

今年國慶長假伊始，就有不少人前往醫院消化科就診。據稱，罪魁禍首就是大閘蟹。



大閘蟹太惹火 國慶長假醫院逼爆

時令美味難消受 醫生囑勿暴飲暴食

香港文匯報訊(記者 江鑫燭 北京報道)在中國，過節這個名詞往往與「大吃大喝」相連，這個「十一」七天長假，大魚大肉在所難免。與以往節後扎堆看病不同的是，今年國慶長假伊始，就有不少人「HOLD不住了」，前往醫院消化科就診。據《今日早報》報道，這個國慶長假，最誘惑人的美食當數大閘蟹，可這種美味並不是人人都能消受。10月1日，杭州市一醫院和市中醫院消化內科門診，值班醫生們忙得都快炸開鍋，罪魁禍首跟大閘蟹不無關係。

有值班醫生表示，原以為放假了病人會少一點，沒想到反而更多。杭州市中醫院的葉醫生表示，10月1日上午就有40多位病人來醫院就診，其中一半是吃壞東西鬧肚子的，最多的當屬吃多了大閘蟹的病人。

寒涼食物 易引發腸胃炎

葉醫生告訴記者，許多患者的病因在大閘蟹身上，原因可能有三種：一是吃的數量有點多，二是吃的大閘蟹不是很新鮮，第三則是吃的大閘蟹煮得不夠熟。這都極易引發急性腸胃炎，甚至是發高燒。

醫生提醒稱，大閘蟹雖味道鮮美，但屬寒涼食物，並不是每個人都適合享用，平時腸胃不好的人最好別吃。腸胃好的人也不能吃太多，一般一餐不要超過2隻。

另外，長假期間，胃出血和胰腺炎患者也成倍增長。長假的第一天，杭州市一醫院消化內科就收住了10位住

院病人，其中3位胃出血，7位是重症急性胰腺炎，都是聚會時暴飲暴食所致。

季節交替 警惕帶狀包疹

同時，十一期間正是夏秋交替的季節，溫度變化較大，受此影響近期因患帶狀包疹前往醫院就診的患者明顯增多，京城多間醫院的皮膚科每天都要接診到十多例帶狀包疹患者。醫生提醒稱，季節變換易引發帶狀包疹，廣大市民尤其是中老年人要注意勞逸結合，不要過度勞累，以免病毒乘虛而入。

針對國慶節後民眾易患假期綜合症的問題，有醫生表示，假期出行、遊玩是一件很勞累的事情。10月7日是假期最後一天，民眾出遊回來後要盡量多休息，留出一定時間調整身體狀態，以便更好地投入到工作中。另外，飲食方面要清淡，讓疲憊的腸胃也歇歇，不要再暴飲暴食。



北京迎來國慶黃金周旅遊高峰。圖為3日，眾多遊人在北京故宮外排隊購票。
新華社

故宮遊客爆棚 日迎13萬人次

香港文匯報訊 2日15時多，故宮博物院提前關閉了售票窗口，此時已有127,800人入院參觀，遠超預案中的8萬限額。

2日上午10時許，故宮午門外人潮如海，每個窗口前都排了近20米的隊伍。隨著時間的推移，入院人數在不斷被刷新。11時已突破8萬限額，13時已達10萬。從11時到15

時，仍有上萬人流不斷從端門湧入購票。故宮博物院相關負責人告訴《北京晨報》記者，從7時30分開門開始就持續維持高流量，端門臨時售票處、午門售票處均排滿了購票的觀眾，如果硬性停止售票，容易引起現場混亂，存在很大的安全風險。在可以保障文物、觀眾安全的前提下，盡可能滿足

了現場觀眾的需求。按照預案，決定繼續維持勻速售票和放行。直至15時前，排隊購票觀眾已經很少，才關閉窗口。

記者了解到，截至15時，故宮參觀人數已達127,800人，接近接待極限。預計明後兩天仍是參觀高峰日，觀眾人數還可能居高不下。

出遊高峰延後 港樂園線最爆



2日，香港海洋公園為萬聖節主題活動宣傳造勢，市民加入「群鬼」勁舞團一起勁歌熱舞。
新華社

香港文匯報訊(記者唐苗苗、通訊員鄧韻珊 廣州報道)3日國慶黃金周進入第三天，記者從廣州市各大旅行社了解到，國慶期間廣東出境遊線團隊已基本全部出發，僅剩東南亞及海島包機的部分團隊作最後一波出遊，而省內遊、港澳遊等短途遊一如預期，迎來了延後出現的出遊高峰，當天僅南湖國旅的省內遊及港澳遊的出遊人數就超過2.4萬人次。

