

立春并非入春 先别急着脱棉衣

2月4日17时46分“立春”

“一年之计在于春”

每年的公历2月4日左右为立春，此时太阳达到黄经315度

在天文意义上，立春，揭开了春天的序幕，表示万物复苏，充满生机

但从气候学上来说，它仅仅是春天的前奏

立春之日

- “迎春”，是中华先民于立春日进行的一项重要活动
- 民间还有“打春”习俗，是以“鞭打春牛”来“催农耕作”，带有典型的农耕特质
- 另外一项重要习俗就是“咬春”

寒随一夜去，春逐五更来。

资料图片

□本报记者 吴艳敏 王璐

熬过了前一段时间的寒潮天气，最近几天的太阳照得人身上暖洋洋的。今天我们迎来了二十四节气中的立春，人们常说“一年之计在于春”，从今天开始，努力奔向自己的2016吧！

眼看着气温逐渐升高，不少爱美女孩迫不及待地脱下了厚重的羽绒服，换上了轻薄的大衣，然而家住市区文化路的常露静刚减了衣服就感冒了。“白天在外面跑着也不觉得

冷，晚上一回家就觉得鼻子痒痒的，一直打喷嚏，看来是棉袄脱得早了。”常露静说。

除了常露静这样爱美的女孩，还有一些人对最近乍暖还寒的天气很是摸不着头绪。一不小心，吃点东西就上火了。那么立春后，市民该注意哪些事项呢？昨日，记者就此问题采访了市中医院内一科主任、主任医师申明宣。“每年立春，天气回暖的时候，总有不少因为急着脱掉厚棉衣而导致感冒的患者。这不，才半个小时我就接诊3位感冒患者了。”申明宣告诉记者，“立春只是表征由冬

到春转换过程中的一个节气。俗话说，春捂秋冻，市民捂了一个冬季，立春之后乍暖还寒，早中晚温差较大，而此时人体对寒冷的抵抗能力反而有所减弱，所以不宜过早把厚棉衣脱掉。另外，这段时间天气干燥，易诱发各种呼吸道疾病，如流感、肺炎、哮喘等。”

申明宣提醒市民，立春后应慢慢脱去厚衣服并调理饮食。注意补充水分，可适量多喝些姜汤，多吃些水果和蔬菜。每天上午天气好的时候，开窗通风两个小时以上。尽量别去人流密集的地方，以免感染病菌。如果身体出现不适，应及时到医院就诊。

相关链接

“咬春”吃萝卜 理气又化痰

立春既是节气，也是节日，除了“迎春”和“打春”，还有一项习俗是“咬春”。过去“咬春”就是买个白萝卜吃，现在“咬春”多是吃春饼和春卷。白萝卜有清热生津、理气、消食化痰的作用，生吃偏于清热生津，煮熟偏于行气消食。春季食用，可用来防治痰多咳嗽、咽痛、伤食腹胀、便秘等病症。对于春饼和春卷来说，妙就妙在可以与各种食材搭配而食。比如北京有酱肉、菠菜、绿豆芽，天津有韭黄、香椿芽、粉丝等，长沙则有当地的特产腊肉……可谓丰富多彩，都融进了当地特色，也融入了春天的味道。

今明两日，我市以多云天气为主，气温有所回升。

今明两日天气

今天 多云，偏南风2级至3级，-2℃~9℃。

明天 晴间多云，西北风4级左右，-5℃~9℃。

(感谢胡艳萍提供信息)

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

业务联系：13643950039 王女士 13781707655 宋丽君 18236226550 朱大丽

工商·资质·财务

房建·公路·市政·水利
通信·电力·消防·机电
装饰·园林·环评·钢构
承装·承修·电梯·劳务

代理记账
一般纳税人认定、申报
快办营业执照

电话：15603959355 3222618
地址：会展中心工商大厦826室

急用钱 请找我

上班族：工作证明，工资流水，居住证明。
恒楼贷：按揭房或全款房均可。
车贷：按揭车或全款车均可。
保单贷：保险缴满1年，满2400元均可。
助业贷：营业执照6个月以上均可。
没车没房也可贷，我们看你的赚钱能力。

