

20日生活指数▶▶▶

Weather

旅游:
很适宜穿衣:
热感冒:
少发晨练:
适宜交通:
良好

明媚阳光和微风伴您一路同行,适宜旅游。

T恤衫、裙子。

感冒机率较低。

空气不错,较适合晨练。

交通条件良好,车辆可以正常行驶。

这两天最高气温34℃

请广大市民注意防暑补水

本报菏泽5月19日讯(记者李贺) 17日的降雨让菏泽短暂清凉了一下,可是从本周开始,气温将开始攀升。据菏泽市气象台预报,未来几天将以晴天为主。随着气温的上升,市民应注意防晒,同时注意夏季补水。

随着高温天气的到来,这个时节市民要注意防暑降温,高温时段要尽可能地减少外出,注意防晒补水。若外出,应采取防护措施,如打遮阳伞,穿浅色衣服,戴太阳镜,涂防晒霜,抹清凉油。另外,高温天气人体出汗多,不要到了口渴时才想起饮水。

在饮食调理上,应加强营养,平时可多吃西红柿、绿豆汤等,多吃柠檬、草莓、葡萄、山楂、菠萝、芒果、猕猴桃等酸味水果和生菜、芹菜、香菜、苦瓜等食物。

据菏泽市气象台预报,未来三天具体天气情况如下,19日夜到20日白天,晴,最高温度29℃,最低温度15℃,东北风2-3级转南风2-3级。20日夜间到21日白天,晴,最高温度34℃,最低温度19℃,西南风3-4级。21日夜间到22日,晴转多云,最高温度33℃,最低温度22℃,西南风2-3级。

据菏泽市气象台预报,未来三天具体天气情况如下,19日夜到20日白天,晴,最高温度29℃,最低温度15℃,东北风2-3级转南风2-3级。20日夜间到21日白天,晴,最高温度34℃,最低温度19℃,西南风3-4级。21日夜间到22日,晴转多云,最高温度33℃,最低温度22℃,西南风2-3级。

21日就是农历中的“小满”了

小满时节预防几种常见皮肤病

1

痱子

症状:痱子是夏天最多见的皮肤急性炎症。痱子是由汗孔阻塞引起的,分白痱、红痱、脓痱三种,多发生在颈、胸背、肘窝等部位,小孩可发生在头部、前额等处。初起时皮肤发红,然后出现针头大小的红色丘疹或丘疱疹,密集成片,其中有些丘疹呈脓性。生了痱子后

剧痒、疼痛,有时还会有一阵阵热辣的灼痛等表现。

医生建议:平时加强室内通风散热,注意皮肤清洁,勤洗澡,保持皮肤干燥,特别是颈部、腋下等褶皱部位。清洗后扑上痱子粉可预防痱子发生。生了痱子不要用手抓,不要用强碱性肥皂洗,可涂上六一散等。

2

光感类皮肤病

症状:多见于皮肤白暂对日光敏感者,亦可因摄入某些致敏物质经日晒而引起。主要表现为被照射的皮肤暴露处发红、肿胀甚至发生水疱。预防方法是注意避免光敏物质

和日光直接照射。

医生建议:出门前做好防晒措施,如涂上一些防晒用品等。可在医生指导下,用息斯敏等抗组胺药物、维生素B和维生素C等。

3

微生物感染类皮肤病

症状:皮肤多汗、不洁易导致一些化脓细菌和真菌感染,引起毛囊炎、脓疱疹、疖、汗斑(花斑癣)、体癣、股癣等。

医生建议:应注意勤洗浴,勤换衣服,避免汗渍,保护皮肤洁净。如出现感染,应在医生指导下使用抗菌素药膏等。

4

虫咬类皮肤病

症状:主要由昆虫、蠓、蚊、毒蛾、毛毛虫等叮咬而引起,皮肤出现丘疹、风团、红斑、水疱等。

医生建议:外出尤其是在杂草丛生或潮湿处,应减少皮

肤暴露,或在皮肤暴露处涂抹防虫药物。被虫咬后,可外用清凉油、风油精或花露水,必要时加服扑尔敏。注意切勿搔抓,以免感染。

21日就是农历二十四节气中的“小满”。据了解,这个节气预示着闷热、潮湿的高温天气将要来临。这是夏季的第二个节气。其含义是夏熟作物的籽粒开始灌浆饱满,但还未成熟,只是小满,还未大满。小满时节也是皮肤病的高发期,应注意预防以下几种常见皮肤病。



太极拳比赛 将在菏泽举行

本报菏泽5月19日讯(记者李德领) 19日,记者从菏泽市体育局获悉,山东省第三届全民健身运动会太极拳比赛将于6月7日至9日在菏泽举行,目前菏泽市选拔赛已经结束。

此次竞赛项目分为太极拳、太极器械,包括陈式、杨式、武式、孙式太极拳,24式、42式太极拳;42式、32式太极剑。套路比赛时间规定太极拳4-6分钟,太极器械3-4分钟。

比赛设置团体名次、个人单项和体育道德风尚奖。团体录取前八名,第一名和第二名为一等奖,第三名和第四名为二等奖,第五至第八名为三等奖,其余为参与奖;各组别、各单项男、女分别录取前八名。

亿登峰 菏泽分公司成立

本报菏泽5月19日讯(记者李贺) 17日上午,亿登峰(北京)资产管理有限公司菏泽分公司正式成立。

中宏昌盛投资控股集团旗下的亿登峰(北京)资产管理有限公司菏泽分公司主要经营资产受托管理、投资咨询等服务,是一家资本运作与产业运营相结合的综合型投资公司。可为菏泽当地企业和个人提供项目投资、担保、资产管理等业务,扶助他们更好地发展。

17日下午,亿登峰(北京)资产管理有限公司菏泽分公司还邀请知名经济专家与客户进行了经验交流。



影讯 菏泽新世纪电影城推荐



《圣诞玫瑰》重口味登场,张震是不是“禽兽医生”?

导演:杨采妮
主演:郭富城、桂纶镁、张震
类型:剧情/悬疑/犯罪
上映日期:5月24日

由徐克和张之亮监制,杨采妮初执导筒的电影《圣诞玫瑰》,推出四款人物海报。分别是法庭戏当事人桂纶镁以性侵受害者身

份“坐轮椅”出现,“禽兽医生”张震身着“白大褂”阴郁出场,郭富城、夏雨两位律师分别站在各自的立场陈述案件。

《圣诞玫瑰》的海报采用了少见的自述体。“我是李静,从小残疾,我是周文瑄医生女儿的钢琴老师,2012年10月31日,周医生在帮我

检查身体的时候性侵犯了我,我觉得自己受到了伤害,我不想被人欺负,我要告他,为自己讨回公道。”一段自述加上身后“沉冤待雪”四个大字,便是桂纶镁在《圣诞玫瑰》中饰演的角色陈述。

另一方,饰演“禽兽医生”周文瑄的张震身后则写着“还我清

白”,让这段案情更显扑朔迷离,张震表示:“清者自清,我要说的话都在海报上了,我是无辜的。”当事人各执一词,再加上饰演桂纶镁检察官的郭富城,海报关键词是“绝不留情”,担任张震辩护律师的夏雨海报关键词则是“胜者为荣”,令故事的悬疑指数直线上升。