

冷空气来袭 防护措施要及时跟上

记者 俞晓赞



上周还是艳阳高照,夏装在身,一转眼,冷空气却马上杀到。从今天开始,我市迎来大幅降温。

御寒,可一点儿都不能马虎。该如何应对急骤变冷的天气呢?8890加盟商们分享了些妙招。

小心“降温病”

每年的秋冬之交,本来就是呼吸道疾病感染的高峰期,近段时间患上感冒、流感、肺炎的市民多了不少。

气温的大幅度降低,最容易引发呼吸道疾病,届时患病的人数将大幅增加。程高虎中医诊所执业中医师程高虎解释,降温时,人容易受到病毒感染,若发烧咳嗽,免疫力下降,细菌就容易乘虚而入。

此外,慢阻肺患者肺功能低下,一次普通感冒都可

能使病情雪上加霜。因此,气温骤降时,慢阻肺患者一定要做好自我保护,避免急性发作。

程医师建议,市民应每日做好开窗通风工作,外出时可佩戴口罩,既保暖又能阻挡细菌、病毒入侵,起到保护呼吸道的的作用。体质较弱者、慢阻肺患者,每年可接种流感疫苗,有效预防呼吸道感染,减少慢阻肺发作或病情加重。

水管保暖可提前预约

气温大幅度跳水,裸露在户外的太阳能热水器和水管总让人担心不已:水管会不会冻住?真空管会不会冻裂?

事实上,市民不需过于担心太阳能真空管。宇恒暖通徐师傅介绍,正常情况下真空管是不会冻坏的,这与其结构有关。

真空管就像是拉长了的暖瓶胆,但是真空管的真空度要比暖瓶胆高得多,通俗点讲,就是说合格的真空管要比暖瓶内胆的保温效果好得多;如果暖瓶里的水

不结冰的话,那太阳能真空管里的水也不会结冰。只有在极端天气下,真空管才会发生冻裂。

相比真空管,太阳能热水器的上下水管与室外的水管更应该多关注。中财管业的潘师傅说,去年冬天的雪天冻裂了不少水管,师傅们都来不及维修,没有及时做好保暖防护是一个重要原因。

过了小雪节气后,寒潮和强冷空气活动开始频繁起来。为避免市民扎堆给水管做保暖防护,潘师傅建议市民可以提前预约。

电动车电池也要防冻

受困于城市繁忙的交通,电动车成为越来越多市民出行的选择。不过,冷空气来袭,如何给自己的电池保暖,成了广大电动车用户的热门话题。

冬季使用电动车应当保持足电状态,这样可以延长电池寿命。8890加盟商夏师傅建议,如果遇到雪天路滑或者上坡、逆风、载重物行驶时,应当尽量使用人力骑行或推行,可避免对电池造成冲击性损害。

由于天冷,不少市民会将电动车放置家中,选择其他的出行方式。此时,对电池存放就很有讲究了。

夏师傅介绍,电池应在室内存放,并在室内进行充电。电池充满电后,再适当延迟充电时间。铅酸蓄电池应放置在阴冷、空气湿度适中的地方,而且蓄电池应保持直立。若要长时间停用,还应先充足电并且定期补充电量,一般每月充电一次。

老化水龙头被淋浴喷头砸断

师傅连夜上门更换 巧解用户难题

158*****98吴女士来电:水龙头断了,需要维修。

记者吴航鑫报道:想不到淋浴头砸下来的力度这么大,居然把水龙头砸断了。19日晚,看着被砸断的水龙头,吴女士急忙拨打8890电话。

吴女士租住在东城街道东街新村,由于房子年代较久,卫生间里的水管、水龙头都已经出现了老化现象。洗澡的过程中,吴女士手里的淋浴头不慎滑落,掉下的淋浴头不偏不倚,正好砸到了底下的水龙头,老旧的水龙头瞬间断裂。

虽然这个水龙头平时不太用得到,可如果不尽快处理,自来水就没法止住,这么多水白白流掉太可惜了。吴女士不知道上哪里去买水龙头,更不知道如何更换,虽然已经将近21时,但她还是决定给8890便民服务平台打电话。