據南湖國旅反映，從4日開始，由於機票、酒店價格的下降以及出遊人群的陸續返程，旅遊價格開始下降，平均降幅達35%，最高降幅達65%，不少時間彈性大的市民諳熟黃金周價格走勢規律，早已做好出遊計劃，節中出發的線路主要集中在應節的「賞秋線」和價格幅度較大的東南亞海島線。

為迎接國慶節，廣東省內眾多景區精心準備了精彩的活動，使景區在國慶期間猶如「嘉年華會」，熱鬧非凡。記者從南湖國旅獲悉，3日廣東省內遊出遊人數「見頂」，高達1.6萬人次，佔當天出遊總人數的65%，其中溫泉、生態、美食線以及香港迪士尼樂園、香港海洋公園等線路最為火爆。

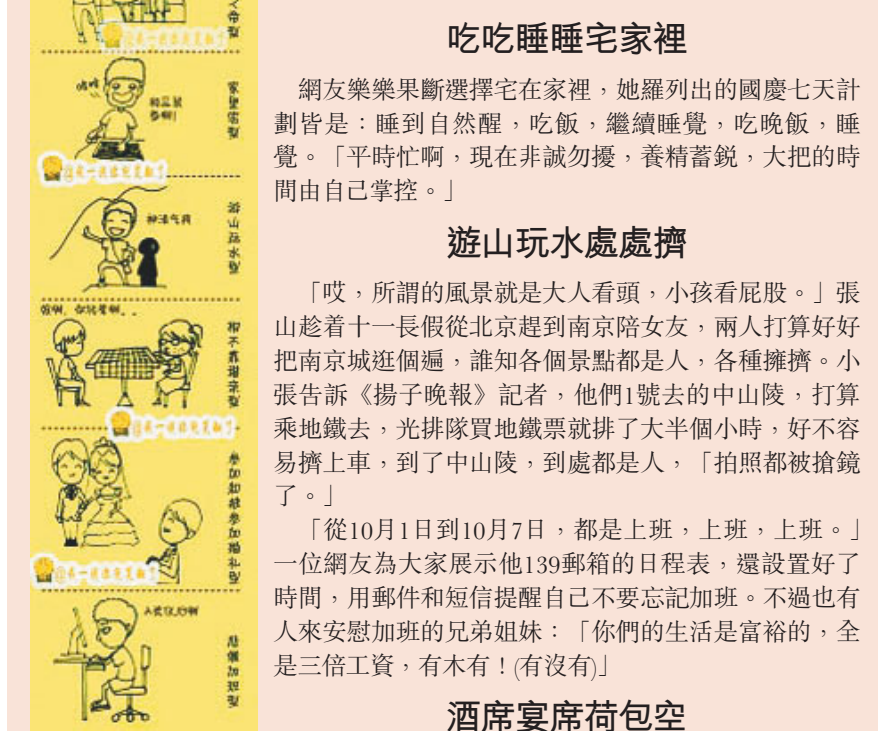
白雲機場 客流超春運

香港文匯報訊(記者 唐苗苗 廣州報道)內地「十一」國慶黃金周，為航空、鐵路等交通帶來密集客流。記者從白雲機場獲悉，9月30日-10月2日，白雲機場已經連續三天日均客流超過14萬，創黃金周客流新高，客流量水平已經與今年春運期間客流高峰相當。

白雲機場統計數據顯示，10月2日機場進出港航班1025架次，客流突破14萬人次，比去年10月2日客流為126921人次增加超過一成。受颱風「納沙」影響與國慶出行旅客高峰期的疊加影響，深圳各航空公司出港前幾日的客流高峰也比肩春運。記者從南航深圳分公司獲悉，10月2日其送客人數達到了12,000人，客座率達到了95%，單日出港旅客數及單日收益均創歷史新高。據工作人員稱：「這是南航深圳分公司自創建以來單日銷售收入最高的一天，已經超過歷屆春運了！」據了解，深圳機場10月3日、4日和國慶長假期間都會迎來進出港旅客出行的高峰。

漫畫盤點假期：宅家看景飯局

香港文匯報訊「吃了睡，串各種門、Party帝、家裡宅、遊山玩水、相不靠譜親、參加和被參加婚禮、悲催加班」，過十一長假，99%的人似乎都逃脫不了這幾個型，這兩天，這則漫畫(見圖)蔓延網絡，引發了網友的共鳴，大家紛紛對號入座「我就是悲催的加班型啊!」「七型皆具，正好一天一個。」親愛的讀者，趕緊來瞅瞅，你是哪種型啊!



