

输光底裤了！弗格森心滴血

莫耶斯亲手造曼联5大耻辱

北京时间12月5日3:45,2013-2014赛季英格兰足球超级联赛第14轮一场焦点战在老特拉福德球场展开争夺,曼联主场0比1不敌埃弗顿,鲁尼和维尔贝克先后憾中门框,奥维耶多第85分钟绝杀。曼联3轮不胜落后榜首多达12分。埃弗顿21年来首度攻陷老特拉福德。

当终场哨音吹响的一刻,老特拉福德的比分板上鲜明地写着0:1,曼联输了,颇为讽刺的是,击败他们的是莫耶斯的老东家埃弗顿。在自己的主场,输给这样一个对手,这是在过往的英超历史上从来没有发生过地事情,但是如今却鲜活地发生在曼联主场球迷的面前。昔日曼联主帅弗格森缓缓拿起大衣,一脸不悦地离开球场,那一刻,爵爷的心也许在滴血,或许他自己都不理解,这他苦心经营了27年的曼联如今怎么变成了这副模样。

一个数据更加具有讽刺意味,在执教埃弗顿时,莫耶斯率队做客老特拉福德11次,战绩为0胜3平8负,也就是说他从来没有能够带领埃弗顿在老特拉福德击败曼联。如今离开莫耶斯的埃弗顿立即实现了这一壮举,而坐在曼联帅位上的人正是莫耶斯。

就在本场比赛之前,莫耶斯在发布会上还放言:“如果我们赢球,我没有准备庆祝,因为我尊重埃弗顿的球员和球迷。”而事实证明,莫耶斯是想多了。

值得一提的是,这已经不是莫耶斯本赛季第一次书写曼联的耻辱纪录了。在英超联赛开战仅仅6轮的时候,莫耶斯治下的曼联就创造了近24年来的最差开局。而输给西布朗的比赛也让曼联终结了主场对对手长达35年的不败纪录。同样的事情还发生在曼联主场与南安普敦



一战中,莫耶斯的球队在那场比赛中遭遇了一场平局,那也是14年来曼联首次没有在主场击败“圣徒”,同时也是英超联赛以来曼联第二次未能在主场击败对手。加上本场主场21年来首次输给埃弗顿,莫耶斯已经造就了曼联的5个新耻辱。

现在最难过的人无疑是弗格森了,自己一手打造的英超第一豪门如今沦落到这般田地,这恐怕是弗格森没有想到的。在当年选定接班人时,包括穆里尼奥、瓜迪奥拉等名帅都是热门人选,但是最终弗格森选择了自己的苏格兰老乡莫

耶斯。然而残酷的事实证明,至少现在的莫耶斯还没有掌控曼联这样豪门的能力,如果想到这一点,弗格森当年也许会让更硬朗的穆里尼奥接班,而不是如今的莫耶斯。曼联名宿威利·摩根在此前接受采访时便批评莫耶斯不是曼联的主帅的合格人选。他说:“莫耶斯不该是曼联的选择,也不应该是由他来接替弗格森。曼联需要夺冠,而且需要踢出曼联式的足球,如果范佩西这样级别的球星得不到应得的冠军奖杯,那就是一个悲剧。”而以曼联如今的排名和竞争力而言,这样的悲剧或许越来越近了。

当终场哨音吹响的一刻,老特拉福德的比分板上鲜明地写着0:1,曼联输了,颇为讽刺的是,击败他们的是莫耶斯的老东家埃弗顿。

球王贝利拒绝为世界杯抽签:我怕会害了我的祖国

巴西世界杯的分组抽签,将在北京时间12月7日凌晨进行,组委会方面透露,球王贝利将不会出任抽签嘉宾,这令人颇感意外。

据球王贝利自己透露,组委会原本希望他来亲自抽签,但他本人拒绝了,原因是担心给巴西队带来厄运。

“迪尔马·罗塞夫(巴西总统)建议我代表巴西来抽签,也就是把抽签球从碗里抽出来的活儿,这我以前做过几次。”贝利说,“但我拒绝了,因为这个邀请,因为如

果要是我把巴西队抽到一个危险的小组,我心里会不舒服的。”

球王贝利在坊间绰号“乌鸦嘴”,过往他在预测大赛时,经常出现看好谁谁就倒霉的情况,如今拒绝为巴西世界杯抽签,担心给祖国球队带来厄运,不知道和贝利的过往经历是否有关。

