

# 春天到,宠物进入高发期

## 专家建议做好宠物防疫避免对人体交叉感染

本报3月6日讯(实习生刘潇俊) 寒冬过去,春天到来,随着温度的升高,细菌的繁殖和传播也在加强。春天不仅是人类预防疾病的关键时期,也成为了宠物防疫的关键阶段。近日,记者走访高新区宠物医院发现,不少宠物狗患病正在打点滴治疗。

在康虹路的一家宠物医院里,两只宠物狗正趴在自己的病床上打点滴。其中一只小松狮病恹恹地一直睡觉。该宠物医院院长于女士说:“由于春天气温回暖,细菌传播活跃,宠物容易得病毒性疾病比如犬瘟热、猫瘟热、犬细小等。还有一些主人觉得宠物喜欢吃肉、蛋等人吃的饭,但实际上这种行为反而会害了他们。它们的消化系统与我们的不同,太过油腻的食物会加重他们的肠道负担,得肠道病”。

那么,如何才能提高宠物的免疫力摆脱病毒的感染呢?于院长称,做好防疫是关键,平时要给自己的宠物注意饮食和加强锻炼。“春天宠物的防疫大于治疗,许多主人往往不重视防疫,当宠物得病时,才开始着急。防疫的措施有很多,最方便和最有效



宠物医院里正在打点滴的宠物狗。

的就是让宠物吃宠物专用粮、打阶段性的防疫针、进行定期检查。”另外,当宠物患病时,要选择正规的医院进行

治疗,看该医院是否有动物诊疗许可证,执业兽医资格证书等证件,避免宠物遭到误诊。

除了做好宠物的防疫治疗工作,养宠物的市民也要

避免宠物体内的寄生虫对人体造成交叉传染。于院长建议,养宠物的家庭要做好清洁工作包括宠物自身以及生活的环境。

### 微知识

## 鸡蛋治咳嗽四法

### 1、醋煎鸡蛋治咳嗽

醋煎鸡蛋治疗各种咳嗽有奇效。做法是:取鸡蛋1个,打在碗里搅匀,米醋半勺放入砂锅,用文火烧开之后将鸡蛋放入煎炒,蛋熟后放适量白糖,凉后即吃。每天早晚各吃1个,一般吃两次就可止咳,重者3天可愈。

### 2、姜煎鸡蛋止咳

取生姜一小块切碎,鸡蛋一个,香油少许,像煎荷包蛋一样(姜末撒入蛋中)。煎熟后趁热吃下,每日两次,数日后咳嗽即愈。此“药”好吃且疗效亦佳,久咳不愈肺部无异常者可尝试。

### 3、姜炒鸡蛋止咳

取生姜切丁或丝,将鸡蛋打入碗内搅匀,然后将少许油倒入锅中烧热,再将姜丝放入油中过一下,最后倒入鸡蛋炒熟,趁热吃下。吃的量可自己掌握,晚上临睡前吃更好。

### 4、白糖拌鸡蛋治咳嗽

患有慢性支气管炎的人,伤风感冒后咳嗽易发作,胸痛气促,心烦不安。用鸡蛋拌白糖经蒸熟后服用,效果很好。方法如下:取鲜蛋一个,磕在小碗内,不要搅碎蛋黄、蛋白,加入适量白糖和一匙植物油,放锅中隔水蒸熟,在晚上临睡前趁热一次吃完。吃了2-3次咳嗽就可痊愈,咳嗽顽固者可多吃几次。

## 身体部位比我们年轻

### 1、胃黏膜年龄:5天。

胃黏膜中的特殊分子分泌的胃酸和酶使胃里的pH值保持较低状态,这有助于对食物的分解。这些分子同时保护胃黏膜免受胃酸的腐蚀。这个更新过程通常少于一周。

### 2、味蕾年龄:10天。

人体有多达1万个味蕾在工作,这些味蕾含有的微绒毛使我们辨别实物的味道。味蕾替换的速度大约是10天。随着年龄的增长,这个过程会变长,部分味蕾会停止替换。上了年纪的人可能只剩5000个味蕾。

