

# 又到芒果上市季 几类人群不宜吃

进入5月,不管是到超市还是去水果店,都能看到不同品种的芒果摆上货架,黄的、青的、红的,散发出独特且浓郁的果香,让人馋得直流口水。芒果果肉细腻多汁,口感香甜,营养丰富,更有祛痰止渴、生津益胃、利尿解渴、清肠美肤、抗菌明目等功效。

芒果味美,但你知道有哪些食用禁忌吗?怎样吃才不会过敏?不能与芒果同吃的有什么?一起来了解下吧。



几刀就可以切出“芒果花”。

## 芒果不能与什么同吃?

### 1、大蒜等辛物。

芒果中含有大量的果酸、氨基酸、蛋白质等,这些物质中含有刺激性物质比较多,接触到人体的皮肤后,就会造成过敏,严重者会出现红肿、疼痛现象。

### 2、海鲜。

芒果或海鲜两者同时吃不容易消化,而且芒果与海鲜两者都是易过敏的食物,如果同食的话,容易过敏。

### 3、菠萝。

芒果、菠萝本身就含有易引起皮肤过敏反应的化学成分,鲜芒果中含有单羟基苯或二羟基苯,不完全成熟的芒果里还含有醛酸,他们对皮肤黏膜有一定的刺激作用,可引发口唇红肿,严重者还会出现水泡和糜烂。而菠萝中含有甙类、菠萝蛋白酶等物质,对人的皮肤、血管等有一定的副作用,且这种过敏常为速发型,多在吃菠萝后1小时左右会出现皮肤瘙痒、潮红、多汗、四肢及口舌发麻。

整理/欧林菊

## 哪些人不能吃芒果?

### 1、过敏体质人群

芒果除了富含蛋白质、糖类、膳食纤维、胡萝卜素、维生素C、维生素A、矿物质等对人体有益的营养成分,同时也含有刺激性致敏物质,如单羟基苯、二羟基苯、醛酸等,会刺激皮肤黏膜而引起面部发红、口周水泡或疙瘩、皮肤瘙痒、发烫等过敏现象。

### 2、哮喘病人

无论是芒果香气、芒果汁还是芒果肉,都含有致敏成分,可能引起哮喘病人过敏,诱发哮喘发作,故哮喘病人不宜食用芒果。

### 3、皮肤病患者

根据中医理论,皮肤病多是由于湿热,而芒果性寒,有湿毒、荨麻疹、湿疹、脸上长痘、肿瘤、脚气、白带异常及疮疡流脓等患者不宜食用芒果,否则会导致病情恶化加重。

### 4、糖尿病人

芒果含糖量较高,糖尿病人食用后容易导致血糖升高,不利于病情控制,因而糖尿病人需慎食芒果。

### 5、湿气重的人

芒果含有湿毒,湿气重的人食用后会体内湿气加重,而湿气重的人容易患风湿、咳嗽等。

## ◆食之有度 吃出健康来

芒果虽然食用好处很多,但并非人人皆宜,每到芒果上市高峰期就有很多因食用芒

果而过敏、患皮炎的患者就诊。那么,怎样预防芒果过敏?哪些人不能吃芒果?

## 如何预防过敏?

把芒果切成小块后再吃,这样就可以避免狼吞虎咽时把芒果汁弄得满脸都是,导致皮肤过敏。如果不小心弄到皮肤上,应该立即用清凉水洗干净,

切忌用肥皂水、热水,更不能在面部用化妆品,否则可能会加重过敏。若过敏症状比较严重,如出现疹子或红肿,就不要随意食用了。

# 这里将打造全国首个室内摩天轮

## 佛山天虹购物中心今年下半年开业,将打造佛山首座跨4层双轨大滑梯及跨5层飞天梯

旧魁奇路上,未来地铁2号线与3号线交汇处湾华站,一个购物中心正在悄然落成,它将有全国首个室内摩天轮、佛山首座跨4层双轨大滑梯及跨5层飞天梯,它就是佛山今年很值得期待的购物中心——佛山天虹购物中心。

## 打造多个特色主题街区

说起天虹,在佛山可能很多人都表示没听过或不认识。天虹成立于1984年,2010年上市,控股股东是中国航空工业集团下属的中国航空技术深圳有限公司。天虹34载,8省21市,66家综合百货、7家购物中心、66家品质生活超市、169家便利店,所到之处皆以专业运营城市繁华,打造时尚欢乐地标。

佛山天虹购物中心是天虹首进佛山力作,位于佛山市禅城区魁奇二路与文华路交汇处,将与地铁2号线3号线交汇处湾华站无缝对接,商业面积10万㎡,从-1到6楼共7层,将打造出港澳风情YES!街、丹麦童话小镇、runlike运动集合馆、文创馆、生活+、火车头市集等特色主题街区,加强消费者场景娱乐体验,极大满足消费者



商场外部效果图。

购物体验时的各类需求。

## 将有全国首个室内摩天轮

可能你想说,这些都不重要,我只关注那个摩天轮和大滑梯!对!如今购物中心品牌

同质化,千店一面的情况相当严重,消费者已经产生体验疲劳感。佛山天虹购物中心在打造特色和加强体验感上可以说是下足功夫,将打造全国首个室内摩天轮、佛山首座跨4层

双轨大滑梯。

国内商场建摩天轮已经不稀奇,但大都建于屋顶,佛山天虹购物中心摩天轮悬臂式构造,直径10米,将建于室内,乃全国首创。跟摩天轮一样,商场内建大滑梯也不是什么新鲜事,但在商场内打造可以滑行的大滑梯也是佛山首例。在这,8秒即可体验双轨大滑梯跨4层极速滑行新奇感和刺激感;坐在摩天轮里,阅尽人世风光,许下白头偕老的誓言。相信这里也会变成佛山情侣约会必选之地。

## 将于今年下半年开业

佛山天虹购物中心无论在主题街区商品规划还是体验配套业态上都有大胆尝试和突破,各色主题街区打造,绝对吸引你眼球。到这里不用出远门,就能体验港澳风情街区、置身丹麦童话世界、领略岭南风情文化……

在越夜越精彩的港澳风情YES!美食街,尽享饕餮味蕾盛宴;在充满丹麦童话色彩的儿童主题街区,见证宝宝的每一次成长;在6000㎡的室内runlike运动集合馆,挥洒体内的激情与汗水;在治愈系的文创馆,

探索极致生活艺术放松身心;在应有所有的生活+街区,体验生活痛点的消除;在琳琅满目的火车头市集,享受“逛吃逛吃”的好心情。

据悉,佛山天虹购物中心将于今年下半年开业,荟萃海底捞、大龙燚、点都德、星巴克、肯德基、网红饮品奈雪的茶、木马王国、中瑞影院、天虹space精品超市等300多个知名品牌。不妨来这里,在一步一景的主题街区里畅享欢乐时光,感受吃喝玩乐购一站式服务。

目前,佛山天虹购物中心招商已然接近尾声,招商“末班车”咨询电话:0757-82061881



更多资讯,欢迎关注“佛山天虹购物中心”微信公众号