

健康

气温骤降,老人、小孩更易受到寒冷天气影响——

# 预防呼吸道感染 注意心血管疾病

气温骤降,老人、小孩等疾病易感人群更易受到寒冷天气影响,鼻咽部的局部黏膜变得干燥,病毒、细菌容易乘虚而入,造成呼吸道感染高发。此外,寒冷刺激是心血管疾病急性发作的重要诱因,近期医院心血管内科就诊患者明显增加。

■ 融媒体记者 许奕梅

## 接种疫苗 可减少呼吸道感染风险

泉州市妇幼保健院·儿童医院呼吸内科主任郑敬阳介绍,近期儿童呼吸道疾病主要有腺病毒、鼻病毒、呼吸道合胞病毒、支原体感染等,流感患儿也有所增加。提醒家长,要培养儿童养成良好的洗手习惯,不用不干净的

手触摸口、眼、鼻。儿童活动后要及时换上汗湿的衣服,以免着凉,非必要不到人群密集的公共场所,科学佩戴口罩。

“患儿如果出现高热超3天不退、剧烈咳嗽、精神萎靡、呼吸急促、严重腹痛和呕吐等症状,应

警惕重症感染,及时带孩子就医,重症感染易导致严重的脑病或暴发性心肌炎。”郑敬阳介绍,不让患儿带病上学,患病期间饮食均衡,保证充分休息。接种疫苗可减少呼吸道感染及感染后发展为重症的风险。

## 久坐不动 可能诱发心血管疾病

福建医科大学附属第二医院心血管内科主任医师王耀国介绍,寒冷刺激是心血管疾病急性发作的重要诱因,近期医院心血管内科就诊患者明显增加,以中老年人为主。仅昨天中午,心血管内科就接连收治3名急性心肌梗死患者,其中1人为37岁男子。好在就医及时,3人经急诊介入治疗,病情相对稳定。

“寒冷天,人体毛细血管自然收缩,血液黏稠度增加,导致心率加快、血压升高,可能诱发心绞痛、心肌梗死、脑血管意

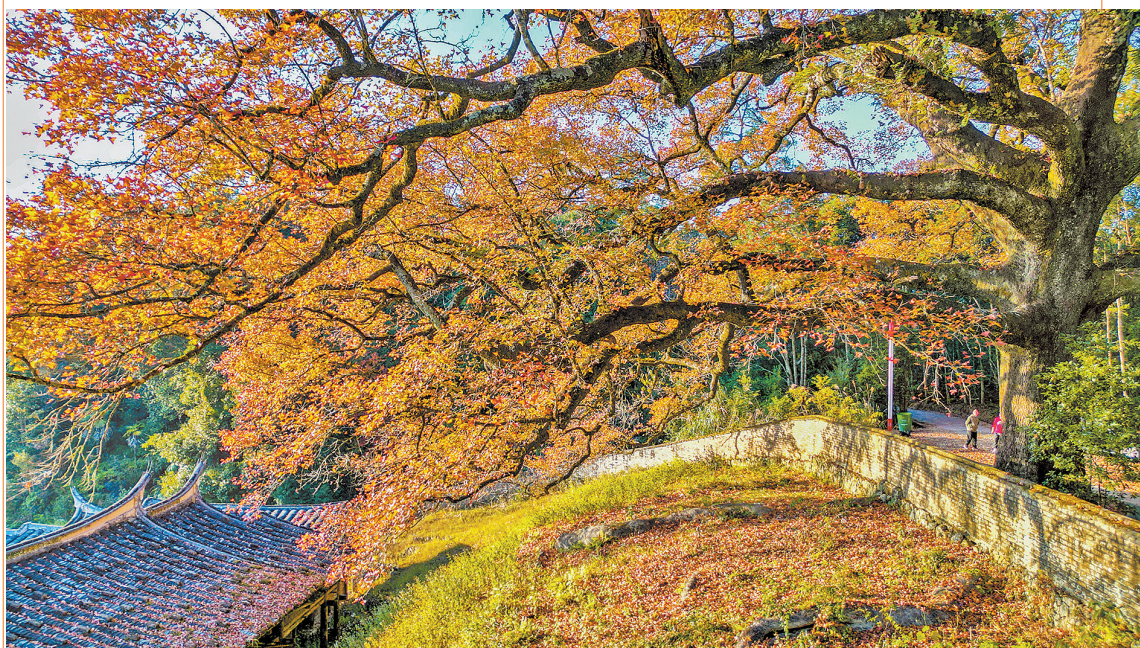
外。”王主任介绍,气温下降后,对于免疫力较弱的老年人容易出现感冒、流感等呼吸系统疾病,诱发肺炎,部分导致心衰再发或急性加重。

