网友在东北虎豹国家公园频繁拍到野生虎，管理部门提示：

半道遇老虎 切忌围观挑逗拍摄

本报讯（付明千 记者 王铁军）近日，网友在东北虎豹国家公园核心区频繁拍摄到虎豹活动视频，引起关注。东北虎豹国家公园管理局提醒，虎豹是猛兽，切勿去围观，在虎豹活动区域，如非必要，切莫擅入山！

近年来，虎豹公园不断加大保护力度，虎豹等野生动物数量逐渐增多，增加了人们遇见野生动物活动的可能。为防范人虎冲突事件发生，虎豹局通过发传单、悬挂条幅、张贴海报等形式，进村入户强化宣传教育。利用广播、电话、短信、微信通知等方式，提醒周边群众及时避让。在虎豹经常出没的重点路段设立安全警示牌。此外，还建立补饲点为有蹄类动物在冬季顺利过冬补充食物，同时也保障了虎豹在冬季食物充足。

怎样避免遇到老虎？

1.不猎捕、收购、消费野生动物。由盗猎导致的猎物数量降低会导致老虎食物不足，饥饿的老虎可能会靠近居民区寻找食物。野生动物还可能携带传染病，食用或接触野生动物也会增加感染疾病的风险。

2.在老虎栖息地，最好不要养狗。狗容易引来老虎的攻击，还可能连累狗的主人。老虎会持续多日跟踪狗，并来到森林中人类居所的附近。受到攻击的狗会躲到主人身边，从而给人带来危险。如果你居住的地方靠近老虎栖息地，建议不要带狗进入森林。

3.不能捡拾虎的猎物。老虎会持续几天守在被捕杀猎物的附近，也能在猎物被拿走后顺着猎物的痕迹找到人的住所。

4.如果当地近期曾发生过老虎袭击家畜、狗的情况，或者有人看到过老虎，建议不要进入这里的森林。

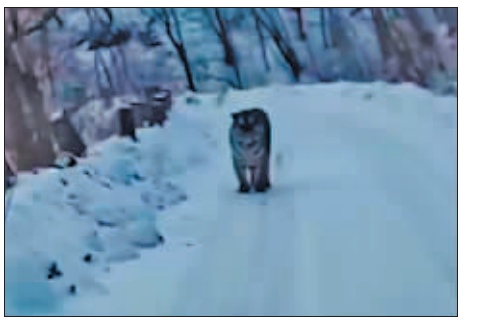
5.晚上应把放养的牲畜赶回圈舍内，不要在森林中散放。

人虎相遇该咋办？

1.与带幼崽的母虎相遇：带幼崽母虎攻击性更强，如果遇到，必须立即冷静撤离，沿原路边走边退，千万不能转身就跑。如果只发现幼虎，母虎极有可能就在附近，应尽快冷静地离开现场。

2.与体弱、受伤的老虎相遇：受伤或衰老的老虎会前往居民点附近寻找食物。发现后应立即通知主管部门，远离该区域。

3.在道路上遇到老虎：在此情况下不可以打开车门、车窗、禁止下车，禁止围观、挑逗、恐吓、追逐、拍摄等行为。应尽量避让，待老虎离开后，快速撤离此区域。



网友在路上拍到老虎。 视频截图

新闻链接

东北虎豹国家公园位于我国吉林、黑龙江两省交界的老爷岭南部区域，与俄罗斯、朝鲜两国毗邻。东起吉林省珲春林业局青龙台林场，西至吉林省大兴沟林业局岭东林场，南自吉林省珲春林业局敬信林场，北到黑龙江省东京城林业局三道林场，是野生东北虎、东北豹最主要的活动区域。

■《家鸭引来野生鸭 成小区“团宠”》报道追踪

三只小鸭在“候鸟天团”过得挺滋润

头顶“绣球”绿头鸭当“首领”了

本报讯（记者 王铁军/文 哈报手机记者 宋永国/摄）去年11月19日，本报报道了《家鸭引来野生鸭 成小区“团宠”》一文，松北区保利水韵长滩三只“流浪小鸭”成了小区的“贵宾”，在爱心人士帮助下，“乔迁”何家沟。如今，它们过得滋润着呢，不仅引来几只新成员，头顶“绣球”的绿头鸭还当了“头领”。

三只小鸭“搬迁”到群力新区何家沟水域后，小家伙们很快就适应了新环境。据爱鸟人士宋永国观察，该水域聚集了大量候鸟和留鸟过冬，三只小鸭的加入，没有受到老成员的排斥，相反，它们在“候鸟天团”里生活得越来越自在。