### 3、皮肤年龄:两周。

皮肤最外层是角质层,用来保护敏感皮肤层和抵御外界环境的侵袭,只有一些细小颗粒可以通过。据自然探索健康频道报道,角质层通常含有一些细微的皮肤问题,如皱纹和斑点。

### 4、睫毛年龄:两个月。

睫毛能保护眼睛湿润,不受灰尘侵袭。上睫毛有75-100根。吉尼斯世界纪录的保持者斯图尔特·穆勒睫毛长约7厘米。

### 5、红细胞年龄:4个月。

美国富兰克林研究所指出,一滴血液里就含有数百万个血红细胞,能传递氧气,转移废物,维持生命运动。饮食中的铁元素会促进这一过程,因此充足的矿物质是人体健康所必需的。

## 女生节来了

女生节,起源于20世纪90年代初,发展于中国各高校,被看做是一个关爱高校女生、展现高校女生风采的节日。每年的“三八”国际劳动妇女节,高校女生不愿称自己为妇女,又不想放弃女性的节日特权,从此以后3月8日的前一天就成为女生节。在高校里,女生节当天,男生常常要为女生送早餐、打横幅、举办美丽讲座等。其中,打横幅无疑是校园里最吸引人的独特的风景。



### 微生活

## 春季锻炼,注意六点

春季适当锻炼是养生保健的好办法,中医专家提醒,过度运动和损耗对人体养阳和生长不利,春季锻炼要注意以下六点:

1、锻炼不宜骤然进行:锻炼前应先做些简单的四肢运动,以防韧带和肌肉扭伤。

2、雾天不宜进行锻炼:雾珠中含有大量的尘埃、病原微生物等有害物质,锻炼时由于呼吸量增加,肺内势必会吸进更多的有害物质。

3、锻炼时不宜用嘴呼吸:锻炼应养成用鼻子呼吸的习惯,因鼻子里有很多毛,它能滤清空气,使气管和肺部不受尘埃、病菌的侵害。

4、锻炼时不宜忽视

保暖:开始锻炼时不应立即脱掉外衣,等身体微热后再逐渐减衣,锻炼结束时,应擦净身上的汗液,立即穿上衣服,以防着凉。

5、不宜空腹进行锻炼:清晨除了血糖偏低外,人体血液黏滞,加上气温低、血管收缩等因素,若空腹锻炼就可能使人因低血糖和心脏疾病而猝死。

6、不宜早起外出锻炼:清晨空气并不新鲜,只有下午4时左右的空气才富含氧气负离子,那种闻鸡起舞的观念应予更新。

### 微提醒

## 频繁染发可能致癌

染发过程中使用的过氧化氢等氧化剂,次亚硫酸钠、甲醛或次亚硫酸氢钠等还原剂会对头发及头皮产生损伤,染发剂中的苯类化学物质、重金属盐,还可透过皮肤被吸收。有研究发现,染发妇女的尿中,可发现染发剂中所含的致突变普通物质,提示了染发剂被头发吸收后致癌的可能性。美国癌症学会最近对1.3万名染发妇女进行调查,发现她们患白血病数是未染发妇女的3.8倍。而且女性使用染发剂患淋巴瘤的机会增加70%。

## 饮浓茶易致胃溃疡

据分析,茶叶中含有2%~5%咖啡因,浓茶中咖啡因含量则更高。一杯浓茶中约含有100毫克左右的咖啡因,咖啡因、茶碱浓度过高,使中枢神经系统的兴奋性增高,进而可引起胃蠕动加快,胃壁细胞分泌亢进,胃酸增加,对胃黏膜刺激加强,易导致胃溃疡。还有研究表明,喝浓茶可加重高血压、心脏病、糖尿病、肾炎、肝炎等病情。

## 车里存矿泉水易中毒

开车的朋友喜欢在车内存些矿泉水,但放在车内的矿泉水瓶经过阳光暴晒,或长时间存放在闷热高温环境里,容易发生材质老化并释放有毒物质。长期饮用这样的水会引起慢性中毒,所以车里存放的矿泉水要在短时间内喝完。