

# “秋冻”季节,孩子该不该“冻”

“俗话说‘春捂秋冻’,秋天冻一冻,不是对身体有好处吗?怎么我的孩子还没冻一天,就感冒发烧了?”王女士带着孩子到医院看病时这样疑惑地询问医生。近日,天气转凉,在杭州市富阳区妇幼保健院的儿科诊室里,有不少感冒发烧的孩子。

秋季早晚温差变化大,不少家长为了预防孩子感冒,会帮孩子穿上厚厚的衣服。但也有很多家长认为,老话说的“春捂秋冻”能增强孩子体质,因此即使天气渐凉,也仍旧给孩子穿着短袖、裙子。

那为什么有的孩子冻了没关系,而有的孩子却冻出了毛病呢?“春捂秋冻”到底适不适用于所有孩子呢?

## “秋冻”的正确方法: 循序渐进逐步冷适应

富阳区妇幼保健院儿科主任王陈裕表示,孩子在秋季适当冻一下,的确可以在一定程度上提高其环境适应能力,但“秋冻”也不应盲目进行。

“由于孩子的体温调节能力尚不成熟,所以在天气忽冷忽热时,比成人更易染病。不过这种体温调节的能力是可以日常对冷环境的逐渐适应加以提高的。”王陈裕说,“首先要让孩子有暴露于冷环境的机会,包括不要穿得过于厚实、严密。过早地让孩子过度保暖,会导致孩子在身体出汗时不易察觉,反而容易诱发感冒。”

“其次就是进行冷适应,让孩子肌肤接触空气和阳光,久而久之就增添了‘秋冻’的底气。最简单的方法是养成用冷水洗手、洗脸及喝凉开水(以25摄氏度左右为宜)的习惯。由于这是一个逐渐降温的过程,孩子一般都能适应,并且效果显著。再者就是让孩子多进行户外运动,但不宜动得大汗淋漓。”王陈裕说。



资料图片

王陈裕还表示,在秋季,由于早晚气温变化大,忽冷忽热,一旦受凉,则很容易引发感冒发烧。穿衣,对于成人来说是以稍有凉意为好,但对于幼儿,则不能照搬成人的做法,而更强调因人而异。有两个方法有助于简单判断,一是摸鼻尖,二是摸四肢,这两个部位只要摸着不凉就行。

## 孩子“秋冻”要分清体质

为了提高耐寒抗病能力,只要天气许可,幼儿要多到室外活动。体弱多病的幼

儿,在多进行室外活动的同时,不宜盲目地进行“秋冻”,而是要重点做好防寒保暖工作,以便平安度过“多事之秋”和严寒的冬季。

孩子适不适合“秋冻”要根据个人体质而定。秋季是锻炼身体、增强其御寒能力的好时机。健康的孩子进行适当的“秋冻”,能很快地适应气温由暖变凉,帮助孩子迎接寒冷的冬季。不过,体质状况不同的孩子,要有针对性地采取不同的保健措施。

(小江)

## 我市学校结核病 防控现状

近年来各级各类学校成为结核病相对高发的特殊场所,我省各地相继有学校发生结核病聚集性疫情,个别学校还出现了几十例的集中疫情,严重影响到广大师生的身体健康和正常的教学秩序。各地结核病防控机构对出现结核病疫情的学校实施了积极的防控措施,从而保证了广大师生的健康。

我市虽然也存在学校结核病疫情,但经过我市结核病防治人员的不懈努力,都得到了及时处置,通过采取积极措施,及时控制了结核病在校园的进一步蔓延。

2013年春季,我市个别高中出现了结核病患者,在短时间内同一所学校出现超过3例结核病患者。根据《平顶山市学校结核病疫情处置方案》规定,结核病防控机构及时对学校的全体师生、员工进行了结核病密切接触者筛查。筛查出来的患者也都给予规范的抗结核治疗。通过对学校的教室、宿舍、食堂等场所进行消毒、通风等措施,对学生加强防病知识宣传,让学生养成良好的卫生习惯,注意营养、积极锻炼等,有效控制了结核病在学校的进一步蔓延。

去年全市学校结核病发生例数较少。今年上半年又有个别学校发现了结核病患者,在结核病工作者的积极努力下,得到了及时控制,没有形成更大范围的疫情蔓延。

纵观三年来学校结核病疫情情况,可以总结几个特点:一是春季到夏初是高发季节;二是同班级同宿舍互相传染的概率大;三是在进一步筛查时发现的患者大多没有自觉症状。

因此,预防学校结核病的措施主要是加强室内通风,尤其是冬季也要保证有效的室内通风;一旦有结核病患者,及时进行密切接触者筛查。

(平顶山市第三人民医院 刘晓华)

## + 结核病防治专栏

### 小广告 大市场 小投入 高回报

# 分类广告

(本栏目广告内容同步在平顶山生活资讯网微信平台发布)

