



茂林谈天

# 雷暴多发期到啦,出游注意避雷

本报济南7月8日讯(记者 王茂林 通讯员 孙荆茶) 7月,我省开始进入雷暴多发期,上周我省有5天雷暴天气过程。山东省雷电防护技术中心提醒广大市民注意防雷安全。

据山东省雷电防护技术中心的专家介绍,我省位于中纬度地区,属暖温带大陆性季风气候,受冷暖空气和海陆相互作用的影响,夏季强对流天气活动频繁。根据历年气象资料统计,山东省雷暴活动的季节性特征明显,夏季(6、7、8月)是地闪活动最频繁、最集中的季节,7、8月份尤为突出。大多数情况下,7月份全省发生雷暴过程的天数最多,而8月份全省地闪次数最多。

依据历年全省雷暴活动的统计数据,7月份全省平均发生雷暴的天数超过20天,而今年7月份第一周就有5天发生雷暴天气过程,其中地闪2812次,山东省已经正式进入雷暴多发期。

山东省雷电防护技术中心的专家提醒,进入夏季,学生放假,很多家长带着孩子外出游玩或者郊游踏青,如果在野外活动时发生雷暴天气过程,切忌游泳或从事水上作业,尽快离开水面及其他空旷场地,勿将金属物体扛在肩上

或高过头顶,不要在大树下避雨,远离线杆、烟囱、凉亭等尖锐、孤立的物体,应当迅速躲入有防雷设施保护的建筑物内。汽车内是一个良好的避雷场所。在室内的公众,一定要关好门窗并尽量远离门窗、阳台和金属管道,拔下家电电源插头。当发生雷击火灾时,要首先切断电源,并使用专用灭火器灭火,不要带电泼水救火。

对于少年儿童,李福海建议,除远离明确能引起过敏的物质外,家长还是应该多鼓励孩子出去走走,接触大自然,这不仅有利于拓宽孩子的成长空间,也有利于孩子多接触自然界中的过敏原,这对孩子自身免疫系统的完善很有好处。

# 隔三差五消毒,孩子反而老咳嗽

## 专家提醒,预防过敏疾病家长别“跑偏”

“我有些搞不明白,家里隔三差五就消毒,可孩子为什么还会得上过敏性哮喘呢?”济南市民孙英兰带着患病的十岁女儿挤进了8日在济南举办的“世界过敏性疾病日”义诊活动现场。据专家介绍,近年来过敏性疾病发病率不断提高,而且目前针对过敏性疾病并无好的治疗办法,只能注意尽量不要接触到过敏原。

本报记者 李钢

### “反常”病例 家里整得很干净 女儿照常老犯病

8日一大早,孙英兰女士带着10岁的女儿来到了由省医学会变态反应分会和山东大学齐鲁医院联合组织的“世界过敏性疾病日”义诊活动现场。孙女士说,孩子小的时候经常咳嗽,“那时总以为是家里不够干净引起的,就经常消毒。”但孩子的情况并没有因此好转,反而“犯病”更频繁了。到医院检查才知道,女儿患的是过敏性哮喘。

“现在过敏性疾病发病率在不断提高。”省医学会变态反应分会主任委员史丽说,随着环境变化,过敏原增多,生活方式的转变造成了过敏性疾病的增加,目前我国的过敏性疾病发病率能达到20%-40%。

### 医生分析 卫生意识过强 孩子免疫力下降

“往往是越干净的地方,越发达的地区,越容易发生过敏。”史丽介绍说。

“现在门诊上过敏的孩子特别多。”齐鲁医院小儿内科副主任医师李福海说,甚至有不少孩子是“过敏性体质”,对许多药物都过敏,“就像有的肺炎患儿,竟然连抗过敏的药都会过敏。”

在李福海看来,过敏性疾病固然有遗传倾向,人们的生活习惯也是原因之一。“别乱摸栏杆!”“别在地上玩!”随着人们卫生意识的增强,爱子心切的父母常常不准孩子碰这儿碰那儿,让孩子失去了磨练自身免疫系统的机会。

“从小身处过于洁净的环境,机体则失去对病原

微生物‘战斗’的本能,而对非致病物质过于‘警觉’,不但机体对致病微生物的免疫力降低,而且过敏更易发生。”李福海说。

### 专家提醒 无需追求无菌化 让孩子多出去走走

“越讲卫生越容易得过敏疾病,那是不是不用讲卫生了啊?”对此,李福海说,“讲卫生没错,但也无需过分追求无菌,其实环境中很多正常菌群被破坏的话,可能致病菌更容易滋生。”在他看来,家庭中一般不需要经常消毒。