不过贝利虽然不亲自出手抽签,但会以另外的身份出现在抽签现场,组委会安排了一个特别环节,称贝利将给人们带来惊奇。



本次世界杯抽签的8个嘉宾已经确定,他们是卡福(巴西)、吉吉亚(乌拉圭)、赫斯特(英格兰)、马特乌斯(德国)、肯佩斯(阿根廷)、卡纳瓦罗(意大利)、齐达内(法国)和耶罗(西班牙),代表了8个夺过世界杯冠军的队伍,除了耶罗外,其他七人也都拿过世界杯。

二院专家门诊

市二院心内科电话:
80822320
市二院心内科陈聪主任
13952803966

高血脂症防治

市民李先生问:我今年45岁,前两天单位体检,说我血脂比较高,我平时也没有什么不舒服的地方,请问有什么要注意的地方吗?

市二院心内科主任陈聪答:高血脂通常就是指血浆中胆固醇和(或)甘油三酯升高。

高血脂症常见原因有:

(1)高胆固醇和高饱和脂肪酸的摄入。例如有些人喜欢吃肥肉和动物内脏,有的喜欢用猪油或其他动物油炒菜吃。时间长了,血脂就悄悄地升了上去。

(2)从饮食中摄取过多的热量,引起肥胖或超重。

(3)不良生活方式,如:长期静坐、酗酒、吸烟、精神紧张或焦虑等,都能引起血脂升高。

(4)其他疾病或某些药物引起,如:糖尿病、甲减、肝肾疾病、噻嗪类利尿剂、激素等。

多数患者没有任何症状。有些患者由于脂质在局部沉积,眼睑周围黄色或橘黄色斑块(黄

色瘤)。在40岁以下的人中,眼睛上出现了“老年环”,往往提示有家族遗传性高胆固醇血症的可能。甘油三酯明显升高还会引起胰腺炎。

高血脂症患者日常饮食要掌握五个原则:低热量、低胆固醇、低脂肪、低糖、高纤维饮食。

低热量:控制饮食的量,旨在达到和维持理想体重。体重指数=体重(公斤)/身高(米)²,其理想值为22。体重超过理想体重之10%表示超重,超过理想体重之20%表示肥胖。

低胆固醇:每日总摄入量应低于300毫克,各种肉类(包括:鸡、鸭、鱼、猪、牛、羊等)胆固醇含量:平均每两约含20-30毫克胆固醇。

低脂肪:尽量少吃饱和脂肪酸的食物,包括动物性食品(肥肉、全脂奶、奶油、猪油、牛油、猪肠、牛腩及肉类外皮)和部分植物性食品(烤酥油、椰子油、椰子、棕榈油)。

高纤维的食物:如各类水果、豆类、燕麦片、洋菜、木耳等。

适量运动:快步走、慢跑、游泳、骑自行车,每天30-40分钟。

戒烟限酒:烟一定要戒,酒严格控制,禁饮烈性酒。

高血脂症药物治疗主要原则是:1.选择有效的药物和适当的剂量;2.全面调节各血脂参数,达到目标治疗水平(总胆固醇:5.20mmol/L;低密度脂蛋白胆固醇:3.12mmol/L;甘油三酯:1.70mmol/L;高密度脂蛋白胆固醇>1.04mmol/L);3.良好的安全性;4.听从医嘱,坚持长期治疗,药物治疗应在医生指导下进行,并且要监测血脂水平和不良反应。

小心,时尚美食伤害您的身体(一)

如今走在大街小巷,时尚美食色彩斑斓吸引着我们的眼球,随风飘来的阵阵香味刺激着我们的味觉,让人垂涎欲滴,跃跃欲试!在物质生活日益丰富的今天,人们再也不要为了吃了上顿没下顿的日子烦恼担忧了。然而,在享受着美味佳肴的时候,我们有没有想过,这些琳琅满目的美食是不是对身体有害?的确,从卫生和营养角度来看,人们花不少钱品尝的时尚美味,有不少是有害健康的垃圾食物,这是我们始料未及的。请看如下:

