

# 初春常咳嗽? 看看咋预防

□本报记者 朱红

“前段时间有点受凉,没有流鼻涕、打喷嚏等症状,主要就是咳嗽。刚开始没在意,心想自己年轻,能不吃药就不吃药,能扛就扛,因此并没有请假休息。”昨日,市民王娜告诉记者,谁知一周后,不仅没扛过去,反而越来越重,咳嗽起来喘不上气,胸闷头疼。不得已她只得去看医生,医生根据她的症状,建议去拍个肺部片子。拍片检查后发现,由于熬的时间长了,肺部都有炎症了,吓得她赶紧吃药治疗。

春季乍暖还寒,昼夜温差大,而且刮风天气较多,一些人容易感冒咳嗽。尤其是一些体质较弱的人群,比如老

人、孩子或过敏体质者,更容易患上感冒、咳嗽、过敏性哮喘等病,而且长时间不愈。那么对这类人群来说,应该怎样预防?近日,记者就此采访了市三院内二科副主任医师段继豪。

段继豪说,其实咳嗽就是一种炎症,一般孩子体质偏弱,更容易患上咳嗽。平时一定要让孩子多喝温开水,同时要注意观察孩子咳嗽的症状和时间。注意不要给孩子吃凉性食物,饮食要清淡些,多吃各种新鲜的蔬菜。晚上再给孩子用温水泡脚,泡到微微出汗,让孩子多睡觉,以便尽快恢复体力。

“因受寒、内热而导致的咳嗽,家长可以在医生的指导下在家治疗,但也要分清情况。如果孩子突然咳得很

严重,并伴有呼吸困难,家长就要立即送往医院。咳嗽比较顽固,严重的可能会导致其他呼吸疾病,所以无论大人还是孩子,都应尽快治疗,以免加重病情。”段继豪说。

段继豪告诉记者,在初春季节,昼夜温差大,很多人都由于过早换下厚衣服,而导致感冒。春捂秋冻,在注意保暖的同时,还要注意以下一些基本事项,可以让人们少患病。如,室内应该经常开窗通风,保持空气流通,当下午温度开始下降时,应该及时关上窗户;出门时戴上口罩,避免吸入凉气,还要杜绝过敏源;加强体育锻炼,增强自身抵抗力;在饮食方面也应该有所注意,多喝水,少饮酒,少吃刺激性食物。



昨天,虽天气晴朗,但呼呼的风声阻挡了不少老人和孩子外出享受日光的脚步。

今后几天,天气晴好,但早晚气温仍低,最高气温在15℃左右,最低气温仍在冰点以下,温差较大,市民要注意添加衣物。

### 今后三天天气

3月2日 晴间多云,偏南风2~3级 -2℃~14℃

3月3日 晴到多云 3℃~16℃

3月4日 晴间多云 4℃~17℃

(感谢武威提供信息)

## 活虾行情俏 价格一路上扬

本报讯(记者 张晓甫 实习生 李宜书)“活虾价格已经从几天前的45元/斤涨到了现在的56元/斤,每斤涨了十多元。”2月28日,市民吴先生说,他早上去市场上买虾,没想到不到一个星期的时间,活虾的身价一路飙升,贵了好多。

3月1日早上8点,记者来到受降路农贸市场,在市场门口的几家海鲜店不时可见前来买虾的顾客。“活虾已经卖完了,现在只剩下冰鲜虾了。”一位店主告诉记者,这几天买虾的市民也比平时多了不少。

正在给顾客从冷冻箱里捞虾的师傅

说,要想买到新鲜的活虾得等到9点,但不到10分钟就会被抢购完,这样的情形已经持续了好几天。

“漯河的鲜虾基本上都是从郑州市市场批发过来的,一般是早上九点左右才运送到店里。”在该市场另外一家海鲜店里,一个忙着给顾客过秤的店员告诉记者,6月份以前,我市市场上的鲜虾大部分都是海南虾,经过郑州再到漯河。“等到6月份以后,山东大虾开始上市,市场的供应就比较充足了,价格也会慢慢回落。”一位经营了10多年海鲜的店主告诉记者,现在的海南鲜虾基本上因为路途远、运输成本高,导致供应

量偏少,鲜虾的价格也会比较高,甚至比春节期间也高出不少。而其他海鲜产品,由于消费需求不大,价格也没有太大变化。

“吃不上活虾,买点冰鲜虾也可以。”一位来买虾的顾客得知冰鲜虾价格是30元/斤,就直接要了两斤。

记者随后来到部分大型商场发现,不少海鲜柜台前,都难觅活虾,而冰鲜虾的价格并没有出现较大的波动。在市区辽河路一家大型商场,记者看到柜台上没有活虾,只有几行冰鲜虾摆放在冰块上,每斤冰鲜虾的价格也在40元左右。

### 生活小贴士

- 1.常吃夜宵,会得胃病,因为胃得不到休息。
- 2.一个星期只能吃四个鸡蛋,吃太多对身体不好。
- 3.饭后吃水果是错误的观念,应该饭前吃水果。
- 4.喝豆浆时不要加鸡蛋及糖,也不要喝太多。
- 5.空腹时不要吃番茄,最好饭后吃。
- 6.早上醒来先喝一杯水,预防结石。
- 7.睡前三小时,不要吃东西,会胖。

