

每天一杯酸梅汤 他血糖飙升

■海都记者 陈燕燕

大暑将至,闷热难当,康康喜欢啃青梅、喝酸梅汤,凉爽又解暑。不料,连吃两周,他的胃病发作了,血糖也开始飙升。

福建省中医体质调理学会会长、福建中医药大学国医堂医生林丽莉说,梅子既是水果,也有药用价值,但不是人人适合吃,即使是健康人群,也要适量食用。

神操作

喝冰镇酸梅汤 胃病又犯了

康夫人:每天一杯茶,不如一颗梅。我煮了酸梅汤,快来喝一杯。
康康:最近,我的胃病又犯了,血糖也超标,是不是酸梅汤惹的祸?
林丽莉:你的胃不好,不能喝冰镇酸梅汤,更不能加那么多冰糖!

康夫人:那我们不喝酸梅汤,直接吃青梅吧,纯天然,还能瘦身减肥。

林丽莉:肠胃虚寒、胃酸过多、胃溃疡、外感咳嗽、湿热泻痢、血糖高的人,还是不要吃梅子了,可能影响胃酸的浓度,导致胃肠蠕动加快,还容易腐蚀胃黏膜,出现泛酸、烧心等症状。



建隆/漫画



康达人
养生狂热爱好者(虚拟人物)



林丽莉

福建中医药大学
国医堂医生

医点通

梅子虽好 不宜过量

民间流传“吃梅接命”的说法,夏天多吃梅子能长寿。林丽莉医生说,梅子含油脂低,含钠低,不含胆固醇,富含纤维质、钾、钙、维生素A、维生素B₁、维生素B₂、酶类,每天饭后吃3~5颗青梅,不仅开胃提神,还可益肝养胃、降低血脂,有助于减肥。肝火旺的人宜多吃酸梅,情绪暴躁的人每天吃几颗酸梅,可保持心情愉快。梅子虽好,但不宜过量,也不是人人都能吃。

新鲜梅子大多酸涩,需加工后食用,林医生说,加工后的话梅也不能多吃,因为制作过程中

可能添加防腐剂、色素、香精等,吃得太多,可能诱发高血压等疾病。而且,梅子在加工时是经过脱水处理的,吃多了容易上火、口干舌燥,还可能便秘。

不过,梅子低温烘干后,闷至颜色变黑,可制成中药乌梅,能生津止渴、清热解暑,缓解消化不良、腹胀、轻微呕吐、咳嗽、感冒、轻微腹泻、胃不适、虚热口渴,还可调节新陈代谢。林医生仍然认为,食用乌梅也不宜过量,容易腐蚀牙齿,引起上火、咳嗽痰多。而且女性经期喝乌梅水,可能引起经血量少、颜色变深,甚至痛经。

与肉同食会中毒? 没有科学依据

网上流传,“梅子与肉相克,同吃会中毒,甚至致命”,引起了一些人恐慌。

林医生说,这个说法没有科学依据,临床也从未见相关病例或记载。中医认为“药食同源”,每种食物都有寒、热、温、凉偏性,同时食用两种性质相反的食物,营养成分可能遭到破坏,依据个人体质不同,可能出现一些不适。但

是,“食物相克”之说过于惊悚,按照日常饮食摄入量,即便两种食物会产生毒素,也不足以达到毒害人体的程度。

梅子性平无毒,有生津止渴、健脾开胃、解毒祛寒的作用,食欲不振和孕吐厉害的妇女吃梅子可促进食欲,减轻呕吐。利用腌渍青梅蒸鱼、炒肉、蒸排骨,酸酸甜甜,肥而不腻,别有一番风味。



健康小知识

梅子三吃 解暑又开胃

福州永泰等地盛产青梅,可直接食用,也可用来烹调或制作果脯、青梅酒等。暑日炎炎,林医生推荐了梅子的三种吃法,适合大多数人。

●酸梅汤

材料:乌梅50枚、山楂50克、陈皮15克、冰糖50克

做法:将乌梅、山楂、陈皮洗净,放入砂锅,加水2000毫升,浸泡30分钟后,大火烧沸,再用小火煮30~50分钟,加入冰糖,可冰镇后再喝。

功效:解暑败火,生津止渴,润肺利咽,开胃去油脂,缓解消化不良。

●青梅酒

材料:青梅适量、白酒

做法:将青梅浸泡到50度白酒中,加些黄冰糖,比例为1:1:0.7。放入玻璃罐里,密封紧实,阴凉避光处存放。一般3个月就可以喝,时间越久越好,2年以上的青梅酒,呈琥珀色,清香味美。

