

节后迎来过敏高峰期——

# 外出旅游,先看“过敏地图”



今日女报/凤凰网特约记者 张杰

在阳光灿烂、繁花盛开的日子,遇上“五一”小长假,不少人坐不住了——约上情人知己,来场说走就走的旅行吧!走出家门,并不是件难事儿,可在这万物复苏的春天,旅途遇上过敏,可就玩得够呛。近日,国家卫计委公布了最新的过敏症调查数据,从2014年5月初的大数据上看,各地医院将在节后迎来过敏高峰期。于是,一份由3名专家绘制的“过敏地图”传遍医疗界,让我们带上它,享受健康假期吧!

**霉菌:**保持干燥,勤清洁

代表地区:华南、华东

蔡绍曦(南方医科大学南方医院呼吸科主任)

4、5月份广州总是湿漉漉的,“回南天”的空气好像能挤出水来。5、6月份江浙地区正是梅雨季节,小雨淅淅沥沥能下几个月。这样的

天气里,华南地区空气里都透着一股“发霉的味道”,而霉菌也的确会引发大家的过敏症状。

对于外来游客而言,预防霉菌过敏,首先要保持干燥,及时清洁。去这些潮湿的旅游地,一定要记得多带上两套衣服,方便

换洗,同时佩戴口罩,杜绝霉菌从鼻孔等地方入侵。睡觉时,不要开窗,如未下雨,白天赶紧开窗通风。有必要的话,使用除湿机,让睡眠环境下的湿度保持在50%以下。如果出现过敏性鼻炎或哮喘症状,建议及时就诊。

**花粉:**赏花不要凑太近

代表地区:东南沿海、华南以及华东、华北、华中部分城市

高静(厦门大学附属第一医院耳鼻喉科副教授)

每年3、4月份,华南及东南沿海地区逐渐变成了花的海洋。入春后,前来就诊的哮喘患者就会增加,花粉中某些蛋白质是过敏原,在气温较高、多风的晴天,

颗粒小、易吸入的风媒花粉会大量传播,诱发过敏。

是否对花粉过敏因人而异,建议外来旅客,如果是过敏体质,尽量不要在开花的树下逗留,赏花时要佩戴口罩,以眼观为主。居住环境白天少开窗,不让花粉进屋。过敏症状严重者,可口服抗组胺药或使用激素类喷剂等缓

解,也可到医院做过敏原检测。

而在北京、武汉、长沙等地,每年5月铺天盖地的飞絮让大家饱受困扰,所以,建议过敏患者不要选择去这类城市,一旦出现过敏症状要及时就医。如果实在要去,最好选择雨后空气较好的时候出门,并佩戴口罩,阻断与过敏原的接触机会。

**海鲜:**远离海边管住嘴

代表地区:胶东半岛、舟山群岛  
王吉波(青岛大学医学院附属医院风湿免疫科主任)

春暖花开的胶东半岛、舟山群岛等地海水湛蓝,吹着海风,吃着海鲜,成为当地人一大快事。但不少市民只要一到海边,海风

一吹,就开始打喷嚏、流鼻涕,不一会就会出现面部潮红、肿胀等症状,更别提吃海鲜了。

海鲜、海风等是居民常见的过敏原,许多游客一来就过敏。其一,海鲜中富含大量异种蛋白,可直接或间接激活免疫细胞,导

致过敏。其二,海风中的盐分高,长期吸入高盐分的空气会诱发过敏性鼻炎和哮喘等。

因此,若游客一吹海风就出现鼻痒、打喷嚏、流清水样鼻涕等症状,就要及时到医院就诊。

健康身边事

## 16岁“兔唇”女孩微博求助,搭上“微笑列车”

今日女报/凤凰网记者 李诗韵 通讯员 梁辉

16岁,很多人还在父母身边撒娇,她却因唇腭裂惨遭抛弃,习惯露宿街头;16岁,本应徜徉在知识的海洋,她却因



为户口问题从未踏进过学校……

对于患有严重唇腭裂的郴州女孩刘冰桃来说,微笑是一种奢望。一个多月前,唯一陪伴自己的父亲也去世了,手机成为唯一的遗产。为了抓住最

后的一丝希望,冰桃发出了一条求助微博——

“我是一名唇腭裂患者,小时候因为我的缺陷,妈妈和奶奶多次将我扔掉,爸爸的坚持让我得以继续生存,可是现在爸爸也因病去世了,因为没有户口,我没有上过学……”

