

入伏首日 市民趁热打“贴”

医生提醒：贴敷期间避免出汗，忌食辛辣刺激食物



本报讯(全媒体记者 刘惠子 通讯员 张冰 文/图)7月11日是入伏第一天,意味着一年中最热的时节已经到来。记者从我市各大医院了解到,一大早不少市民排队敷贴“三伏贴”,个别医院“三伏贴”门诊数量超400人。由于疗效好、无创无痛,三伏天数贴已成为市民青睐的中医疗法,“冬病夏治”的养身观念逐渐深入人心。

早上8时,记者在安庆市立医院中医科门诊看到,前来贴“三伏贴”的市民络绎不绝。75岁的王明凤告诉记者,自己有慢性支气管炎,经过连续三年的冬病夏治,如今咳嗽症状明显缓解了。

中医科副主任医师李婉玲介绍,“三伏贴”是借助夏季阳气旺盛的有利时机,采用中草药穴位敷贴的方法,激发人体阳气的生发,推动经络气血运行,增强机体抗病祛邪能力,纠正人体阳气虚弱状态从而预防或减少冬季疾病的发作,达到冬病夏治的目的。冬病夏治形式多样,包括食疗、药物内服、外治法等,具有代表性的治疗措施为三伏天的药物穴位贴敷。“三伏贴”的起贴时间从夏至后就可以开始了,一般经过5次贴敷,最后一次贴敷时间在末伏。

随着“冬病夏治”的养身观念被很多人接受,商家也开始挖掘这一



医生给市民贴“三伏贴”。

市场。很多网店都在出售“三伏贴”,近期更是销售火爆,有的店铺近一个月的销量就多达千件。7月11日下午,记者在人民路多家连锁药店看到,“三伏贴”被摆到了显眼位置,正在火热促销。药店工作人员表示,成年人和儿童皆可用“三伏贴”。成年人可通过贴“三伏贴”治疗湿气重、腰腿疼等疾病,易患感冒、鼻炎的儿童可以用“儿童贴”。位于华中路一家头疗足浴中心也推出了“冬病夏治”汤药,称可通过头疗和足浴促进“冬病夏治”。

李婉玲提醒市民,“冬病夏治”是我国传统中医的特色疗法,但并不是所有人都适合。“三伏贴”适合阳虚或者气虚体质的人。阳虚或气虚体质的人,因为自身阳气不足,通常更易恶风怕冷,属于虚寒体质,易感冒。而湿热体质的人,本身就内热很重,如果还贴热性较强的“三伏

贴”就等于“火上浇油”。穴位贴敷治疗,一般3年为一个疗程,连续治疗效果更佳。每次贴敷时间应严格遵医嘱,贴敷时间根据体质和耐受力而定,成人贴敷时间一般为每次4至6小时,儿童为1至2小时。敷贴后若皮肤出现灼痛及刺痒感,应立即去除,如发生轻度红肿、瘙痒,属正常现象,如反应严重应及时就医。贴敷期间应减少运动、避免出汗,当天最好不要洗澡;忌食生冷、辛辣刺激食物,注意休息,保持睡眠充足;避免电扇直吹或温度过低的空调房间久待。

对于网购或药店购买的“三伏贴”,专家认为,药物成分不明确,轻易使用可能造成不良后果。另外,医护人员都是经过长时间学习训练,才能够精准掌握人体穴位,普通人仅凭一张穴位图很难找准穴位,建议市民尽量不要在网上购买此类产品。

高温继续“肆虐”

部分地区气温达38.3℃

本报讯(全媒体记者 程呈)周一,高温黄色预警发布,安庆加入高温“群聊”。昨日入伏,天气也十分应景,火力全开,热浪滚滚。今日高温继续“肆虐”,安庆市气象台提醒,午后尽量减少户外活动,户外露天作业人员应当采取必要的防护措施。

昨日,安庆潜山、太湖、怀宁等地继续发布高温黄色预警,大部分乡镇连续三天最高气温将越过35℃高温线。气象数据显示,安庆气象“版图”上,高温红色区域已接近半壁江山。当日14时30分,全市有91个自动气象站监测到高温,其中岳西桃河、太湖刘畈均出现了38.3℃的超高气温。在安庆市区,迎江区龙狮桥、大观区石化一中附近气温也超过了36℃。

除了上述“火炉”区,安庆不乏有一些避暑胜地。在全市九成地域气温超过“3”字头的盛夏,岳西石关、潜山水吼、岳西鹤落坪等午后气温仍维持在28℃上下,是躲避炎热、享受清凉的好去处。

昨日,安徽省气象台发布了7月下旬至8月上旬气候预测,期间沿江江南降水接近常年,但天气比往年来得更热,全省平均气温较常年偏高0.5℃左右。

今年是“加长版”三伏天,7月11日入伏,8月19日出伏,是自2015年以来连续第9年三伏天长达40天。

斑马线上摆摊影响交通安全

迎江区城管局:及时劝离,并加大巡查力度

本报讯(全媒体记者 徐志远)近日,市民江先生向本报热线反映,顺安路与育才路交叉口斑马线上有不少摊主摆摊,不仅影响交通通行,也存在安全隐患,希望相关部门予以关注。

7月10日晚上7时30分,记者在现场看到,一摊主直接将摊位摆在斑马线中间位置,所售商品在斑马

线上一字排开,将斑马线一分为二,售卖商品包括玉米、蔬菜、黄瓜、西瓜等。不少行人通过斑马线时,只能绕摊位而行。

“他们每天晚上都在这里摆摊,过马路时经常绕过斑马线,非常不方便。”家住附近的潘女士说,这样摆摊很容易引发交通事故,希望相关部门能管一管,还市民一个安全、

畅通的出行环境。

随后,记者联系了迎江区城管局执法大队大队长吴辉,他告诉记者,会尽快安排工作人员到现场巡查,对违规摆摊的摊主及时劝离,确保道路畅通无阻,消除安全隐患。同时夜间会安排工作人员加大此处巡查力度和巡查频次,及时制止违规摆摊行为。



近日安庆天气情况:

今日,多云转晴, 28-36℃;明日,多云, 27-35℃。

7月11日“米袋子”、“菜篮子”价格情况

监测点:龙狮桥农贸市场、苏果超市、大润发(汇峰店) 计量单位:元/500克

商品名称	规格等级	7月11日价格
中晚籼米	二级	2.16
粳米	二级	2.63
猪肉	后座统货	10.49
猪肉	肋条肉	12.43
鸡蛋	新鲜完整鸡场蛋	5.09
青椒	新鲜一级(薄皮椒)	2.42
青菜	新鲜一级	3.15
黄瓜	新鲜一级	2.55

商品名称	规格等级	7月11日价格
大白菜	新鲜一级	1.89
西红柿	新鲜一级	3.89
芹菜	新鲜一级	5.08
土豆	新鲜一级	2.99
白萝卜	新鲜一级	1.52
冬瓜	新鲜一级	1.46
紫茄子	新鲜一级	3.15
韭菜	新鲜一级	4.00

商品名称	规格等级	7月11日价格
油麦菜	新鲜一级	3.69
平包菜	新鲜一级	1.82
菠菜	新鲜一级	6.99
西兰花	新鲜一级	6.15
鲫鱼	活350克左右一条	13.40
鲢鱼	活750克左右一条(白鲢)	3.50

安庆市发改委