## 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

## 借款就到富华德

10年诚信经营,高效快捷办理。车辆、房产抵押借款,月息1分,购房分期7厘,当天放款。

15517678889 0395-6196177

## 回收烟酒 冬虫夏草

回收各种硬货、礼品 上门服务

联系电话: 13721309786

## 新林玉露

鲜如初 品而醇 养于身 蒸青茶 红茶 茶油 茶粉

地址: 泰山路南段全聚德饭庄斜对面(新林玉露) 电话: 2156077

## 婚介信息

### 世纪缘

白领相亲会所 2003年成立 2003年~2017年 找对象就到世纪缘

地址: 市人民路美盛大厦B座十楼 相亲热线: 3398505 2121213

●征婚: 男(31915) 32岁, 未婚, 1.76米, 销售, 阳光开朗, 有上进心, 有住房, 寻年龄相当、温柔大方、贤惠善良的女孩。电话: 2193193

●征婚: 女(32998) 34岁, 未婚, 1.60米, 经商, 肤白靓丽, 性格开朗。寻40岁以下、稳重踏实、爱家上进的男士。电话: 2121213

●征婚: 男(31873) 28岁, 未婚, 1.72米, 经商, 有房有车, 开朗幽默, 有事业心。寻温柔贤惠、会持家、不物质的女孩。电话: 2116177

●征婚: 女(32976) 27岁, 未婚, 1.63米, 本科, 教师, 肤白靓丽有爱心。寻有稳定收入、有理想、有抱负的上进男孩。电话: 3398505

## 财务审计

低价快办审计报告 电话: 13937188053

## 旺铺租售

售房 烟厂花园旁苹果派15楼(共16层), 99.6m², 现已出租(月租1600元), 售价43万元。13783078997

## 售门面房

1. 昌建外滩三楼营业房 183.06m², 欲售166万元; 2. 兰乔圣菲门面房上下层 264.7m², 欲售368万元。以上房屋均已精装, 现正营业中。 13513855615

## 售房

1. 孟南三利花园1楼带院, 140m², 精装修, 另有木地板、空调、暖气; 2. 宏昌新苑3楼, 东户129m², 毛坯房, 3室2厅2卫; 3. 宏昌家苑1楼, 东户125m², 毛坯房, 3室2厅带院。价格面议, 可办公积金贷款。 15039537638

## 大楼招租

交通路与人民路交叉口独立大楼, 临商场、停车场、车站, 已开通温泉、燃气、电梯。1楼8间门面房(原为中原银行及金店)、3至6楼60间标间(独立卫生间、空调)现对外招租, 可分租(每层16间), 适合做写字楼、宾馆、培训等。13783078997

## 售房

黄路路华山美食城门面房一至三层, 346.98m², 售价98万元。现营业中。 13938025083

## 投资咨询

贷款 公务员、事业单位、上班族、有社保/保单、有车、房、企业法人, 个体工商户均可办理 1万-100万元, 漯河本地户口6万-15万元, 最快当天放款。电话: 13569689939

## 安徽瑞正投资

重点投资高端制造业、农牧业、在建工程、企业扩建、房地产、矿山等项目领域的合作。诚聘驻地商务代表, 正式录用待遇优厚。15005650819李经理 邮箱: 15005650819@163.com

## 北业投资公司

投资各类大小项目, 地域不限, 企业、个人均可投资, 轻松解决资金困难。 电话: 023-63413769 15123365638

## 奢鑫投资集团

诚信快捷 区域不限 大额资金专业承接 房地产开发、土地、工程项目; 各类矿产资源、电站、酒店、学校、林业、种养殖业投资咨询。 诚聘商务代表 电话: 023-67988336 13330356121

## 招聘兼职

华夏保险漯河中支诚聘英才 20岁~50岁, 男女不限。好产品、好法规、好政策, 百万年薪不是梦! 报名热线: 18603952333 漯河市区会展中心旁建业壹号中心四楼

## 诚聘

某电子商务公司招聘: 电子商务运营主管1名, 美工1名(可兼职), 2年以上工作经验。工资待遇3000元~7000元。另招微信推广专员1名, 有3个以上成功案例。 联系电话: 2631169 13949891888

## 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

信德保洁 信汇装饰公司 石材翻新 单位保洁 地毯清洗 化粪池清理 旧木地板翻新 抛光打蜡 外墙清洗 www.lhxdj.com 电话: 15039500115

## 百业信息

转让培训学校 在学校门口, 属黄金位置, 环境精致整洁, 可带培训生及托管生, 现在在校生接近200人。盈利可观, 因老板去外地转让, 非诚勿扰。15703900780

## 转让

大刘镇一正在营业中蛋糕房转让, 接手即可盈利, 价格面议。 咨询电话: 15729322331

## 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。市区人民东路, 3515院内。15903955850

## 健康咨询

失眠专家问喜洋 中国睡眠研究会会员 地址: 太行山路与颍河路交叉口东北角 电话: 6155120

传递最实用的生活资讯 欢迎刊登分类信息