广告热线:2558988 6123600 QQ办理:2775197040

### A 招聘资讯

## 招聘

因业务发展需要,现公开招聘业务员若干名,要求:能吃苦耐劳,了解互联网通信行业,有过通信行业或手机销售工作经验者优先考虑。月薪:3000-5000元(底薪+绩效工资+奖金),能力强者可月入万元。电话:0375-7181369 18337510050

- 聘保安、保洁 18768938338
- 聘老师、文员 15337596611
- 招聘招生 鸿雁小区18937596811

### 急招 高薪聘

文化课教师数名  
13233711112  
医师、全科医师  
15638670591

### B 房产资讯

#### 招租出租

## 招商

劳动路与大众路商业步行街位于市中心黄金地段,招商范围:品牌服饰、鞋帽、箱包、黄金珠宝、通信等,目前还有部分旺铺招商中。联系电话:靳经理 15837521980 谷经理 15837536880

### 出租

湛南路与诚朴路交叉口五星河湾3400m<sup>2</sup>精装修商务会所,部分临街旺铺,可分隔。东环路北段西临街30间公寓房,300m<sup>2</sup>、400m<sup>2</sup>办公用房,可分隔。康乐街农贸市场6间底商,每间约20m<sup>2</sup>。电话:18237507511 15638680171

### 出租

开发一路写字楼,适合酒店、医院、办公,共五层80个房间。13137518399

### 租房售房

8978881

### 300m<sup>2</sup>旺铺招租

矿工路与光明路交叉口一层临街商铺 15938938678

### 出租

5000m<sup>2</sup>仓库出租  
3000m<sup>2</sup>独院出租  
焦点立交桥附近  
13017575599

### 招租

中兴路中段千田大厦写字楼50-1000m<sup>2</sup>招租。详情致电:13781895699、3381700

### 空房出租

优越路中段路南,豪享来二楼东半幅出租,框架面积600m<sup>2</sup>。电话:13017559919

### 1000m<sup>2</sup>旺铺招租

中兴路与曙光街交叉口西湛渔台豪园一楼临街门面六间,可分隔。电话:13937530611

### 写字楼整层招租

商务办公、餐饮、超市、健身俱乐部、金融服务、名品专卖,千亿元商业体量,未来的商业重心。15093855500 东区建设路中段

### 出租

市工人文化宫南商南路口58.9m<sup>2</sup>、凯撒E区商铺20间443.2m<sup>2</sup> 2636037 13693755596 新城东区祥云路北湖光花园商业街空房2套2636037 15036866556

### 招租

神马大道加气站大型三翻广告牌15503758677

出租光南办公用房教室 7037157

### 专业办理移动POS机 手机蓝牙POS机

(凡持其他牌子POS机可免费换取手机蓝牙Qpos机一台)

一清机,有支付牌照,费率低,秒开单,可收款,可提钱,动态变换商户,随时随地轻松收款,关键时刻帮你渡过经济难关,全市最低价! 抢购热线: 13137521912 13523260997

### 出售

## 房产低价出售

本市郊外绝佳地段13000m<sup>2</sup>抵账高层住宅现房,低于市场价1000元/m<sup>2</sup>出售,五证齐全。电话:18695819336

### 出售

铸造厂,有铸造车间、加工车间,正在生产中,地理位置优越。2702479 周一到周五拨打

### 一品澜山公寓洋房

109m<sup>2</sup>,2室2厅,高档豪华装修,家电齐全,一湖一山水,风景怡人,适合度假、养生,急售116万元 13639666699

### 低价急售

新程街15号楼36号夏式170m<sup>2</sup>豪华装修,电齐全,拎包入住。18637548888

- 租房售房 8978882
- 黄楝树小区110m<sup>2</sup>楼16037598266
- 西苑小区4楼94m<sup>2</sup>13283756000
- 新城区别墅295万15238201670
- 劳模小区160m<sup>2</sup>26楼15037597266
- 新城区桂园98m<sup>2</sup>1楼院,舞厅,2楼82m<sup>2</sup>电梯1823756766
- 新城区湖光花园139m<sup>2</sup>3楼,3室2厅2卫错层13183352636
- 新城区225m<sup>2</sup>80万,万和世家143m<sup>2</sup>39万15036862758

### C 教育资讯

- 职称论文发表 18803750101
- 专业职称CN论文发表 7186168

### 招生

## 增彩技校汽修专业

汽车维修、汽车营销学历班; 维修技能提升班:电路识图读班、汽车电工班、自动变速器班、机电一体班; 车主培训班:增彩汽修学五天,常见故障会判断,维护保养都会干,科学用车享清闲。13603751636 黄

### 培训

(1)建筑十大员:施工员、质量员、安全员、试验员、测量员、机械员、资料员、材料员、劳务员、预算员 (2)技能工:架子工、砌筑工、抹灰工 (3)塔吊司机、塔吊指挥员、电工 电话:3670008 13353751558 冯老师