史丽提醒,夏天各种花盛开,花粉也容易进入空气,很容易诱发过敏性鼻炎、荨麻疹;而尘螨和细菌的滋生让夏季贴身的衣物也可能变为导致皮肤过敏,引起湿疹、丘疹性荨麻疹的罪魁祸首;同时,紫外线的照射易引发

日光性皮炎等。

“要避免过敏性疾病,远离过敏原是关键。”史丽介绍,对过敏性疾病并没有特别有效的措施,唯一的措施就是远离过敏原,但专家也坦承,过敏原测试并不全面,医学文献记载有近2万种过敏原,不可能全部检测。

对于少年儿童,李福海建议,除远离明确能引起过敏的物质外,家长还是应该多鼓励孩子出去走走,接触大自然,这不仅有利于拓宽孩子的成长空间,也有利于孩子多接触自然界中的过敏原,这对孩子自身免疫系统的完善很有好处。



山东最实用的微信

忠言不逆耳

## 空调吹一整天 小伙突然面瘫

本报青岛7月8日讯(记者 杨林) 长期在开着空调的办公室中久坐,青岛小伙孙刚(化名)最近感觉半边脸失去了知觉,他急忙上医院检查,竟被确诊为面瘫。原来,长期吹空调让孙刚的神经系统受了“刺激”,医生告诫,预防面瘫没有好办法,只有经常锻炼,好好休息,才能让自身的神经系统正常工作。

在青岛一家国企上班的孙刚平日工作强度较大,身体不堪重负。最近天气又越来越热,孙刚在吹着凉风的办公室里一坐就是一整天,可近来他感觉自己左脸时常发麻,于是连忙跑到医院检查。

“患者说自己左脸发麻,但是检查发现他右脸僵硬,肌肉动不起来,连累得左脸也不舒服。”接诊的海慈医院理疗科副主任医师姜美香说,孙刚患的是面瘫。

“面瘫四季都易发,而且患者遍布各年龄段。”姜美香说,面瘫致病原因比较复杂,大多数患者发病与潜在的疲劳、紧张、感染有关,免疫力低的人突然着凉后,比普通入更易发生面瘫。年轻人多数喜欢熬夜,导致人体免疫力下降,这种情况下遇到大幅度情绪波动或受凉、遭遇病毒感染时,极易发生面瘫。

要预防面瘫,首先要保持一定的运动量,运动可以增强体质,人体的抵抗力和免疫力自然会提高,可以有效预防面瘫。平日还要做到劳逸结合,一旦过度劳累,人的免疫力下降很厉害,容易被各种疾病侵袭。

还需要注意的是,耳部的疾病如中耳炎也会导致面瘫发生,中耳炎患上后炎症容易蔓延,进而影响到面部,导致面部被感染或抵抗力下降。牙疼也会导致面瘫,牙疼往往是因牙龈炎或牙周炎,这些炎症都可能引起面神经炎,从而造成面瘫。

### 小贴士

### 常见的过敏原

- 吸入过敏原:花粉、柳絮、粉尘、螨虫、动物皮屑、油烟、油漆等。
- 食物过敏原:牛奶、鸡蛋、鱼虾、牛羊肉、海鲜、酒精、毒品、香精、葱、姜、大蒜以及一些蔬菜、水果等。
- 接触过敏原:冷空气、热空气、紫外线、辐射、化妆品、洗发水、洗洁精、塑料、金属饰品等。
- 药物过敏原:青霉素、链霉素、异种血清等。



主治:痔疮、肛瘘、肛裂、肛周脓肿等

**肛肠医院**

济南

0531-82979999

济南市市中区英雄山路87号

www.jngcyy.com

主治:皮肤顽癣、白斑、胎记、血管瘤等

**皮肤病医院**

济南北大

0531-88336666

济南市解放路12号

www.bdpfb120.com

主治:乳房疼痛 乳房肿块 乳腺增生 男性乳房发育症等

**乳腺病医院**

济南

0531-66677777

济南市少年路7号(大明湖西南门)

www.66677777.com

主治:耳鼻咽喉疾病

**耳鼻喉医院**

济南

0531-83178888

济南市市中区英雄山路162号

www.jnebh.com

主治:便血、拉肚子、腹泻腹胀、恶心、暖气等

**济南消化病医院**

济南肛肠医院

0531-82058988

济南市市中区英雄山路87号

http://new.4006188787.com

主治:男性疾病、前列腺疾病、泌尿系感染疾病等

**东方男科医院**

山东

0531-82988882

济南市市中区英雄山路162号

www.sddfnc.com