1、小龙虾

小龙虾正规的名字叫克氏螯虾,在最近的十几年一直畅销。小龙虾的生命力很强,清水污水中都可以见到它的身影,重金属油污可是小龙虾的摄食对象,但这些“毒”物质可附着在食物上,进入龙虾体内如果在重金属离子污染的水中长期生活,龙虾体内的“毒物”就会逐渐积累。小龙虾的肠道、鳃也含有大量寄生虫和细菌,为肺吸虫的中间宿主,如果人们食用没有煮熟煮透的小龙虾,就有可能感染肺吸虫病。重金属影响儿童的生长发育,特别是对儿童智力发育造成不良影响,部分重金属可在脑部及内脏器官中残留,对肝肾等造成永久性伤害,严重者可导致急性肾功能衰竭,危及生命。

2、牛百叶

牛百叶是牛的胃,一直以来都是许多人爱吃的的美味,可以用来做火锅,也可以炒或凉拌,我们在菜市场饭店里所看到的小牛百叶都是雪白雪白的,这可不是

孔卡叫卖百万豪车 仅售68万还送合影签名

本周日,广州恒大将奔赴摩洛哥的世俱杯赛场,而这一天也将成为外援孔卡同中国告别的日子。孔卡已经决定踢完世俱杯后直接返回巴西,所以他在离开前也已经抓紧处理个人资产。近日,他通过经纪人在微博上挂牌68万处理自己的豪车。

孔卡在中国的座驾是一辆2012年的捷豹XJ旗舰版,这辆车也是孔卡到中国后不久购置的,他当时花120万买下这辆豪车。在确定离开中国后,孔卡曾经希望通过内部处理的方式,将这辆车卖给自己的恒大队友,他在恒大队的好朋友冯俊彦曾经是他的首选目标。此前,巴里奥斯离开恒大队的时候,就曾把自己的奥迪卖给了队友李帅。不过,由于在恒大队只能打替补的冯俊彦手头并不宽裕,所以他谢绝了孔卡的卖车请求。

无奈之下,孔卡只好寻求经纪人来帮自己卖掉这辆豪车,他标价68万。为了能让自己的车以更好的价格成交,孔卡甚至还利用自己的“名人效应”,如果有人愿意买他这辆车,还将获得同孔卡合影签名的机会,还能得到一件孔卡的签名球衣。按照孔卡目前在广州的超高人气,他的这辆车必然将成为最近几天广州二手车市场上的“抢手货”。据悉,由于广州的二手车市场受上牌等限制,一位深圳资深球迷有望接手孔卡的豪车,目前相关人员正在广州和孔卡的经纪人洽谈交易细节。如果一切顺利,深圳球迷都有望在深圳亲眼一睹孔卡豪车的风采。

据北青网

李娜获WTA年度最佳聚会着装奖

中国金花李娜不仅在网球场上成绩越来越好,受到越来越多的关注,出入时尚场合也逐渐成为焦点。北京时间12月5日,据WTA官网微博的消息,中国金花李娜在伊斯坦布尔身着的中式短裙被评为2013年度最佳聚会着装奖。

在法网夺冠人气飙升后,李娜也不再简单地只以运动员装扮示人,其服装和造型屡屡让人眼前一亮。埃菲尔铁塔前的“中国风”和2011赛季伊斯坦布尔的水墨装也都得到了时尚圈人士的肯定。不仅仅在场外,李娜在场内的战袍也是经常被媒体评为最佳着装,简约、淡雅的风格与她直爽的性格也是相得益彰。

网坛

三院健康专栏

江苏大学附属镇江三院
营养科 杨荣华

牛百叶的本来颜色。是一些商贩将牛百叶用福尔马林、双氧水甚至是工业碱水浸泡,这样一来,牛百叶既显得异常新鲜,体积又肥大饱满。在其他水发原料如鱿鱼、虾仁、蹄筋等食物中,也有类似问题。福尔马林是强致癌物,卫生部门一再提醒人们对生活中遇到的福尔马林应采取预防措施,工业碱水也是人人皆知的强腐蚀剂,常吃对人的肝肾损伤极大。

3、野味

中国人对野味情有独钟,所谓的“食在中国”相当一部分说的就是中国人对野味的爱好。野味一般都是猎户捕获后直接送到市场上的,对于野味的卫生监管一直不是很得力。2003年肆虐的非典,这两年一直此起彼伏的禽流感,多少都与人们食用野味有一定的关系。野生动物在生长、栖息、觅食过程中,可能会感染细菌、病毒及寄生虫等,这些致病因子也许因为长期的接触而与它们“和平共处”,并没有引起野生动物发病。但是,人类对这些病菌没有免疫力,一旦接触或食用,也许就会发生意料不到的严重后果。