



茂林谈天

本报济南3月30日讯(记者王茂林) 未来一周,两次冷空气活动将带来于周三夜间开始至周五结束的降温局面,不过在前三天以及周末,我们仍能享受晴朗的好天气。

据省气象台预报,未来一周有两次冷空气活动,全省以晴好天气为主,气温起伏较大,前期

气温较高,周三夜间气温开始下降,周末开始回升。

未来一周前三天,气温仍呈升高趋势,预计内陆大部分地区高温将达到23℃~25℃。但在4月2日夜間和4日夜間,分别有两次冷空气影响我省。2日夜間的冷空气影响下,预计内陆地区气温将下降2℃~4℃,沿海地区气温

将下降6℃~8℃。5日开始的周末,气温就回暖了。

刚刚结束的周日,我省霾的强度明显减弱,范围减小,省气象台于上午11时解除霾黄色预警信号。在济南,悠然漫天飞舞的杨絮提醒人们春天的到来。

未来一周具体天气预报如下:

30日夜间到31日白天(周一),全省天气晴转多云。最低气温:沿海地区8℃左右,内陆地区11℃左右。

31日夜间到4月1日白天(周二),全省天气晴间多云。最低气温:沿海地区9℃左右,内陆地区12℃左右。

1日夜間到2日白天(周三),

全省天气晴转多云。最低气温:沿海地区10℃左右,内陆地区13℃左右。

3日(周四),鲁西北东部、鲁中北部和半岛北部多云间阴有阵雨,其他地区天气多云转晴。

4日(周五),全省天气晴。

5日~6日(周六~周日),全省天气晴间多云。

男童郊游过敏引发哮喘险丧命

目前正是过敏高发期,专家提醒远离过敏原慎用抗敏药

春暖花开,柳絮飞扬。此时出游的人多了,对于大部分人来说春游是一个很愉悦的事情,但对部分易过敏人群却并非如此,他们此时须格外小心,否则会接连不断地鼻塞、流涕、咳嗽、出现皮疹等,甚至还可能危及生命。近日,就有一个6岁男童外出郊游时,过敏诱发哮喘,险些丧命。

本报记者 李钢

惊心病例>>>

6岁男童闻到花香犯了哮喘

“幸亏到医院及时,要不然后果真是不堪设想。”虽然已经时隔一周,但济南市李女士回忆起当时的情景仍然心有余悸。

春分刚刚过后的周末,省城天气很好,李女士就和丈夫带着6岁的儿子到郊区游玩,结果没玩多大会儿,孩子的哮喘突然发作,连站都站不稳了。幸亏提前准备了药,他们立即给孩子服用了药。

然后又赶紧将孩子送到了医院。由于抢救及时,孩子总算转危为安。原来他们的孩子过去就有哮喘病,经过一段时间治疗后已基本控制,没想到孩子对花

粉过敏,病突然就犯了。

“近来门诊上哮喘病人增加了,这主要由于春季花粉、柳絮过敏等原因造成的。”省千佛山医院呼吸科主任张才擎说,除了哮喘病,过敏性皮肤病、过敏性鼻炎等过敏性疾病也都大幅增加。

专家提醒,春季天气转暖,病毒以及微生物的繁殖都开始活跃,空气中的花粉、尘螨、风沙等多了起来,不少城市更是大范围飘起了柳絮,而人们的穿着变少,裸露在外的皮肤面积增加,感染病毒,引起过敏的几率大大增加。

专家分析>>>

五类过敏性疾病最常见

张才擎介绍,过敏体质是先天的,由遗传因素决定。此外,现在过敏性疾病增加还不排除与现今的饮食、环境等因素有关。省中医儿科主任医师邢向晖也表示,有些人觉得家里一尘不染才好,特别喜欢用洗涤剂、消毒剂等搞卫生,如果家里有婴幼儿,这对其免疫力的形成反而不利。

有关专家总结了儿几种比较常见的过敏性疾病。第一种是过敏性鼻炎,这种病主要表现为阵发性的打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、咽痒、干咳、耳朵痒等。过敏

性鼻炎如果得不到很好控制,还可能会发展成哮喘。而第二种常见的过敏性疾病就是支气管哮喘,其主要症状有咳嗽、气喘、气促、胸闷等。第三种是过敏性皮肤病,包括异位性皮炎、荨麻疹和部分湿疹等。异位性皮炎主要见于肘、膝等关节处、颈部、眼睛及嘴唇周围;荨麻疹常见为风团样皮疹,有红、无色两种,突起皮肤,瘙痒难忍;湿疹是一粒粒红色的皮疹,不像风团那样一块,但也有痒痒感。此外,过敏性结膜炎和过敏性肠胃炎也比较常见。

小贴士

抗过敏药物 还真不能随便吃

“抗过敏药物不能滥用,应在医生指导下用药。”专家提醒,目前治疗皮肤过敏的外用药膏很多都是激素类药物,滥用后容易形成激素性皮炎。此外,滥用抗过敏药物还会形成耐药性。

防止过敏性疾病,远离过敏原才是关键。省千佛山医院耳鼻喉科主任王启荣表示,治疗过敏性疾病目前并没有特别有效的方式,“远离过敏原,提高自身抵抗力是关键。”

专家建议,过敏体质的市民尽量少到郊外活动,即使是去公园,也建议戴上口罩。尤其是部分城市柳絮飞扬,过敏体质者最好佩戴口罩外出。同时要尽量远离花草密集的地方,不要随便触摸花卉,在大风天气时应避免出游。