最近发生了一件新鲜事，三只小鸭中头上戴缨的绿头鸭，在鸭群中的地位“升级”了，也许是因为它头顶上的“绣球”绒毛独树一帜，别的鸭子都愿意追随它，贴身左右，俨然把它当成了“首领”。而且，又有几只从别处飞来的绿头鸭加入到“候鸟天团”，目前在何家沟过冬的候鸟光野鸭就有15只。

两岁柯基犬寒风中瑟瑟发抖

它找不到家了，结果暖心……

本报讯（记者 黄晏君）“太感谢你们了！帮我找回了狗狗。”日前，在南岗公安分局七政街派出所内，栾女士看到离家未回的柯基犬，向民警连声道谢。

8日8时10分许，南岗公安分局七政街派出所民警王福深、贾伟涛巡逻至七政街附近时遇到市民反映，附近有一只柯基犬找不到主人了。两名民警跟随热心市民来到现场看到，一只柯基犬正在寒风中瑟瑟发抖。民警将柯基犬抱回派出所，给它准备水和食物，在辖区居民群和朋友圈转发信息，寻找它的主人。

10时许，民警接到辖区居民栾女士打来的电话。证实是自己的狗狗后，栾女士立即赶到七政街派出所。柯基犬看到主人后立即迎了上去。原来，家住元和街附近一楼的栾女士8日早晨刚一开门，家里两岁的柯基犬就跑了出去。她和家人追出去，找了两个小时也没找到。后来，他们在朋友圈里看到狗狗被民警收留。栾女士表示，今后一定看管好自家的狗不让它乱跑。

我国每10人就有1人患糖尿病

这些饮食误区你中招了吗？

当今社会，糖尿病已经成为一种常见的慢性病。不但中老年人群会得病，甚至不少青少年也患了糖尿病。

据新华视点近期报道，国际糖尿病联盟（IDF）2021年发布的数据显示，我国糖尿病患者（20–79岁）达到了1.409亿，每10个成年人中，就有一个糖尿病患者。每2个成年人中就有1个糖尿病前期患者。

然而，在糖尿病发病率与日俱增的大背景之下，仍然有许多人对糖尿病不甚了解，饮食上也存在很多误区。

下面我们就来谈一谈关于糖尿病的三大误区。

误区一：不吃甜食，血糖就不会升

甜味的糖会升高血糖，但没有甜味的淀粉在消化之后也会变成葡萄糖。所有含淀粉的食物，比如米、面、高粱、燕麦、红薯、土豆等，也都会升高血糖。因此，这类型的食物，吃的量必须控制好。

误区二：糖尿病人放心选择无糖产品

很多所谓的“无糖产品”，比如无糖饼干、无糖麦片、无糖藕粉等，虽然不含有人工添加的蔗糖，但仍然含有大量淀粉。有的甚至还添加了淀粉糖浆、葡萄糖浆、麦芽糖浆、麦芽糊精等配料。它们升高血糖的速度毫不逊色于日常所吃的白糖，所以还是少吃为妙。

误区三：糖尿病人不能喝牛奶和酸奶

有些人觉得，因为牛奶里含乳糖，酸奶含少量乳糖和蔗糖，所以不适合糖尿病人食用。虽然牛奶里含乳糖，但其血糖反应仍然比米饭馒头低得多，而且在早餐喝牛奶配合粮谷类主食，能延缓餐后血糖上升的速度。酸奶中的乳酸有延缓餐后血糖上升的作用，含糖酸奶血糖上升速度也比米饭馒头慢，无糖酸奶更是不错的选择。

其实，对于糖尿病人的饮食，原则只有一个：控制总能量，保证营养均衡。那么，糖尿病患者的饮食该如何合理安排？少油少盐又少糖该怎么吃？为了解决大家的疑问，本次新晚报“健康冰城”栏目邀请到了黑龙江中医药大学附属第一医院内分泌科副主任杜丽坤（主任医师，三级教授，中医内科学博士，中西医结合博士后，博士研究生导师）给大家分享《糖尿病，远不止降糖这么简单》专题讲座。在直播节目中，有被糖尿病困扰的读者可直接参与直播与杜丽坤医生对接、问诊，免费挂号。

■**直播时间：**1月10日（星期一）19:30

■**参与办法：**1. 手机微信关注新晚报微信公众号，点击“健康冰城”栏目获取更多专科医生出诊信息。

2.扫描下图中二维码咨询小编，可直接对接杜丽坤医生。