



值班主任:陆娜 编辑:韦祯祯 美编:罗雅馨

来宾日报社出版

用新闻的力量建设新来宾

爆料电话:0772-6655000 投稿邮箱:lbrwb@163.com

## 我市举办首届中药壮瑶药膳大赛

# 医者当厨神

# 中药变美食

晚刊讯(记者 杨晓华 通讯员 覃罗才文/图)“这道‘沁脾奶茶’,是在‘扁鹊三豆饮’的基础上加入乌梅、山药和广西特色药材茉莉花制作而成,具有清热解毒、健脾消食、疏肝和胃的功效,也可提高免疫力。”7月1日,参加我市首届中药壮瑶药膳大赛的市中医医院煎药室负责人徐佳玲说,他们参赛队制作的4道药膳都包含中药。

当天,以“传承药膳文化 助力健康来宾”为主题的来宾市首届中药壮瑶药膳大赛在市卫生学校举行,旨在发挥道地药材资源及药膳“寓药于食”的特色优势,传承中医药民族医药特色文化,加强中药壮瑶药膳食疗文化学习及应用。此次比赛由市卫健委主办,市卫生学校承办,来宾职业教育中心学校协办。

来自全市11个单位的64名参赛选手,围绕中医体质、节气养生或常见病证,依据中医药理,以新鲜食材和中药壮瑶药为原材料设计菜品,并通过蒸、煮、煨等传统烹饪方式烹调。经过2个多小时的紧张比赛,最终,市中医医院第二参赛队夺得桂冠,“金玉良缘”等4道药膳获最佳菜品。

“每味药材和食材都有属于它的自然属性,我们吃下的是药膳,获得的是大自然赋予的能量。”市卫生学校参赛队员覃琪介绍,药膳用的都是普通的食材,但搭配起来会取得奇妙的功效,色香味俱全,适合在百姓人家推广普及。

“这次药膳比赛非常有意义,通过比赛,我们对中医、中药有了更深刻的认识,能够更好地发扬中药壮瑶药文化在日常疾病预防和治疗中的积极作用。”作为冠军队的一员,徐佳玲说,大赛广泛宣传药膳食疗知识,传播健康的中医养生保健方式,今后市中医医院会通过药膳,为群众提供更优质的健康服务。

近年来,市卫健委高度重视中医药事业和产业高质量发展,出台了《来宾市促进中医药壮瑶医药传承创新发展实施方案》等相关文件。同时坚持传承创新,打造中医药特色品牌,推进中医药与种植、旅游、养生养老等领域融合发展。来宾市中医医院、金秀瑶族自治县瑶医医院等单位获得广西中药材示范基地、广西中医药文化宣传教育示范基地、广西中医药特色医养结合示范基地、广西壮瑶药院内制剂孵化基地等荣誉,多个项目被列入中药壮瑶药膳食疗项目、中医药适宜技术开发及推广项目、道地药材生态种植及质量保障项目等。



▲参赛队员认真制作药膳。



以上为部分参赛作品。

### 焦点新闻

## 2022年“广西美味”大家评结果出炉 来宾3道美食摘金

晚刊讯(记者 杨宇婷)近日,2022年“广西美味”大家评线上评选活动结果公布,我市选送作品中共有18件获奖,其中3道美食摘得金奖。

7月1日,记者从市文化广电和旅游局了解到,此次活动我市共获得21个奖项,其中摘金的3道美食是来自忻城县的土司美羊羊、金秀瑶族自治县的瑶山纹胶养生糕以及兴宾区的艾叶粑粑。此外,金秀竹筒笋酿、木叶豆腐和武宣兴盛米饼获得银奖,金秀瑶族猪肉和象州清水羊肉、白石米获得铜奖,莫老爷风味捞鸭、瑶家簸箕菜、合山O弹玉米饼、裕达大包、馋嘴红糟鱼、竹报平安、红糖千层脆、壮美羊排、桃花酥等来自我市各县(市、区)的菜肴、点心和小吃获得优秀奖或最佳人气奖。来宾市文化广电和旅游局、忻城县文化广电和旅游局荣获最佳组织奖。

## 摊主路边捡挎包 拍摄视频寻失主

晚刊讯(记者 韦海臣 实习生 刘婧霖 欧小敏)“覃某某阿妹,你的包丢在这里,我拍照给你看,你看到视频后到长梅路某超市对面的猪肉摊……”6月30日上午,一则失物招领的视频在短视频平台上流传,视频中可见一个白色斜挎包及一些证件,一名女士正在焦急寻找失主。这是怎么回事?