除此之外,对于容易过敏的人群,在饮食上要注意远离虾、芒果、羊肉、海鲜等易引发过敏的食物。同时,应该避免吃辛辣的食物,因为辛辣的食物会使血管扩张,皮肤发红。另外,洋葱和大蒜是对抗过敏的有力武器,可以适量食用。

本报记者 窦晴



毛巾用久了发硬 如何处理变柔软

平阴侯先生递纸条:毛巾用久了会发硬,怎样使它再恢复柔软

济南小天鹅洗衣店的陈女士作答:可以去超市购买柔顺剂洗涤毛巾,因为洗涤剂给衣物纤维以保护作用,减少纤维间的摩擦,所以衣物能够变得更加柔软、蓬松。

不少市民介绍了一些经济划算的“土妙方”:用食用醋来浸泡,食用醋有软化的作用,毛巾上的水垢是碱性物质,醋里的醋酸能够中和它,所以用醋水浸泡后,再洗毛巾就变得柔软了;还有,也可以把毛巾放在淘米水里煮,水烧开后再多煮一会,这样毛巾就会变得既白又软。

另外,有卫生部门的人士对此提出了注意事项:就是需要注意毛巾使用久了会沾染大量细菌,对人体有害,建议市民毛巾使用30天左右就应该更换,最多不应超过40天,所以当你的毛巾使用时间太长时,直接让它“退休”就是了。

记者 任磊磊 实习生 申素聪

纸条征集令

递纸条的方式现在有三种了,拨打96706;将纸条内容及个人联系方式发送到邮箱qlzhitia@163.com;还可以给齐鲁晚报官方微信发信息:我要递纸条+姓名+联系方式+纸条内容(分红、绿、蓝哦)。如果您的问题关注度足够高,还可以得到百元奖金哦!现在,选择一种你习惯的方式,一起递纸条挣奖金过好日子!

保健医生胡维勤——

征集500名中老年读者 不花一分钱 教你摆脱疾病 延缓衰老

重视健康读者,如果您或您的家人有:心脑血管病、高血压、失眠多梦、风湿骨痛、前列腺炎、慢性肾炎、糖尿病、便秘、痔疮、颈椎病、股骨头、颈肩腰腿麻木、脱发、白发、糖尿病、更年期综合症、体弱多病、免疫力低下、健忘、老年痴呆等方面的问题,或者想了解中医养生、延年益寿方面的内容,不妨领取一本有南海保健医院胡维勤撰写的《揭秘百岁老人》。

■作者档案:胡维勤,中华国医,50岁,曾任任中央医疗保健工作,具有丰富的保健经验。1985年,他被国务院评为“突出贡献的医学科学家”,享受国务院特殊津贴。

中华医学会主任李秋明教授认为该书是多年来为数不多由专家向读者专业介绍如何在不上医院、不看医生的情况下,让患者消除疾病,延

命的健康书籍,有很强的实用性;多数读者通过书中方法即可自己时顺治疗疾病,而且书中还首次公布的多项独家方法,对帮助中老年人延缓衰老具有深远意义。

读过该书的读者评价说:“同样是心脑血管病,别人大把大把吃药,我看了《揭秘百岁老人》不到一个月,血压降了,头不晕了,颈椎的血管畅通了,连老中医都感觉到震惊了。”

“同样是肾虚尿频看列腺,别人还在吃药,我读了胡教授的书籍,一天好一点,半个月后竟能不尿急,不起夜,身体焕发第二春!”

郑重声明:本次赠书纯属公益,不收取任何费用,如有收费,欢迎举报。赠书热线 400-703-1333(只送不卖)



报了云南游没去成,想退钱难了 工商部门:钱必须退,退多少有具体规定

本报记者 孟凡萧 李璇 实习生 尚颖

日前,聊城临清的王先生和新婚妻子邱女士在当地旅行社预订了云南六日双飞游,并交纳了5300元团费,但由于他们临时有事无法成行,于是要求旅行社退款,但遭到拒绝。他们的团费该不该退,如退又该退多少呢?

据了解,这对夫妻相隔一周时间,先后两次要求旅行社退款都被拒绝,无奈之下,两人向临清市工商局12315申诉举报中心投诉。该中心工作人员接到投诉后,近日联系了旅行社了解情况。旅行社称王和邱订的双人游是特价行程,机票是特价机票,没法退款,旅程花销的钱款也已

汇到云南接洽的旅行社,也没法退回了。该中心的工作人员在查阅航班信息后发现,这班特价航班确实没法退款。

但对于在云南花费的部分,中心工作人员根据相关法规裁决旅行社退还王先生和邱女士。中心工作人员解释说,根据有关规定,旅游者和旅行社在行程前可以书面形式提出解除合同。若是在出发前7日以上提出解约的,旅客和旅行社双方互不承担违约责任。王先生和邱女士符合这种情况,但机票确实已成为无法挽回的成本,因是旅游者违约,因此这部分成本由旅游者自己承担。最终该旅行社退回了除机票外的其他全部团费2444元。

旅游违约该如何退费

据国家旅游局《团队国内旅游合同》示范文本,旅游者和旅行社在行程前可以书面形式解除合同。在出发前7日以上提出解约,双方互不承担违约责任。但之后提出解约的,由提出解除一方承担违约责任。

旅行社在出发前7日以内解除合同的,要向旅游者退还全额费用,并支付违约金:出发前7日至4日,违约金为旅行费用总额的10%;出发前3日至1日为15%;出发当日为20%。若旅客在出发前7日至4日解除合同,违约金为旅行费用总额的50%;出发前3日至1日为60%;出发当日为80%。