

春季呼吸道传染病高发

专家：谨记“春捂秋冻”

□本报记者 齐放

“春日春风有时好，春日春风有时恶，不得春风花不开，花开又被风吹落。”春季是万物复苏、草长莺飞的季节，但昼夜温差大，天气时暖时寒，病原体容易通过呼吸道侵袭人体，引起流行性感冒、麻疹、流行性腮腺炎、水痘、风疹、肺结核等传染病。对此，市健康教育所提醒公众注意预防。

不同呼吸道传染病的发病症状

3月30日，市健康教育所相关负责人告诉记者，常见的病原体主要为病毒、细菌、支原体和衣原体，如流感病毒、风疹病毒、脑膜炎球菌、结核杆菌等。

据介绍，不同的呼吸道传染病有不同的临床表现，一般起病急，有发热症状。

流感：一般表现为急起高热，有畏寒、乏力、头晕、头痛及全身酸痛等中毒症状及咽痛、干咳、流涕等呼吸道症状。

麻疹：症状有发热、咳嗽、流涕、畏光、眼结膜充血，口腔黏膜可见麻疹疹

膜，全身皮肤出现红色斑丘疹，皮疹自耳后、面部开始，自上而下扩展至全身。

水痘：发热与皮疹同时发生，或无发热即出疹。全身症状轻微，皮疹分批出现，迅速发展为斑疹、丘疹、疱疹与痂皮。

风疹：全身症状轻，一般表现为低热、皮疹和耳后、枕部淋巴结肿大，有时可伴关节痛。**流行性腮腺炎：**单侧或双侧腮腺和其他唾液腺急性肿胀、疼痛并伴有发热和全身不适为特征。

肺结核：是一种慢性传染病，主要表现为咳嗽、咳痰、咳血痰、胸痛、盗汗、疲乏、间断或持续午后低热、呼吸困难等。

“当出现以上任何一种临床表现要尽快到正规医院接受诊治，不要自行服用抗生素，被诊断为传染病后，应主动与健康人隔离，尽量不要去公共场所，防止传染他人。”市健康教育所相关负责人说。

如何预防春季呼吸道传染病

市健康教育所相关负责人提醒，春季呼吸道传染病预防与大家的工作生活密切

相关，可以通过以下方法预防：

注意防寒保暖，“春捂秋冻”，随气候适时增减衣服。

定时开窗通风，使房间有空气对流的机会，保持室内空气新鲜，如已有现症病人可进行居室定时空气消毒。

坚持有氧运动，有氧运动能够促进身体的血液循环，增强心肺功能，增加身体抵抗力，但要劳逸结合，运动过量会暂时性降低免疫力。适度户外运动，雾霾天应避免或减少外出活动，尤其是儿童、年老体弱者。

养成良好的生活习惯，生活规律，保证充足睡眠，均衡饮食，多吃水果蔬菜、多喝水、不吸烟、不酗酒。注意个人卫生和防护，注意勤洗手、勤漱口，不要用脏手触摸脸、眼、口等部位，不到病人家串门，必要时佩戴口罩。

儿童、老年人、体弱者和慢性病患者应尽量避开人群聚集、空气流通性差的公共场所。

儿童按时完成预防接种，一般人群可在医生的指导下有针对性地预防接种。



经历了雨水和降温的双重打击之后，我市重启“升温模式”。虽然早起有些许凉意，但随着午后阳光的照耀，最高气温爬到了16℃，明后两天在阳光的照耀下，最高气温会升至20℃左右。

今后三天天气	
3月31日	多云到晴 7℃~16℃
4月1日	晴间多云 4℃~20℃
4月2日	晴间多云 6℃~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

扫描二维码 做广告送广告
咨询电话：5670019

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

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~2017年
爱在17相亲交友
活动正在报名中

地址：市人民路美盛大厦B座十楼
相亲热线：3398505 2121213

财务审计

低价快办审计报告

电话：13937188053

出售房屋

螺湾小镇南区，3楼，3室2厅，94m²，带电梯，毛坯房，价格面议。电话：18739536636

投资咨询

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

家政服务

清爽保洁公司

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

保姆月嫂

雪绒花母婴关爱中心

服务内容：月嫂育婴 催乳 小儿推拿 满月发汗 保姆护工 岗前培训 安排就业
昌建东外滩A2座24楼21室 13939531652

●征婚：男(31881) 30岁，未婚，国企，1.75米，阳光帅气，独生子，家境优越，有上进心。寻28岁以下，1.65米左右，温柔大方、面容姣好的女孩。电话：2116177

