰岛素，而现在这种米能够帮助增加胰岛素的分泌，所以就而言对糖尿病人的确是有好处的。

那么米里的糖去哪里了？笔者随后采访了常州第一人民医院内分泌科华飞副主任医师，他告诉笔者，这种米他们医院确实早就配合研究了，这种米食用后血糖之所以能保持相对平稳，从科学角度来解释，其实是因为粗纤维高、亚麻酸高、谷蛋白低。据他讲，这种米纤维素高于一般大米，相当于把传统的大米变成了“粗粮”，而纤维素含量高会影响肠道对葡萄糖的吸收，自然进入人体内的糖分就减少了。而谷蛋白低也对病人有益，如果谷蛋白高，其进入体内的能量就高，能量高了转化的糖分也就多了，现在谷蛋白低了也就适宜让病人吃了，此外严重的糖尿病人肾功会出现毛病，甚至出现尿毒症，降低饮食的蛋白摄入也是会改善病症的。再加上这种米的亚麻酸比较高，而亚麻酸对血管是有保护作用的，可以降低糖尿病对血管的损害作用，所以也有利于糖尿病患者。目前来看，这种米确实对血糖控制的改善有着积极的意义，他们已经在对“泽糖米”对糖尿病患者的并发症影响作进一步研究。

调查：“被疑大米”名为2812型稻米

笔者来到了位于常州武进运村的江苏(武进)水稻研究所，在试验田里，笔者见到了江祺祥，听到笔者阐述了来意后，江祺祥不慌不忙地跟笔者作起了解释。

“这种‘泽糖米’其实是我们最新培育出来的武育粳2812型稻米，这种米与普通大米相比，不易被人体吸收的醇溶蛋白含量高普通大米的126.1%；易被人体吸收的谷蛋白含量低24.4%，对心脑血管疾病防治有益的亚麻酸含量高出75%！”江祺祥告诉笔者，正因为其特殊的膳食营养成分架构，所以糖尿病人吃这种米血糖能够保持相对平稳。而且这种米不是转基因大米，是2003年开始，他和他的研究团队利用全球顶尖的生物分子育种技术，通过六七代大米的改良，精心培育出来的高科技功能性大米，是可以放心食用的粮食，而且已经取得了食品安全QS认证。培育这种米，就是希望能给糖尿病人带去福音。

“这只是您自己讲的，有没有什么相关研究报告可以证明、支撑您的说法？”笔者听完江祺祥的阐述，提出了这样的疑问。

适合低蛋白膳食患者食用获农业部机构认证

为了打消笔者的疑虑，江祺祥先后拿出了两份报告，第一份是2009年2月13日，农业部谷物及制品质量监督检验测试中心(哈尔滨)出具的武育粳3号(普通大米)与2812型稻米的比较检验报告分析，第二份是2010年11月30日，苏州大学附属第三医院的武育粳2812型稻米对II型糖尿病的代谢及胰岛功能的影响分析报告。

笔者看了第一份分析报告的内容，这个报告主要测试了2812型稻米与武育粳3号粗蛋白、谷蛋白、醇溶蛋白等含量的检测比较。检测结论显示，2812型稻米与武育粳3号相比，属于低谷蛋白和高醇溶蛋白类型的稻米，可以明显减

“泽糖米”安心计划全面启动 关爱家人 关注高血糖 选择“泽糖米”吃出健康来！

为能让消费者更直观地感受到“泽糖米”的健康理念和优良品质，常州武育农业科技有限公司现特别推出“泽糖米”安心计划。

凡参加“泽糖米”安心计划的顾客均可先领取10斤泽糖米食用，食用后如对自己的血糖确有帮助，可再决定是否购买，如感觉效果不理想者，则无需为本次活动支付任何费用。

活动地点：中山西路55-10号“泽糖米”专卖店(数码港对面，农业银行西侧)

活动预约热线：0511-85360002 85360003

公交线路：2、3、4、5、10、11、15、19、22、23、24、28、31、33、39、105、118、K208、K221、K204、D1、D2、D3、D4、91、92、101路原恒顺酱醋厂站台下车向东30米。