详询：15903953617 梦梦

诚寻伙伴

我公司现有好项目，需投入资金300万元，现寻找合作伙伴，共谋发展。

电话：13733995222 李先生

婚介信息

世纪缘

本土专业婚介服务机构

今年过年不放假，只为单身有个家！

全国加盟招商热线：4000931173

网址：www.sjyhjw.com
地址：市人民路美盛大厦B座十楼
相亲热线：2193193 2121213

教育培训

达芬奇专业美术学校

美术高考、中考强化速成
中小学美术素质培养

15839589236 13703859422
地址：①源汇区 ②铁东 ③沙北

百业信息

商标注册

15839595389

国家工商总局备案代理机构
15年相关行业代理经验：商标注册、专利申请、版权登记、公司注册

投资咨询

个人贷款

上班族、有房族、有车族、保单族和有营业执照者均可贷。

13949867767

保洁服务

洁爽保洁公司

专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗
石材 地毯 专业外墙漆

6188458 13653950591

家政服务

家天下家政公司

月嫂 育婴 保姆 保洁 护工 钟点工
6666991 15139506611

旺铺租售

急售

召陵区政府旁门面一间，25m²，低价急售。联系电话：13683957521

急转6路公交车

价格面议 13781723679

漯河贷款

手续简单，放款快。18603957093

汽车租赁

114转 顺利汽车租赁

租赁轿车、面包车、商务车、陪练车及婚庆车。

2189799 13839510998 13939588683
泰山路烟草宾馆201房间 15139555517

母婴关爱中心

乐帮家政

月嫂 育婴 保姆 保洁 护工 钟点工
5571157 18639995528

旺铺转让

中华市场南门外斜对面，85m²位置好，适合各种生意。18137389059 13213209829

征婚

某男，无婚史，38岁，异地市直单位上班，研究生，身高1.74米，市区有房。要求女方28~35岁，无婚史或短婚未育，身高1.58米以上。联系电话：13613955896

房产抵押贷款

利息低，当天放款。13733979558 5565877

心理咨询

专业解决青少年问题
博瑞智教育：厌学、网瘾、叛逆、早恋等
泰山路实验中学南 3132277 13323678987

雪绒花 母婴关爱中心

工商注册 专业放心
春节期间中高级月嫂、星级月嫂、产后开奶、满月发汗、育婴师、保姆预定……

13939531652

厂房仓库出租

钢鸽大道东，有厂房仓库对外出租，交通便利，水电齐全，价格面议。李先生18903959888

寻求合作

现有厂地、厂房、好项目，寻求合作。
电话：17703953066

中玉房地产经纪公司

房产抵押贷款
银行资金对接
手续简单 当天放款

2312688 3122333
13938025083

招聘信息

高薪诚聘 内科医生5名，另招护士数名。电话：13673826187

信德保洁公司

◆工商注册 ◆专业保洁
◆石材翻新 ◆单位保洁
◆地毯清洗 ◆化粪池清理
◆木地板翻新 ◆外墙清洗
◆抛光打蜡

www.lhxdbj.com
电话：15039500115

牵手婚介

与智慧村强强联手，为单身男女提供高层次、高素质的婚姻介绍咨询服务，包成功。女士征婚免费。

诸葛又亮村(智慧村)服务项目：企业策划、婚姻调解、八字预测、起名、婚姻或搬家择吉日、易经研究、培训等，售易经培训班教材。

地址：郾城区华山路中段诸葛又亮村
地址：嵩山路桥南南环保局对面进喜八字预测
15139556989 15239518698

兼职信息

要兼职 要派单 要旅游 找海岩

漯河海岩兼职中心携3000名人才，为商家提供专业发传单、促销、家教、企业管理和市场营销咨询、人才推荐与培训、装饰装修、漯河畅游天下旅行社、带您畅游天下、漯河畅游天下旅行社暨金点子广告传媒兼职招聘经理10名。

微信QQ:2505887798 电话:15139518399