●征婚：女(32984) 24岁，未婚，大专，1.65米，本科，行政单位上班，开朗大方，会理财。寻年龄相当、有上进心、有住房、稳重踏实的男孩。电话：2121213

旺铺租售

火锅店转让

位于建设路中段，两层400m²左右，房租便宜，客源稳定，可看营业报表，接手即可盈利。15985808598

出售房屋

沙北崂山路中段华东世纪城住房一套，5楼，146m²，中央空调，中等装修，实验中学学区，出售。电话：13507658993

百业信息

专业生产包子、豆浆

老韩味餐饮公司大量批发鲜冻、鲜冻包子及吸嘴豆浆、散装豆浆，支持早餐工程和单位团购，市内配送。诚招小区销售经理。13839519099

回收物品

高价回收2010以前的酒，数量不限。电话：18568056186

起名改名

周易预测

生意官运 财运 考试 工作 婚姻 解灾 起名 家居布局 新房规划 阴宅勘察
电话：15803958920 赵老师 15603958221
辽河路与舟山路交叉口向东100米路南农行家属院

●征婚：男(31849) 29岁，未婚，1.78米，个体，有房，开朗幽默，头脑灵活，有责任心。寻年龄相当、温柔贤惠、会持家不物质的女孩。电话：13383953328

仓库出租

双汇大厦南200米，有600m²仓库出租，交通便利。电话：15936608666

出租

电子科技大厦，南邻一高，源汇区人民路与五一路交叉口东南角，49m²，已装修，有燃气。电话：18903956635

转让或合作

李集镇保温板蘑菇大棚，房子占地面积1500m²，种植面积4000m²，房前空地4000m²，紧邻大路，也可作厂房。电话：13721387539

回收烟酒虫草

电话：15236700223

教育培训

弘毅堂书法高考

常年开设：高考书法教育、中小学生书法教育、成人书法教育，名师指导。
联系电话：15939531225

创世纪情缘婚介

(漯河店) CCTV-15套 11:56
CCTV-7套 17:27
全国连锁 品牌婚介
中国婚介行业知名品牌

厂房出租

人民路中段有厂房1000m²，水电齐全，有办公住宿地方。电话：15939525252

售房

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

招聘美甲师

诚招美甲师2名，工作地点：浙江绍兴。月工资底薪2500元加提成(5000~7000元)，包住，工作半年者可免费半年进修，有意去外地发展者请联系。电话：18239507533 陈女士

仓库招租

位于金山路黑龙潭政府东100米漯河港，有12000m²新建仓库对外招租，证件齐全，价格面议。
联系人：谢经理 13653998379

汽车租赁

顺利汽车租赁

对外租赁各种小轿车、商务车、旅游用车、婚庆用车及机场接送。
美盛大厦A座拐角处 电话：2129777
2189799 15729337700 13939588683
舟山路与海河路交叉口 1513955517

征婚：男，30岁，1.73米，独生子，短婚，阳光帅气，铁路系统工作。觅形象气质佳、有修养的女孩为伴。3380177 微信 1426269009

女，26岁，1.66米，未婚，本科，文静靓丽，有修养，企业文员。觅年龄相当、有上进心、事业单位上班的男孩。3380177 微信 1426269009

急售旺铺

现急售双汇路中段旺铺一套430m²，价格面议，非诚勿扰。联系人：万先生 电话：15839518016

售房

黄河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

售门面房

1.昌建外滩三楼营业房183.06m²，欲售146万元；
2.兰乔圣菲门面房上下层264.7m²，欲售338万元。
以上房屋均已精装，现正营业中。
13513855615

仓库招租

位于金山路黑龙潭政府东100米漯河港，有12000m²新建仓库对外招租，证件齐全，价格面议。
联系人：谢经理 13653998379

汽车租赁

顺利汽车租赁

对外租赁各种小轿车、商务车、旅游用车、婚庆用车及机场接送。
美盛大厦A座拐角处 电话：2129777
2189799 15729337700 13939588683
舟山路与海河路交叉口 1513955517

女，47岁，1.62米，离异，经商，形象气质佳，有一女儿上大学。觅年龄相当、工作稳定、有责任心男士为伴。5761314 微信 1426269009

急售门面

现急售人民路与解放路交叉口两套连排门面房，面积340m²和230m²，价格面议，非诚勿扰。联系人：马先生 电话：15936632008

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

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

欢迎刊登分类信息

地址：黄河路与金山路交叉口东外滩写字楼A2栋2223室
电话：18939531265
3380177 5761314
QQ:642739137
WWW.YHC.UTT.CC