

天冷了 要留心这些病

□本报记者 王培
见习记者 陈金旭

冬季人们在室内活动的时间较多,彼此接触的机会增多,很容易发生一些流行性疾病。那么,冬季有哪些容易发生的传染病,该怎样预防?12月4日,记者来到市疾控中心,了解相关情况。

市疾控中心传染病及地方病防制科的工作人员告诉记者,从近一个月的监测数据来看,其他感染性腹泻和流行性腮腺炎的患病人数比较多。

其他感染性腹泻是指除霍乱、细菌性和阿米巴性痢疾、伤寒和副伤寒以

外,各种病原体肠道感染引起的腹泻。临床表现是,每天大便三次以上,一般为稀便、水样便等,患者可能伴有恶心、呕吐、食欲不振等。

目前已引起腹泻的病原体有数十种,但国内报告以细菌性和病毒性腹泻占多数。虽然不同自然环境和生产、生活方式不同的地区,引起腹泻病的主要病原体有所不同,但总体上以志贺菌及轮状病毒为主。

那么如何避免患其他感染性腹泻呢?这位工作人员告诉记者,最好不要吃生冷食物,注意餐具、饮食的消毒卫生和个人卫生。

冬季,流行性腮腺炎又进入高发季节,这是一种儿童和青少年期常见的由腮腺炎病毒引起的急性呼吸道传染病,一般症状是发热、头痛、腮腺肿大、有触痛等。流行性腮腺炎通过直接接触、飞沫、唾液的吸入为主要传播途径,并且有可能引起脑炎、胰腺炎、心肌炎、肺炎等并发症。

该工作人员提醒市民,要预防流行性腮腺炎,大家一定要做好相关措施,家中 and 教室要勤开窗,增加室内空气流通,尽量避免到人群密集的地方,教育孩子要养成良好的卫生习惯,积极参加体育锻炼,增强体质。



今天6时32分将迎来“大雪”节气。“大雪”是农历二十四节气中的第21个节气,标志着仲冬时节的正式开始。

此时节寒中有湿,饮食不可过饱以防伤于脾胃,亦不可过于温补以防燥热内生,应饮食有节、微微温补。红枣、栗子之品可谓此时节微温饮食之上品。

起居调养宜早睡早起,老年人外出锻炼也要悠着点儿。

今后三天天气

12月7日	晴间多云 -1℃~9℃
12月8日	晴间多云 -4℃~9℃
12月9日	晴到多云 -1℃~12℃

感谢胡燕平提供信息

手被502胶水粘住 怎么办

□文/图 本报记者 陶小敏

502胶水黏性极强,一般几秒就可以将被粘物粘的牢牢实实。如果不小心被502胶水粘住皮肤或衣物,如何处理呢?

近日,网友“大耳朵图图”就遇到这样尴尬的事,她在用502胶水粘一件破损的工艺品时,手和工艺品被粘在了一起,两根手指也粘住了。

12月6日,记者采访了网友“大耳朵图图”。她告诉记者,12月4日晚上,家里一件骏马工艺品的一只马蹄断了,她想用502胶水将断马蹄粘住。

在粘马蹄的过程中,她的左手无名指和中指被502胶水粘在了一起,断马蹄也被粘在这两个手指上。“大耳朵图图”忍着疼痛,将手指和马蹄分开,结果手指被撕掉了一块皮,无名指跟马蹄



马蹄被502胶水牢牢粘在手指上。

依然牢牢地粘在一起。

“大耳朵图图”告诉记者,为了弄开502胶水,她立即用手机搜去除胶水

的方法,然后按照网上的方法操作。“用冷水冲了五分钟,也没啥用。我又用温水泡了十分钟,还是没用。面粉搓也没搓开,最后我用食用油洗开了。”说起当时的情景,“大耳朵图图”还是觉得有些尴尬:“有朋友说用小刀刮,我不敢试。虽然手指被分开了,但手指上还有两块胶水印去不掉,只好等它慢慢慢掉吧!”“大耳朵图图”说。

