



“触电”

“哎呀，又被电了！”这段时间，寒冷、风大、物燥，日常生活中，我们常常会碰到各种静电现象：见面握手时，手指刚一接触到对方，会突然感到指尖针刺般疼痛；拉门把手、开水龙头时，也会发出“啪啪”的响声，并伴有刺痛感；早上梳头时，头发会经常“飘”起来，越理越乱……这些都是人体体内静电对外“放电”的结果。专家提醒，随着秋冬季的来临，气候变得干燥、多风，人体容易产生静电，“触电”也就难免。

专家建议，为防止静电，要少穿皮、毛和化纤质地的衣物，特别是中老年人，应尽量穿纯棉制品；脱衣服前，用手轻轻摸一下墙壁，摸门把手或水龙头之前也要用手摸一下墙，将体内静电“放”出去。平时多吃蔬菜、水果、酸奶等酸性食品，多喝水，补充钙质和维生素C。

■记者 胡信锋

气象

空气干燥，别忘润润发

空气污染扩散条件指数：较差，不利于空气污染物稀释、扩散和清除，请适当减少室外活动时间。

穿衣指数：凉爽。建议着夹衣加薄羊毛衫等春秋服装。体弱者宜着夹衣加羊毛衫。但昼夜温差较大，注意增减衣服。

洗车指数：未来持续两天无雨，天气较好，适合擦洗汽车，蓝天白云、风和日丽将伴您的车子连日洁净。

晾晒指数：多云，适宜晾晒。赶紧把久未阳光的衣物搬出来吸收一下太阳的味道吧！

夜生活指数：天气晴朗，你可以尽情外出享受夜生活的乐趣，不用担心天气会来捣乱。

美发指数：气温适宜，但空气干燥，这会加快头发水分和油分丢失，导致头发无光泽，建议使用含有滋润成分的洗发香波、护发素以保护头发。

■记者 胡信锋 整理



长沙马王堆农产品股份有限公司7日价格行情

小葱	2.50	猕猴桃	9.80
小白菜	0.50	苹果	8.40
洋葱	2.00	水晶梨	2.90
白萝卜	0.50	西瓜	4.90
包菜	0.80	白条鸡	15.00
大白菜	0.50	活鸡	14.00
红椒	2.90	活鸭	14.00
红萝卜	1.30	鸡蛋	8.90
茄子	0.90	鲜牛肉	38.00
青椒	1.40	鲜肉	18.10
蒜苗	6.50	草鱼	9.20
土豆	2.40	鲫鱼	9.30
西红柿	2.40	单位:元/千克(公斤)	

■记者 胡信锋 整理

寒潮没来 “大雪”温暖如春

未来3天又是晴好天气 气候干燥谨防口干舌燥、流鼻血

本报12月7日讯 入秋后最强冷空气很不“给力”，今天午后长沙最高温升到14℃，并未出现预报中的寒潮。阳光较昨天更加灿烂，让人难以想象今天已是大雪节气。

难道今年会是“暖冬”？不少市民都有这样的疑惑。不过，记者从气象部门了解到，目前气温虽较常年偏高，但还不能下此定论。

气温降了，寒潮没来

昨天开始的冷空气过程，到今天已基本结束。这两天，风力明显加大，气温也是大幅“跳水”，但并没有出现预报中的寒潮。

“在寒潮边上打了个转就跑了。”省专业气象台副台长邓晓春表示，6日省内大部分地区气温都只有十几度，这与前天相比降幅是比较大的，长沙、岳阳、张家界最高气温降了6-8℃。今天早晨，湘中以北气温较低，岳阳临湘最低温仅3.3℃，与昨日相比下降6℃以上。

“此次冷空气势力虽然较强，但由于是干冷空气，湿度小，所以人体感觉并不是非常寒冷。”邓晓春说，加上这两天阳光一直眷顾三湘，冷空气所造成的降温也受到一定影响。

“暖冬”的定论还尚早

“之前有报道说今冬是‘千年极寒’，可到了这时候棉衣都穿不上，今年不会是‘暖冬’吧？”不少市民发出这样的疑惑。未来三天，我省天气晴好，白天气温回升较快。12日弱冷空气渗透南下，气温略降，还达不到入冬标准。

邓晓春介绍，12月以来，我省气温较常年偏高，但是否“暖冬”，目前难以预测。“暖冬”只是市民根据温度情况和自身对冷暖的感受所下的结论，目前在气象学上并无此说法。判断冬季是偏冷还是偏暖，需要在整个冬季结束后，对冬季天气情况进行统计，才能得出结论。



12月7日，长沙湘江风光带。天气降温不明显，女孩坐在江边晒着暖暖的阳光。 记者 李丹 摄

提醒

气温偏高暗藏危害

暖洋洋的阳光固然驱散了恼人的寒意，但专家说，冬日偏暖看似“温柔”，实则暗藏危害。保健专家指出，如果冬天气温偏高，会使大地水分易蒸发，气候变得异常干燥，一般人会出现口干舌燥、嗓子疼、流鼻血、眼发涩、皮肤干燥发痒等症状。干燥的天气会大大削弱人体上呼吸道的防御功能，从而诱发流感、肺炎、哮喘等呼吸道疾病。