接到派单时,8890的彭易民已经准备休息了。虽然时间已经不早,但考虑到吴女士情况比较着急,他还是立刻起身出门,骑上电瓶车往吴女士家

里赶去。

这种锌合金的水龙头硬度不够,而且已经严重老化,被掉下来的淋浴头砸断也很正常。到达吴女士家后,彭师傅马上开始检查,他发现水龙头的一部分接头已经断在水管里,换上的新的水龙头之前,必须先将这部分接头取出来。

普通的工具无法拧出断在水管里的接头,彭师傅只能用榔头敲击水泥钉,再将接头取出来。但这个环节需要细致和耐心,敲击的力道不能过大,否则容易伤到水管里的螺纹,导致水龙头漏水;敲击的力道又不能过小,否则接头就无法取出。

这样的情况平时经常会碰到,处理起来也不难。彭师傅经验丰富,用起工具得心应手,不到五分钟的时间,断裂的接头就被顺利取出,随后,彭师傅将新的水龙头换了上去,并顺利通过了试水。

没想到师傅这么晚也愿意上门服务,帮我解决了难题。对于8890师傅的服务精神和服务态度,吴女士十分认可。



此疮非彼疮

别把红斑狼疮当成了冻疮

138*****10程女士来电:前段时间,我发过低烧。病好后,在鼻梁和双颧颊等地方,就开始出现不规则的红色斑块,在手掌、足底等部位也有红斑。有人说这是冻疮,可是最近天气挺热,而且我之前没有得过冻疮,想咨询下这是冻疮吗?

胡建江西医诊所主治医生胡建江:冬天,有些人特别是中青年女性会出现冻脸、冻手的症状。表现为面部、手部出现红斑,局部轻微瘙痒,皮温偏低。由于误以为是患了冻疮,患者不予重视,贻误病情。其实,冻疮患者中有少部分是得了红斑狼疮。

红斑狼疮是一种自身免疫性结缔组织病,好发于10至40岁女性,男女发病比例为1:9左右。该病的病因及发病机理尚未完全明了,但可以肯定并非单一因素引起,可能与遗传、环境、性激素及免疫缺陷等多种因素有关。

红斑狼疮主要可分为皮肤型红斑狼疮和系统性红斑狼疮。第一种红斑狼疮的患者,面部多见环形隆起的红色斑块,有清楚的边界,表面有鳞屑。

而系统性红斑狼疮面部红斑呈蝶形分布,以鼻梁为中心向两颊扩展。当头皮磨损时,会出现范围不等的脱发区。其发病可急可缓,临床表现多种多样。早期轻症患者往往仅有单一系统或器官受损的不典型表现。随着病程的发展其临床表现会越来越复杂,可表现为多个系统和器官受损的临床症状。全身表现包括发热、疲劳、乏力及体重减轻等。

冬季是红斑狼疮容易发病的季节,同时也是冻疮的高发期。由于两种病症都会出现不规则红斑,因此很多患者会像程女士一样误以为是冻疮,而错过最佳的治疗时间。

那么,冻疮与红斑狼疮该如何区分呢?首先,患者要注意是否经常感到疲劳,是否常有低热,是否常患口腔溃疡,是否有关节和肌肉疼痛,是否易脱发,手掌、指腹是否有毛细血管扩张性红斑等?如果上述情况有1至2项,就应该及时到皮肤科就诊,明确诊断后接受规范化治疗。

红斑狼疮患者应注意休息,不能太疲劳。外出应穿长袖衣服、戴宽檐帽,尽量少晒太阳。因为光过敏现象是红斑狼疮的一个特征,也是红斑狼疮发病及病情加重的重要原因。如果患处受到阳光照射,很容易造成复发。

本周上线医生 程高虎

上线时间:11月22日19:00-21:00

医生简介:执业中医师,擅长治疗过敏性咳嗽、慢性支气管炎等。

记者 俞晓赞 整理