对此,记者在部分市民中进行了调查采访。市民范女士表示,自己曾不小心被502胶水粘住了睫毛,险些伤着眼睛,自此后便不敢再碰502胶水;而市民李女士则表示,有一次手被502胶水粘住后,是用家里的卸甲水洗掉的。

“希望大家以后用502胶水时要小心,最好戴上手套。”“大耳朵图图”提醒大家。

“暖冬行动”期待您的加入

本报讯(记者 朱红)2017年第四季漯河晚报“暖冬行动”自11月7日启动后,记者通过爱心团队推荐、社居委提供等渠道收集了100多位需要帮助的孤寡老人、空巢老人和贫困家庭等。目前,“暖冬行动”正如火如荼地进行。

记者了解到,在这100多位孤寡老人、空巢老人当中,其中临颖县的16位孤寡老人、空巢老人已由马巧歌等爱心人士“认领”,并购买了米面油、棉衣和棉被等物资,送往老人家中。

记者获悉,今年和谐家庭幸福基金会及漯河公益志愿者团队、河南星火志愿团漯河分团、河南三铭吾公益志愿团、情暖沙澧爱心公益联盟等爱心团队和爱心企业表示愿意加入漯河晚报“暖冬行动”,共同为需要帮助的老人和家庭奉献爱心。

在对马巧歌等爱心人士表示感谢的同时,也期盼有更多的爱心企业加入进来,让爱心在这个冬天得到传递,温暖老人的整个冬天。



冬季养生小妙招

1. 喝粥调养。晨起服热粥,晚餐宜节食,以养胃气。特别是羊肉粥、糯米红枣百合粥、八宝粥、小米牛奶冰糖粥等最为适宜。
2. 补充充足的水分。冬季每天喝的水一般保证在2000~3000毫升就够了。
3. 适当运动出汗。在锻炼身体时要动静结合,所有运动只宜微微似汗出为度。
4. 护脚保暖。冬季鞋袜要勤洗勤换,每天晚上用温热水泡脚20~30分钟,如果能使用一些中药足浴粉,则能使气血循环达到事半功倍的效果。
5. 多食温热,少食寒凉。温热性质的食物包括高粱米、栗子、大枣、核桃仁、杏仁、韭菜、香菜、南瓜、生姜、葱、大蒜等。

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。

联系电话: 0395-3132295 3117189 13781707655

出租出售

门面房出售

郾城黄河广场附近有一门面房出售,五百多平方米,手续齐全,价格面议。18839509763

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

家政服务

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

家天下家政公司 月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训 6666991 15139506611

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

投资咨询

现有厂房场地寻求合作 电话:17703953066

低息快贷 车辆、房地产抵押贷款,抵押房再贷,中小企业信用贷款。13663953098 黄河路华山美食城南口

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

百业信息

易经研究

生意财运 考试工作 婚姻 生克化解 起名 家居布局 新房规划 地理勘察 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

门面房租售

兰乔圣菲门面房上下两层267m²,豪华精装,临黄河路和社区大门,位置优越,交通便利,可做办公美容保健精品服饰等。13903955896

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 常年培训 安排就业 昌建东外滩A2座24楼21室 13939531652

乐帮家政公司 月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训 5571157 18639995528

婚介信息

世纪缘

白领相亲会所 2003年~2017年 世纪缘全城寻找 诚心找对象的人 地址:市人民路美盛大厦B座十楼 相亲热线:3398505 2121213

●征婚:女(91760)48岁,离异,1.67米,个体经营,温柔贤惠,懂得照顾人,觅成熟稳重的男士。电话:2121213 微信:13523953597

●征婚:女(33024)27岁,未婚,1.65米,本科学历,卫生系统,知书达理,有责任心,寻温柔大方的女孩。电话:13193907179 微信:13193907179

●征婚:男(31923)28岁,未婚,1.78米,大学本科,公务员,年轻有朝气,寻温柔大方的女孩。电话:18839527539 微信:luohe6179

●征婚:女(62594)32岁,离异,1.65米,本科学历,卫生系统,性格开朗,想寻找一位成熟稳重的男士。电话:2193193 微信:zxcvbnm0928asdghjkl

欢迎刊登分类信息

传递最实用的生活资讯