另外，冬天气温长时间“居高不下”，“该死不死”的细菌就会继续活跃，为流感的传播提供机会，而蚊虫也会在暖冬里继续逍遥，来年繁殖的基数就更大。

■记者 胡信锋 通讯员 廖春花



这姿势酷吧

12月7日，长沙市蔡锷路，太阳晒得阿猫我好舒服，扭了扭身子，好想把全身上下都晒个遍。来个“神龙见尾不见首”的姿势，够酷吧。

王冲虎 摄

健康

天冷了，烫伤的儿童又多了 千万别把酱油当烫伤药涂

本报12月7日讯 近日天气转冷，不少粗心家长在给小孩洗澡、取暖时出现意外。记者今日获悉，省儿童医院、省人民医院等急诊科连日来收治多名被烫伤、烧伤的患儿。专家提醒，寒冷的冬季是孩子意外烫伤的高发季节，家长千万不要大意。

省儿童医院急诊外科主任尹强介绍，收治的这几名烫伤宝宝，有的是伸手去抓妈妈刚做好的热汤被烫伤；有的是用热水袋或取暖器取暖时被烫伤……

尹强告诫家长，预防宝宝烫伤，一定要注意以下几个方面：在给宝宝准备洗澡水时要先放冷水，后放热水，最好先将水温调好后，再让宝宝进入浴室。切忌往热水袋内装开水或将热水袋直接接触宝宝娇嫩的皮肤。若宝宝发生烫伤时，应迅速脱离热源，剪开沸液浸渍的衣服，尽快降低局部温度，用冷水冲或直接浸入冷水中是最有效的方法。值得注意的是，石灰水、酱油都是民间常用的烫伤药，紫药水也常用于烫伤处的消毒，但是这些处理都是不恰当的，都不宜用来抹烫伤处，最好是及时送到医院请医生根据烫伤情况用药。

■记者 张春祥 通讯员 陈小燕

高血压治一个笑一个 真情回馈新老客户

西芹降压素胶囊是在长白山的野生西芹中提取西芹素，依据国际心脑血管病研究中心的科学理论，是国家十五科技攻关重点项目。相对于其它高血压药品，它的突出特点是功效显著，对降血压、降血脂、降血糖有非常好的效果，并保证纯植物绿色降压，没有任何毒副作用，安全有保障。

西药降压 = 慢性自杀

众所周知，西药是通过强行扩张血管来达到降压的目的，长期使用会产生依赖和毒副作用。出现恶心、头晕失眠、心跳加快，损坏心脏功能。其毒性破坏肝肾功能，导致阳痿、早泄，最终危及生命。

刷刷血管洗净血，轻松降血压

服用当天其它降压药都可以停用！服用10-30天患者血压正常，高血压引起的头晕头痛，心闷气短，失眠健忘，眼花烦闷，心悸乏力，四肢麻木等合并症基本消失；服用3个疗程即可停药，高血压不再高，也不反弹，达到无病状态。西芹降压素胶囊含抑制因子：作用一：平稳降压不反弹，达到无病状态；作用二：对高血压引起的心、脑、肾等各种并发症有明显的辅助治疗作用；作用三：对心梗、脑梗、中风、猝死、肾衰竭等起到卓越的预防效果。

降价热线：**0731-86649310** 原价：38元/盒 买10送5

凡一次购买30盒者，将免费赠送价值298元的降压手表一块 特惠价：**19.8元/盒** 买20送20

专家提示：服用2疗程后，血压可长期稳定在120-80。服用前请咨询 活动12月8日-12月13日 购买每盒相当于9.9元赠品与买品相同 买30送30

地址：火车站楚明堂大药房(楚云饭店旁) 平和堂药号(五一、东塘)店 东塘楚仁堂大药房 王府井楚仁堂大药房(王府井负一楼) 南门口好又多药店 火车站仁寿堂大药房 湘春路楚明堂大药房(中西医院旁) 河西楚明堂大药房(枫林宾馆旁) 河西通程新一佳药店 汽车西站康寿大药房 株洲：平和堂药号(火车站家乐福旁) 湘潭：福顺昌药房(基建营、南盘岭)店 市内免费送货 外地货到付款

调节自身免疫 预防反复感冒

冬天是呼吸疾病的多发季节，天气多变容易造成人体自身免疫系统的紊乱引发感冒等多种疾病，来就诊的病人明显多于平时，其中很多就是经常性的感冒。

感冒虽不是大病，但由于起病急容易并发肺炎、哮喘、心脏病等疾病，值得警惕的是，对感冒的治疗普遍使用抗生素，它的滥用已引起卫生部的密切关注，我国每年有8万人死于抗生素的滥用。怎样正确防治感冒，是一个值得大家重视的课题。医学上年均2次以上的感冒都可以定义为反复感冒，这类病人，平时尤其要注意锻炼身体适时增减衣服，配合一些免疫调

节剂的治疗，如斯奇康，是可以减少和控制感冒的发病频率的。斯奇康能显著提高人体自身免疫力对抗各种流感病毒，早在抗击SARS的过程中广泛临床应用，受到了广州呼吸研究所钟南山院士的肯定与推崇。大量医学文献证实：斯奇康通过调节机体内细胞和体液免疫，刺激网状内皮系统，激活单核-巨噬细胞，增强自然杀伤细胞功能，达到显著增强机体抗病能力，从而有效预防反复感冒。

中南大学湘雅附二医院呼吸内科 博士生导师 陈平 斯奇康免疫健康咨询电话：400-8877-479