“天冷时,不少市民久坐不动,饮食油腻、辛辣,吸烟喝酒,都可能诱发心血管疾病。”王主任称,寒冬为了御寒,市民可能会摄入油脂更多的食物,反倒加重心脏负担。饮食上建议少吃辛辣、刺激食物,多吃蔬果,适当补水,防止血流缓慢而导致血栓形成造成血管腔堵塞。

运动是治疗疾病的良方,但寒冬里避免剧烈运动,建议老人不要在寒冷天气里晨练,在室内或温暖午后的户外适当锻炼,运动时避免出汗较多,以免损伤人体阳气。注意防寒保暖,根据室内外不同温度合理穿脱衣物,避免过冷或过热。基础疾病人群要遵医嘱调整服药,合理控制好血压和血糖。

王主任提醒,患者一旦出现持续的胸闷胸痛、心慌气促、直冒冷汗等,应及时拨打120急救电话及时就医,以免延误病情。

## 古枫香红叶似火



入冬以来,天气渐冷。12月17日,在德化县桂阳乡洪田村,一棵250多年树龄的古枫香红叶似火,为冬日增添一抹暖色。

枫香树原产于中国秦岭及淮河以南各地区,越南北部、老挝及朝鲜南部等地也有分布。枫香喜温暖湿润气候,性喜光,多生于平地、村落附近。枫香树脂能解毒止痛,止血生肌;根、叶及果实有祛风除湿,通络活血功效,在《本草纲目》中均有记载。枫香树还是中国著名红叶观赏树种,“停车坐爱枫林晚,霜叶红于二月花”中的枫林即是指枫香树林。

(陈小芬 许华森 李宏图 赖建明 摄影报道)

市场

## 冷空气吹热“暖经济” 保暖御寒商品热销

本报讯(融媒体记者邱丰)随着天气转冷,市民忙着增添衣物的同时,也采购防寒保暖的产品。记者走访本地多家商超市场发现,保暖冬衣、加厚冬被、火锅食材、奶茶热饮等冬季商品迎来消费旺季。

12月19日下午,在市区涂门街附近的商场,记者遇到了正在停电动自行车的李女士,只见李女士“全副武装”,帽子、围巾、手套、电动自行车挡风被等各类装备一应俱全,“今天突然降温,想来买一个加绒加厚的安全头盔。”李女士告诉记者,尽管自己在头盔里面多戴了一个毛线帽,并且戴了围脖,但骑车的时候总觉得冷风还是会往耳朵里灌进去,“同事向我推荐了防寒保暖的安全头盔,我准备来商场逛逛看,顺便添置一些冬天的厚外套。”

线上方面,保暖内衣、羽绒服、儿童保暖、保暖护膝、保暖背心成为各大电商平台最近的热搜词,其中的顶流单品当属羽绒服。

当前,消费者在购买冬季保暖服饰、取暖器具时,除了注重温暖舒适,还对保暖技术提出了更高要求。如自发热锁温的“热能衣”、石墨烯暖风机、智能热敷护膝仪等“黑科技”产品受到消费者的青睐。

防护

## 德化发布农业气象 灾害风险预警

本报讯(融媒体记者陈小芬 通讯员林婉清)记者从德化县农业农村局获悉,受强冷空气影响,从12月13日起德化县气温出现明显下降,德化已发布农业气象灾害风险预警。

建议农业生产要密切关注天气变化,注意做好农资和防寒增温物资储备;做好农业项目建设、农机作业、沼气工程、农资门店、大棚设施等安全管理;做好农业设施电力设备安全检查,确保低温天气期间用电安全;设施蔬菜大棚要注意维修加固,提高保温性能,并落实增温补光措施,已成熟蔬菜及时采收。

农作物要强化防寒措施,注意马铃薯、油菜、果树、茶叶、中草药等防寒防冻措施。特别是蔬菜,露地蔬菜要提前中耕培土护根防寒,并积极采取冻前灌水、农膜覆盖等方式防寒防冻,减轻寒冻害影响;做好畜禽圈舍保暖防冻,强化管理,科学投喂;水产养殖户要采取搭防寒棚、抽地下水、增加池塘水位、加温等方法进行保温,以避免养殖水产品发生冻伤、冻死,非耐低温养殖品种应及时清塘或转移到其他安全设施。

同时,低温天气要及时清沟排渍,科学调控肥水,强化病虫害防控,促进植株恢复生长。可因地制宜抢种适销对路的速生叶菜。科学规划畜禽养殖恢复生产,灾后及时做好养殖补栏,恰当医治患病畜禽。