

爱美女性，初春时节——
脚踝和脖子别外露

□本报记者 朱红

初春时节乍暖还寒，然而记者在街头看到，上身穿着大衣或者棉衣，配上九分裤、运动鞋的美女们很多，而且她们的打扮有一个共同的特点，就是都露出一截脚踝，露出脖子。殊不知，22岁的女孩蓉蓉就是因为这样的打扮发烧了。3月16日，市中心医院副主任医师罗威告诉记者，“春捂秋冻”是有一定道理的，在初春时节，脚踝和脖子以及膝盖等部位不能受凉，否则会落下病根。

露出脚踝 被冻发烧

前几天，看到天气还不错，蓉蓉就脱下厚厚的羽绒服，学着韩剧女明星的装扮，换上了颇吸引眼球的衣服：粉绿色的大衣，黑色九分瘦腿裤，露出了脚踝部位。蓉蓉的妈妈劝她，天气



还有点儿冷，这样穿不行，会冻出毛病的。但是蓉蓉不以为

然，非要这样穿，还跟她妈妈说：“韩剧里美女都是这样打扮的，好看又显瘦。”弄得她妈妈哭笑不得。昨日上午，记者在医院见到了正在输液的蓉蓉。蓉蓉告诉记者：“早知道会冻出病，我就不那么穿了。”记者在街头看到，一些美女们还露出了长长的脖子，穿着很薄的丝袜，让路人看一眼都会打寒战。

初春时节 注意保暖

罗威医生告诉记者，初春时节早、晚温度还很低，一定要注意保暖，特别是脚踝、脖子。一般人都认为脚踝受点凉没啥，其实脚踝承受着全身的重量，是人体比较脆弱的地方，上面分布着淋巴管、血管、神经等重要组织。如果脚踝受凉，会连带着对整个身体造成损害。如果不注意脚部的保暖，容易造成脚踝本身的疼痛，还可能导致关节活动不利索，以及关节麻木感等，所以建议大家外出时还是要保护好

脚踝，不能只要风度不要温度。

罗威医生说，在平时，人们只要感觉冷就要注意保暖，而不要分季节，并不是只有在冬季才注意保暖，不能露出脚踝，除了夏季，在春、秋两个季节也要注意，因为当脚踝受凉没有明显的感觉，但是当你感到寒冷的时候，就可能已经被冻病了。无论季节，都可以在晚上临睡前泡脚，以增强身体机能。

另外，在当下这个季节，最好也不要露出脖子，对脖子的保暖很重要，否则容易诱发肌筋膜炎。外出时可以围上围巾，既能保暖，又显得飘逸。患有颈椎病的人在晚上可用热水袋外敷，以促进颈部血液循环，严重的则需要到医院就诊。

“还有，爱美的姑娘身着短裙，穿很薄的丝袜也不好，容易患上‘老寒腿’，因此，现在这个时节还是要以保暖为主，否则冻出病就得得不偿失了。”罗威医生提醒。

出门看天

春暖花开，阳光明媚，沙澧大地浓郁的花香和淡淡的青草味，让人忍不住想要走出户外。春季锻炼要以慢运动为主，锻炼时以微微出汗为宜。

今后三天天气

3月17日 阴转多云，6℃~19℃。

3月18日 多云间晴，7℃~21℃。

3月19日 多云间晴，9℃~22℃。

(感谢顾佳佳提供信息)

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：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●劳务●钢构
装修●通信●电梯●环评

快办营业执照●代理记账
电话：15603959355 3222618
地址：会展中心工商联大厦826室

热烈庆祝北京银行消费贷公司
登陆漯河

公司主推公务员贷款、房贷、车贷、信用卡贷款。
欢迎新老客户光临指导！
咨询电话：0395-5679006
18039590090

地址：舟山路与黄河路交叉口北50米

宝泉佳创投资

寻找优质项目如房产、企业、新能源、学校、种植、医院、厂矿、在建工程等，高薪聘业务员，手续简单，放款迅速，不收取任何费用。
联系人：15805518582 秦总
邮箱：2045656836@qq.com