原来,发布视频的是黄小兰,她在市区长梅路经营猪肉摊。当天上午,她和丈夫在摊位附近的路边发现一个白色斜挎包,包内有身份证、驾驶证、化妆品和一些零钱,证件上显示该包持有人的姓名是覃某某。

“补办证件既费钱又费时,我们要快点找到失主,将包还给她。”黄小兰

夫妇与邻摊卖蔬菜的韦阿姨商量后,决定录个视频,发到短视频平台,通过网络的力量寻找失主。

视频发出后,黄小兰一边做生意一边等失主。当天,一名前来买猪肉的市民在短视频平台上流视频,视频中可见一个白色斜挎包及一些证件,一名女士正在焦急寻找失主。这是怎么回事?

不久后,失主覃某某接到村委的电话,这才发现自己的挎包掉落在路边,被好心人捡到。得知黄小兰千方百计联系自己,她感动不已。

将挎包归还后,为保护失主的个人信息,黄小兰将视频删除。“我虽然没什么文化,但也知道不能贪图人家的东西,自己能干多少就吃多少。”采访中,黄小兰笑着说,这都是她应该做的。

## 桂中水城高速西渠正在全力抽排水

若天气晴好,预计一周后降到正常水位线

晚刊讯(记者 韦海臣 实习生 刘婧霖 欧小敏)7月1日,记者从来宾市桂中水城开发投资有限责任公司(下文简称水投公司)获悉,该公司在桂中水城高速西渠(侨缘路段)已连续抽排水半月有余,目前水位已下降约3米。

6月10-14日,我市出现持续强降雨,市区星城路往绿源路方向片区、市政道路雨水管网的水体大量汇入桂中水城高速西渠(侨缘路段),致使该渠水位暴涨,绿源路至侨缘路两处T字路口被水浸泡。交警等部门及时封锁该路段,设置路障警示,并安排专人指挥车辆行人绕行,确保群众生命财产安全。



▲在侨缘路,水投公司将桂中水城高速西渠的水抽入雨水管道。

## 红水河大桥多处施工维修

驾车经过务必减速慢行

晚刊讯(记者 莫岑)记者昨日经过红水河大桥时发现,大桥中段、南端正在维修,加之前段时间对向车道施工维护,该大桥目前有3处区域围挡施工,市民驾车经过注意减速慢行,确保安全通过。

前不久,红水河大桥河西往城北方向南端桥头立起路锥,非机动车道与半个机动车道被围挡围起,工人对桥面进行维护。7月1日,红水河大道至河西方向桥头也摆起警示牌和路锥,并拉起围挡。由于非机动车道与半个机动车道被围挡,非机动车纷纷驶入机动车道,上下班高峰期桥上稍显拥堵。7月2日,红水河大桥河西方向中段开始施工,当前桥上共有3处施工点。桥面维护期间,广大驾驶员要控制车速,保持安全距离,特别是上下班高峰期,务必减速慢行。

此外,江滨路往城南方向飞龙路口一带也在实行半幅道路封闭施工,车辆途经时,需借对向车道前往城南,驾驶员要注意控制车速,小心通行。

## 流感来袭,奥司他韦脱销?

医生提醒:抗病毒药品不能盲目服用

晚刊讯(记者 黄文娟 文/图)连日来,气温忽高忽低,加之流感来势汹汹,城区多家药店感冒、发烧类药品热销,甚至出现断货现象。

记者从市疾控中心了解到,自5月中旬以来,来宾就诊和检测发现的流感阳性病例持续上升,主要以甲型流感(H3N2)病毒为主。流感主要流行于冬春季节,但在南方夏季也会出现小高峰流感,不少市民出现感冒发烧症状后,自行前往药店购买药品服用。6月30日,记者走访市区多家药店发现,用于治疗发烧、感冒、喉咙痛

的多种药品畅销,尤其是主流流感的特效药奥司他韦,在部分药店已断货。

“这段时间抗病毒类药品卖得比较多,奥司他韦已经卖完了。”城区祥和路一家药店工作人员告诉记者,近段时间是流感高峰期,许多市民到药店购买感冒、发烧、抗病毒类药品,目前该连锁药店的奥司他韦已售一空。

“抗病毒药品不能随意使用。”市人民医院呼吸与危重症医学科主任覃少佳介绍,上呼吸道感染多由病毒引起,需根据疾病的特点和发展情况使用药品,“奥司他韦不是‘万

能药’,普通感冒吃了会引起不良反应,特别是儿童,很容易产生神经系统严重的毒副作用,市民要避免滥用奥司他韦。”覃少佳建议,市民如患流感,需经医生临床诊断后使用相应药物。

目前,国内外新冠肺炎疫情依然严峻,流感与疫情叠加,市民要更加注意身体健康,除了积极接种疫苗外,还要保持良好的卫生习惯,戴口罩、勤洗手、多通风、多运动,增强免疫力。据悉,新一批流感疫苗已到货,市民可根据自身需求就近到社区卫生服务中心咨询接种。



▲市民在药店购买药品。

## 社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善