吃吃睡睡宅家裡

網友樂樂樂選擇宅在家裡，她羅列出的國慶七天計劃皆是：睡到自然醒，吃飯，繼續睡覺，吃晚飯，睡覺。「平時忙啊，現在非誠勿擾，養精蓄銳，大把的時間由自己掌控。」

遊山玩水處處擠

「哎，所謂的風景就是大人看頭，小孩看屁股。」張山趁十一長假從北京趕到南京陪女友，兩人打算好好把南京城逛個遍，誰知各個景點都是人，各種擁擠。小張告訴《揚子晚報》記者，他們1號去的中山陵，打算乘地鐵去，光排隊買地鐵票就排了大半個小時，好不容易擠上車，到了中山陵，到處都是人，「拍照都被搶鏡了。」

「從10月1日到10月7日，都是上班，上班，上班。」一位網友為大家展示他139郵箱的日程表，還設置好了時間，用郵件和短信提醒自己不要忘記加班。不過也有人來安慰加班的兄弟姐妹：「你們的生活是富裕的，全是三倍工資，有木有(有沒有)」

酒席宴席荷包空

國慶節本來就是婚慶嫁娶的好日子，結婚的人多，被邀請參加婚禮自然也多，不少人整個假期幾乎都奉獻在了親朋好友的婚慶中，荷包也大大縮水，「咬緊牙，下個月勒緊褲腰帶，我也有結婚的那一天!」結婚的多，被安排相親的也不少。「作為一名大齡女青年，回家的後果就是一場場的相親。」網友「小七」，27歲，在父母眼裡已經是標準的剩女，每次打電話都不忘提醒她趕緊找個男朋友，母親在家也發動七大姑八大姨為她張羅對象，這次國慶回安徽老家，她已做好準備接受一場場的相親考驗。

上海東方明珠塔 迎第5000萬名遊客



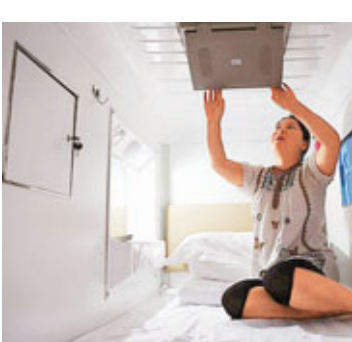
香港文匯報訊 3日上午10:08分，上海東方明珠塔迎來了第5,000萬名遊客。上海市民王越融女士和9歲的女兒沈苒苒共同分享了這份驚喜和幸福。國慶長假期間，東方明珠塔遊人如織。據東方網記者在現場看到，第二次帶女兒來東方明珠塔遊覽的王女士對於能夠幸運地成為東方明珠塔第5,000萬名遊客，她表示非常高興。在東方明珠塔的入口處，工作人員為王女士獻

西安膠囊公寓 長假「床」難求

香港文匯報訊 在內地，「膠囊公寓」(見圖)作為一種新興的住宿模式逐漸為越來越多的人所認知。今年「十一」長假期間，西安首家膠囊公寓銷售火爆，「床」難求。

3日上午，中新社記者來到位於西安南郊的一座高層住宅，一套三室一廳的居室被改造成了「膠囊公寓」，像一個個排列整齊的箱子，每個膠囊面積只有2.52平方米，但電視、梳妝台、電腦桌、無線寬帶等設施一應俱全，價格為38元人民幣一天，公寓內還為旅客專門設置了自助洗衣機，同時配有公用衛生間和吸煙區，一切顯得簡約而不簡單。

據西安膠囊公寓的負責人許女士介紹，該公寓今年6月試營業，前來住宿的客人以學生、旅行者及大學畢業找工作的年輕人人居多，主要是網絡預訂以及團購兩種形式，「十一」長



假前半個月，16個「膠囊」都被預訂一空。作為「膠囊公寓」的「房客」之一，來自西南財經大學的刁星月告訴記者，她對「膠囊公寓」的了解源於微博，此次假期來西安遊玩，恰好可以親身體驗。膠囊公寓的利與弊在網上也引發熱議，網友「miss琳達」表示，「膠囊公寓」並不適合長期居住，價格算下來住一個月得800元左右，比與人合租單房還貴。