出租

火车站昌建快捷宾馆写字楼，39m²，设施齐全，装修典雅。
出租电话：13781746666

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

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·专利申报·版权登记·公司注册

厂房仓库出租

银鸽大道东，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

高价收

名烟名酒各类高档礼品
各种库存积压老酒
13653997715

市中心门面出售

马路街与交通路交叉口向东100米，邻街，两层200m²，底价340万元，非诚勿扰！电话：18939597378

出售

沙河旁亚泰名仕公馆2#楼21楼三室两厅两卫毛坯房，118m²，68万元。联系电话：15690689897

漯河门面

市内门面房应有尽有，买售门面我帮忙。
经纪人：18839585188

厂房招租

源汇区大刘镇，有厂房2000m²，临街门面500m²，水电齐全，交通便利。

售房

大河花园小高层，7楼130m²，10楼91m²，阳光福园22楼117m²，7楼90m²，淞江路西段方汇花园6楼108m²（不含阁楼），低价出售。
联系电话：13781713967

售房

兰乔圣菲15栋14/17，99m²，精装修，57万元。联系电话：15239577610
水木青城8楼，90m²，新房未装，27万元。联系电话：15839578887

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、装饰装修设计、漯河畅游天下旅行社、带您畅游天下。另招畅游天下旅行社暨金点子广告传媒兼职营销经理10名。
微信：2505887798 电话：15139518399

投资咨询

急用钱 请找我

上班族、有房族、有车族、保单族、营业执照均可贷，1万元~100万元，手续简单，最快当天放款。18539509880 张经理

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

急用钱，请找我！

上班的、有车的、有房的、保单的、做生意的均可贷，不收任何手续费。15890213739

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。
18503955762

房产抵押贷款

利息低，当天放款。
13733979558 5565877

寻求合作

现有厂地、厂房、好项目，寻求合作。
电话：17703953066

急用钱 请找我

上班族、有房族、有车族、营业执照、保单族、个人流水均可贷款。
13513850597

银行贷款

公务员、事业单位人员、名下有按揭房均可。最高额度30万元，放款快（1~3个工作日），利息低，前后期无任何费用，一次合作终身朋友。
财富热线：13523746351

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

乐帮家政

月嫂 育婴 保姆 保洁 护工 钟点工
5571157 18639995528

（工商注册）信德保洁公司

石材翻新 单位保洁 地毯清洗 化粪池清理 旧木地板翻新 外墙清洗 抛光 打蜡
www.lhxdbj.com 电话：15039500115

招聘信息

高薪诚聘

内科医生5名，另招护士数名。电话：13673826187

招工作人员20名

资料管理员、行政办公员、业务管理员，25岁~45岁，月薪1500元~5000元。15239538612周主任

高薪诚聘

业务经理年薪20万元
15036996316 张经理

中玉房地产经纪公司

房产抵押贷款
月息1分5
手续简单 当天放款
坚持诚信经营 办理快捷高效
2312688 3122333
13938025083

家政服务

巾帼月嫂公司

金牌月嫂 育婴师 保姆 护工 保洁
3156865 13939537899

家天下家政公司

月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训
6666991 15139506611

雪绒花母婴关爱中心

金牌月嫂 育婴 催乳 小儿推拿 满月发汗 保姆护工 培训月嫂、催乳
13939531652

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

养老服务

漯河健安养老院

环境优美、设施齐全、护理专业、医养结合。漯河人民东路，3515院内。15903955850

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。
美盛大厦左拐角 电话：2129777
2189795 13839510998 13939586683
泰山路顺泰宾馆201房间 1513955517

健康咨询

失眠专家问喜洋

中国睡眠研究会会员
地址：郾城太行山路北段沙田艺林苑斜对面 电话：6155120

婚介信息

世纪缘

本土专业婚介服务机构
邀请式（I-尚爱）
相亲派对开始报名啦！
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

●征婚：女（62502）33岁，离异，1.62米，有一女孩，企业打工，善良朴实贤惠能干。寻稳重踏实、顾家爱家的男士。电话：13523953597 QQ：1799401790 微信：zsx15936618011

●征婚：男（91709）53岁，离异，1.74米，国企人员，现经商，小孩已成家无负担，性格开朗。寻人品好、能持家的女士。电话：2116177 QQ：571887149 微信：luoh6179

●征婚：女（32948）27岁，未婚，1.60米，本科，国企文员，长相甜美，性格开朗。寻阳光开朗、有上进心、有素质的男孩。电话：2193193 QQ：1799401790 微信：luoh6179

●征婚：男（31803）28岁，未婚，1.76米，私企有婚房，踏实稳重，为人真挚。寻年龄相当、心地善良的女孩。电话：2121213 QQ：571887149 微信：lshyhj

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，一包到底。男女士征婚免费。
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：郾城区华山美食城中段诸葛又亮村
15139556989 13603950655 15239518698