一条微博引发了爱心组织的关注。庆幸的是,得到媒体和爱心组织的帮助后,刘冰桃最终被送入湖南省人民医院接受免费治疗。4月26日,国内首个唇腭裂美容阶段修复援助计划“完美微笑”启动后,刘冰桃也成为“完美微笑”援助计划的首批援助对象。

## 方便孕妇,医院将月嫂请入病房

今日女报/凤凰网(记者 李诗韵 通讯员 李俞辰)生完宝宝,新爸妈最大的困扰就是如何照顾孩子?近日,为了解决分娩后孕产妇对宝宝的照顾问题,湖南省妇幼保健院派出产科护理骨干人员外出考察学习,学习先进的经验和做法。4月28日,省妇幼馨月中心派出多名月嫂来院接受考核,合格后将进入病房服务孕产妇。

该院工会主席龙华平介绍,对月嫂的培训



主要针对月嫂的工作职责和日常工作规范。将要求月嫂从工作质量和规范上对服务对象提供优质服务,提高母乳喂养率。

据悉,省妇幼月嫂入病房服务将收取一定的费用,一对一、一对二、一对三三种服务模式收费不同。

# 五一好好玩! 友谊阿波罗打造购物盛宴 全省百货店满 300 送 151

在长沙的天气还停留在四月随机模式的时候,五一促销战已经在看不见的硝烟中拉开帷幕。为了争夺消费者,长沙各大百货店纷纷开始一波又一波促销。今年五一,友谊阿波罗特别推出——“五一好好玩满300送151”的主题活动,让消费者乐享优惠,玩购生活。

**满300送151  
更有惊爆价商品等你来**

友谊阿波罗携全省百货门店倾城出击,推出“满300送151”的超值优惠活动。4月30—5月3日,在友谊阿波罗全省各百货门店购物满300即送151的电子优惠券,多买多送。活动期间,门店还将精心

准备惊爆价人气商品,最低只需51元。

**扫神码赢红包  
O2O平台发力**



与往年传统的抽奖环节不同,此次的抽奖送红包改成人人有奖的“神码来啦”扫码赢红包的方式。4月30日

—5月3日,只要在友阿各门店购物即可扫描购物小票上的“友阿神码”,即可马上领取友阿送出的惊喜红包。红包种类包括实体门店电子券,顾客拿到红包可在线下门店直接抵现使用;还有友阿特品汇与友阿农博汇的电子优惠券,可直接在友阿特品汇和农博汇购物使用。扫神码赢红包是友阿O2O模式的又一次新尝试,扫码即可马上领取和查看红包的方式也大大增强了用户的体验感和参与感。

除了实体门店之外,友阿股份的旗下的O2O电商平台友阿特品汇tepin.com、农博汇hnmall.com也加入五一狂欢的队伍中来。4月27日—5月3日,

登录友阿特品汇百万优惠券免费领取,还有超多爆款商品低价抢;友阿农博汇五一放价大风暴,全场商品3折起,让用户们备好美食去旅行。

**五一好好玩  
释放都市生活压力**

除了“满300送151”的优惠活动外,今年五一友谊阿波罗还为顾客打造了一场精彩的游戏盛宴。5月1日到5月3日,友谊阿波罗五一好好玩游戏手工体验也正式开启,真人版奇趣大富翁、手工制陶、手工烘焙……等各种体验游戏项目齐聚友谊阿波罗长沙各门店,顾客在友阿购物的同时,可以暂时抛开繁忙的工作和生活琐

事,通过玩游戏找回久违的单纯快乐,更可以通过手工制陶、烘焙等体验项目发现生活中的更多乐趣与美好。只要关注“微购友阿”微信号,即可在长沙区各门店现场参与奇趣大富翁等游戏体验项目,好好玩一场,感受游戏带来的纯粹的快乐。

“现代都市人大都工作忙碌,可能很多人已经忘了自己上一次尽情享乐是什么时候了。这次的五一活动我们以‘五一好好玩’为主题,在门店安排了很多好玩的游戏和体验,就是希望这个假期所有来友阿的顾客都能暂时抛开一切,痛痛快快地玩一场,好好享受生活的乐趣。”友阿副总裁崔向东如是说。