

健康提醒

夏季,室内过敏高发

无论你喜欢与否,过敏袭来时,它依然会悄无声息地来,甚至成为一生的累赘。根据世界变态反应组织调查显示,过敏性疾病的发病率呈逐年上升趋势,甚至有88%的人在3年内曾被过敏“光顾”过,这给患者的身心带来极大困扰。

目前,大家对过敏性疾病的认识还存在很多误区,特别是在为什么会过敏上。

中华医学会耳鼻咽喉科学分会原副主任委员、首都医科大学附属北京同仁医院客座教授顾之燕告诉我们,不少人觉得,在屋里,就可以减少和室外过敏源接触的机会,因此家称得上是防过敏的避风港。殊不知,室内环境一点儿不比户外安全,夏季尤其如此。

“由于夏季室内环境闷热且潮湿,致使室内的空气污染比户外高出5倍,因此是我国一年中室内过敏的高发时节。如果不能发现过敏源并及时清除,过敏的症状就会接踵而来。”病人可能出现鼻塞、鼻痒,眼部发痒、流泪、肿胀、充血,打喷嚏,喉咙沙哑、肿胀等,甚至可能加重过敏病情。因此,一旦家中有人出现这些情况,一定要提高警惕,及时就医,以免耽误。

顾之燕指出,尽管室内可能存在更多的过敏源,但相比户外的环境,室内的过敏源更容易得到控制。“因为它们都是我们生活中触手可及的东西,‘对症下药’容易得多。”

除了避免接触过敏源外,药物控制过敏也必不可少。从安全角度考虑,治疗过敏疾病应使用第二代抗组胺药(如开瑞坦),与第一代相比,此类药物几乎没有中枢镇静作用,不会影响过敏患者的正常活动与认知能力,能有效恢复患者的生活质量。

家里导致过敏的元凶到底有哪些呢?

霉菌



常躲藏在墙壁上和地板的夹缝中,并很容易通过敞开的门窗“登堂入室”,尤其是高温潮湿的场所更受其青睐。针对此,应保持房间的湿度和通风,防止室外霉菌进入室内。

灰尘

之所以会对它过敏,是由于其中的尘螨。灰尘常出现在床垫、枕头、被褥、衣服、地毯、沙发、窗帘上,此外,还能附着在织物、皮革或羽毛上,并被传播到室内其他角落。想要清除它,则应经常打扫和吸尘,夏天还要定期清洗空调过滤网和电风扇风叶片;避免选用复杂、有雕刻的家具。

宠物

有毛动物是最容易引起过敏的宠物,尤其对那些已有过敏疾病的患者而言威胁更大。应每周为它们洗澡,并定期清除卧室内所有的地毯,并勤擦洗墙壁和家具,保持整个房间干净整洁。

厨具

厨房油烟是真正的罪魁祸首。烹饪时应使用排油烟机,并保持厨房空气流通,定期清洗厨具。

碗碟

越是色彩鲜艳,说明其含有的釉彩、涂料越多,由此带来的隐患越大。因此,新买的陶瓷餐具使用前应先食用醋浸泡,以溶出釉彩中的铅;同时避免用彩色陶瓷餐具盛放酸性食品。

蟑螂

一般在潮湿的环境里更易生长。清除屋内有漏水和积水的地方是重点,力求保持厨房的清洁,并使用热水清洁器皿以及烹饪区。

(辛龙)

健康知识



安全用药 不影响哺乳

除少数药物在哺乳期禁用外,其他药物在乳汁中的排泄量很少超过母亲用药量的1%~2%,这个剂量不会损害宝宝的身体健康。只要是服用安全的药物,不应该中断哺乳。

服用药物时,为了减少宝宝吸收的剂量,母亲可在哺乳后马上服药,并尽可能推迟下次哺乳时间,两次哺乳至少要间隔4个小时,以便使更多的药物排出母亲体外,使乳汁中的药物浓度降到最低。需要提醒的是,有些中药对产后的妈妈有滋阴养血、活血化淤的作用,可增强体质,促进子宫收缩和预防产褥感染,但有些中药会进入乳汁中,使乳汁变黄,也有一些中药有回奶作用,如大黄、炒麦芽、逍遥散、薄荷等。因此,哺乳期中药虽不禁用,但必须在医生的指导下安全服用。(王纯)



热烈祝贺全友家私(鹤壁)生活馆

2007年7月21日盛装开业

★7月21日开业当天,全场正价产品6.8折酬宾;★7月22日,全场正价产品7.2折酬宾;

活动日期:2007年7月21日—7月22日(两天)

精品家私超爽特卖

活动期间,全友家私精品4件套2980元(另送舒适型床垫一张);精美儿童套房5件套3180元(另送舒适型床垫一张);精品沙发2880元;温馨软床1880元(以上活动款数量有限,售完为止)

超值大礼 清凉一夏

活动期间, (7月21—7月22日) 凡在本店一次性购物满28800元,即送海尔空调一台;凡在本店一次性购物满24800元,即送海尔29寸彩电一台;凡在本店一次性购物满20800元,即送海尔25寸彩电一台;凡在本店一次性购物满16800元,即送格兰士微波炉一台;凡在本店一次性购物满9800元,即送安吉尔柜式饮水机一台;凡在本店一次性购物满5000元,可享受抓现金一次。(以上活动仅限购买正价产品,且不同时适用)

好礼放送 共享温情

开业当天,凡全友老客户持保修卡到全友家私鹤壁生活馆均可获赠全友精美茶具一套;开业当天,凡持全友DM宣传单或报刊宣传资料,到全友家私鹤壁生活馆前100名顾客,均有礼品相送;活动期间,凡在本店购物者,均有礼品相送。

致力于提供“一站式”家居服务



新店地址:新区长途汽车站东80米 电话:6996988



全友家私认证的国宝大熊猫 全友家私—保护大熊猫宣传大使

本次活动最终解释权归全友家私所有

采
淇滨风情
为
百姓服务

淇滨晚报

2007年5月14日
星期一
农历丁亥年三月廿八
今日8版 总第1254期
国内统一刊号:CN41-0090
鹤壁日报社主办
网址:www.hbrb.com.cn

■ 百姓热线 沟通无限

固定电话 3313880

移动短信 066889228

小灵通短信 113929

电子邮箱 rx880@sina.com