功效:养阴润肺,生津利咽。青梅酒虽是果酒,肝炎患者、胃溃疡患者、酒精过敏者、小孩不可饮用。

●青梅紫苏酱

材料:青梅2000克、红糖500克、冰糖1000克、紫苏1克、盐适量。

做法:洗净青梅,去除梅子蒂,用盐水浸泡;泡好的青梅去核,放入锅中,不加水,大火熬煮,煮沸后转小火,直到果肉成绵软的糊状,再加入红糖、冰糖,小火熬煮大概30分钟,加入紫苏,不断搅拌,熬煮到青梅酱变黏稠,果肉变黄绿色,趁热装入玻璃罐,盖上盖子,放置至冷却,放入冰箱冷藏。可入菜,做酸梅鱼、酸梅排骨,也能当果酱,还可泡水喝。

功效:生津止渴,补中益气。

兴业银行落地两笔碳排放配额质押融资业务

7月16日,全国碳排放权交易市场(下称“全国碳市场”)启动仪式在北京、上海、武汉三地同时举行,全国碳市场正式开始上线交易。在开市交易当日,兴业银行分别为黑龙江省某热电联产企业、浙江省某环保能源公司提供碳排放配额质押贷款2000万元、1000万元。据悉,两笔贷款的贷款人均为全国碳市场重点排放单位,以企业碳排放配额作为质押物,该行根据全国碳市场开市首日交易价格、企业自身生产经营情况等因素,综合为企业核定碳排放配额质押额度,有效打通了碳排放配额质押的各环节和流程,盘活了企业的碳排放配额资产。

兴业银行首次披露自身投融资活动碳足迹信息

7月14日,兴业银行深圳分行在业内率先发布了《2020年环境信息披露报告》,成为首个公开发布环境信息披露报告的全国性银行分支机构。该报告也是我国首个对外披露商业银行部分投融资活动碳足迹测算方法及结果的环境信息披露报告,为金融机构开展环境信息披露提供可复制、可推广的经验,促进金融机构更好履行环境与社会责任。据《报告》显示,2020年末,兴业银行深圳分行绿色贷款余额62.28亿元,绿色贷款支持的项目年节约标准煤6769吨,年减排二氧化碳14094吨,年综合利用固体废弃物75527吨,年减排二氧化碳156.03吨,年减排氮氧化物25.24吨。2020年办公场所二氧化碳排放量2035.43吨。

体彩开奖公告

中国体育彩票福建36选7第21081期开奖公告				中国体育彩票福建31选7第21191期开奖公告				中国体育彩票7星彩第21083期开奖公告				中国体育彩票福建31选7附加第21191期开奖公告				中国体育彩票福建22选5第21191期开奖公告				中国体育彩票排列3(福建省)第21191期开奖公告			
开奖日期:2021年7月20日				开奖日期:2021年7月20日				开奖日期:2021年7月20日				开奖日期:2021年7月20日				开奖日期:2021年7月20日				开奖日期:2021年7月20日			
本期开奖号码:01+02+07+10+11+16+22 25				本期开奖号码:02+05+11+13+18+25+27 14				本期全国销售金额:15145274元				本期开奖号码:02+04+05+11+13+18+25+27 14				本期开奖号码:02+04+05+19+16+22				投注方式:直选 组选6 组选5 组选4 组选3 组选2 组选1			
本期出球顺序:22+11+16+07+10+02+01 25				本期出球顺序:18+13+25+27+11+05+02 14				本期开奖号码:9 8 8 4 7 9 + 13				本期出球顺序:18+13+25+27+11+05+02 14				本期出球顺序:22+04+02+09+16				本期兑奖截止日期:2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。			
本期销售金额:934326元				本期销售金额:1028642元。				本期全国销售金额:15145274元				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
44542210.80元奖金滚入下期奖池。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期一等奖奖金:漳州3506030123门店1注(1注)。				本期销售金额:1046260元。				本期销售金额:2765428元,本省(区、市)销售金额341148元。				本期销售金额:13484466元			
本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				下期派奖期次派奖金300000元。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。				本期兑奖截止日期为2021年9月18日,逾期作弃奖处理。			
第21082期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21083期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00,止售时间:2021年7月21日19:00:00。				第21192期开奖时间:2021年7月20日19:30:00			