### 李老师说初中培优

各科一对一、一对二 13733793987

### 无忧数理化

高一、高二高三晚班 18237500052

### 转让

营业中孕婴奶粉店 13781074537

### 转让

小区便利店150m<sup>2</sup>可空房可带货 电话:18637570028

### 转

武警医院附近一营业中酒店300m<sup>2</sup>左右无人打理 13783202750

### 建材店转让

位置佳,无人打理 新东建材城门口 13837550808

### 安能物流

(最大连锁加盟)平顶山区域代理权及门店 间8间,卫生间,空调9台,写字台、转椅等,也可空房13569591867

### 转让

凌云路中段营业中精装修酒吧,可做各种高端会所,两层共300m<sup>2</sup>,2层三个包房13383751316

### 转

建设路20南左右大农家院,有鱼塘、菜园、果园,可建4S店、办厂、带地转让。18937528070

- 网吧证低价转让18903900365
- 市中心120m<sup>2</sup>门面房2210085
- 市九中北街街舞学校 410m<sup>2</sup>13937522876

### 崔妈

招生十年感统2-12岁,注意力不集中、多动、胆小自闭症儿童语言课程13783283381

### 培训

电工焊工 考证 市电讯职业学校。电话:2963913

### 超凡教育

作文、口才 阅读、数理化精教新概念 13781848517

### 驾校培训

## 鹰都时尚驾校

办驾照去鹰都,50天拿证还返现金2000元,报名送1000元礼品。地址:焦点立交桥北60米。电话:4977888 2375333

### 会计培训

## 三二一会计

入门、实操、考证 18637560176

### 立信会计

中级会计师 注册会计师 注册税务师 本月8日开课 13781866138

### 三厚会计

厚积薄发 厚重成行 18637567079 厚德载物

### D 商务资讯

- 办400电话/做网站4001058400

### 金融资讯

## 股票一对一账户配资

齐经理:13071766685

## 无抵押无担保借款

18203750852  
招聘信贷精英

## 借款

专业房产抵押贷款 专业车辆抵押贷款 15837500217

- 刷·贷 15539792519
- 刷·还 13937591549
- 刷·还·低 13071777253
- 刷·卡可积分 15803758228

信用卡服务13937598795 代还信用卡15137597262

### 售月季花

美琳月季园出售树状月季、藤本月季、月季种苗 电话:15938901003 地址:叶县·任店·尚武营 网址:www.meilin-rose.com

### 汽车服务

- 平顶山金基租车18625376515
- 园林绿化
- 售苗施工养护修剪18803759991

### 工业用品

## 昆仑润滑油

平顶山唯一总代理13733790996

### 机械制造

## 数控机床 精密加工

保质保期0375-3666969

### 二手市场

## 正达表行

15093781313 销售、维修、收购各种名表。 新开源市场东门直行向西路北

- 收废铜各种金属13503414227

### 求购

## 求购砂石设备

圆锥破碎整套二手设备 另八成新捞沙船出售 18768971287 13858930761 章

### 拉卡拉POS机

招市代理和业务员,批发封顶POS, T+0实时到账POS, 公务卡信用卡服务, 刷机免费, 手机POS免费。 0375-2221221 地址:建开岗西北角3楼

### 专业办理

一清POS机, 实时到账, 办POS机贷款, 装机送特惠3%汽车加油卡 18637563993 刘工

### 律师服务

- 刘耀武律师 15836966966
- 郭磊律师 13937508869
- 夏龙调查公司 13849569960

阎律师事务所2226677

### 商标专利

- 商标注册 13803757329

### 工商代理

- 注册 18737535133
- 注册代账 15038800622
- 注册代账 18603750868
- 注册代账 13303909712
- 注册代账 15886709992
- 注册代账 15639978890

### 设计印刷

- 要印刷,找龙发 8861818
- 天一画册纸袋纸杯 13461149566

### E 生活资讯

## 开锁换锁

张氏开锁行 2222110

## 老年公寓

- 阳光老年护理 13937583730

## 心理咨询

- 营养师培训 15237550929
- 大诚心理咨询 13937507536

## 助听器

- 耳聋聋配助听器 13087062226
- 免费上门检测助听器设备 3986612

## 特色美食

- 原味合四不腻特色猪蹄 3413983
- 兴盛德开封特产店 13409490723

## 生活服务

- 上门修电脑 15503751010
- 温馨专业保洁 15137522068
- 二手空调,家电快修 3881111
- 精品月子房游泳馆 15137581185

## 健康美容

## 治鼻炎

15093752333

- 纯中药制剂治咽炎 15093885816

## 治肝病

15237557338

治疗骨折、颈肩腰腿疼、卫医生 13569568365 15937516496

## 膏药

### 装饰建材

## 无锁孔智能防盗门

睿贵十多万,把门打开

地址:西建材南门外 电话:13461127613

### 专业批发室内门

260元、360元、560元, 厂址:开源路与新南环路交叉口西 13837559538 15837538176 (长期有效)

友情提示:使用本栏目信息请核对双方有效证件,投资汇款请谨慎,本栏目信息不作为承担法律责任的依据。