



冬寒逐渐消退,早春缓步走来。虽然距离欣赏花红柳绿的春季美景还为时尚早,但天气渐暖,拂面春风已不如先前那般凛冽了。然而偶尔的低温就好像调皮的孩子,总是不经意的出现,给正准备适应春季生活的人们带来一些麻烦,每年这个季节天气的冷暖无常都会让很多市民“中招”。

笔者的一位好友笑称流感最喜欢打“游击”,神出鬼没让人毫无防备。看看元宵节过后,医院里的人满为患就不要说了,只要一进医院,必然要准备着排队。仅仅单看身边的公共场所里,密封的公交车内,人潮拥挤的大型商场里,甚至每天必须面对的办公室中,几乎这段时间每时每刻都能听到咳嗽声,喷嚏声。在这样的环境中,难免让人心生恐惧,人多拥挤空气又不流通,不“中招”简直是幸运之神的眷顾。流感让大人难受,更让人担心的是回去再传染给孩子就麻烦了。

谁都不愿意生病,然而每年到冬春季之时,很多人对于换季保健却并不怎么注意。其实,这个季节也是很多疾病的高发季,特别是老人和孩子。对于一些老年人来说,这个季节容易引发比如中风,心脑血管等诸多疾病。而对于孩子来说,天气转暖会让很多没有经验的父母产生错觉,也开始给孩子减掉衣物,殊不知孩子的身体抵抗力不强,一旦气温下降,就会难以适应,病菌乘虚袭击,容易引发各种呼吸系统疾病及冬春季传染病。俗语讲春捂秋冻,其实一点都不错,现代人还是应该挺注重老祖宗的这些“顺口溜”的。

今天的C12健康·主打中专家将为大家讲解怎样正确认识疫苗,并且为大家整理了市区各大疫苗接种门诊信息。C13版中专家将为大家讲解怎样科学的“春捂”。C15版中养生达人栏目中,看今天的养生达人讲述怎样的养生故事。

搜城健康专刊今天更加精彩!

□岳惠惠



