

# 紧跟热潮，炎穿冬衣真爽？

文、图：今日女报 / 凤网实习记者 杨冷

“夏天穿羽绒服隔热，会不会更凉快？”随着时尚圈开始流行反季穿搭，不少网友也紧跟时尚尝试夏季穿羽绒服，冬季穿短裙。

今日女报 / 凤网记者发现，无论是各大时装品牌在夏季新品中频现的针织、皮革、羽绒服等秋冬元素，还是在各路明星、时尚博主晒出的日常穿搭里，“不合时节”的服装元素，早就打破了大家对夏季穿搭的想像力。如此“潮”出圈的穿搭方式，对我们的健康是否有影响呢？



## 反季穿搭，紧跟“热”潮



“凉快”向来是普通人的夏日穿搭准则，但如今走在时尚尖端的明星们却“以热攻热”，掀起一股无温差的反季时尚。

前不久，年轻艺人蔡徐坤在三亚录节目时，上身穿羽绒服，下身穿短裤，反季搭配格外引人注目；明星戚薇，因夏天戴毛线帽“不好好穿衣”上了热搜；明星欧阳娜娜夏天参加酒会，以

一身冬装亮相；被称为时尚达人的“90后”美国新生代女歌手爱莉安娜·格兰德，更因酷爱夏天穿羽绒服，在很多街拍照中都以反季搭配亮相。几位时尚达人在接受今日女报 / 凤网记者采访时表示，这种反季穿搭并不算异类，反而是一种时尚的表达。

难怪，在接近40℃的长沙街头，不时能见到穿着厚靴或马甲的年轻

人。在长沙市五一广场，今日女报 / 凤网记者问一位穿着短裙厚靴逛街的女生热不热时，她却笑着说：“虽然不凉快，但是造型搭配这样才好看。”

可以看出，当下反季穿搭在年轻人中颇受欢迎。今日女报 / 凤网记者发现在一些网店中羽绒服成为了当季热卖品；而短裙、丝袜等在冬季销量也很不错。

## 反季穿搭，对健康不利



“从健康角度看，不主张反季穿搭。”7月23日，湖南中医药大学第一附属医院教授刘朝圣接受今日女报 / 凤网记者采访时如是说。

刘朝圣表示，如果长期反季穿搭，肯定会对身体造成一定伤害。夏天湿热，长时间穿着羽绒服等厚衣物不利于身体的排汗和透气，更易出现一些皮肤方面的问题。而冬天女孩子选择穿着短裙、丝袜，尽管美丽“冻”人，但也容易受到寒气的侵袭，导致关节炎，严重还会出现宫寒等情况，对健康十分不利。

虽然即将立秋，但湖南的秋天并没有这么快到来。刘朝圣也提醒大家，当季穿衣的材质应优选棉、丝、麻三料。纯棉面料的手感柔软，穿着舒适、爽身，而且易吸汗、易干，也不易产生静电。在大汗淋漓的炎炎夏日，棉纤维不仅能吸走周围大气中的水分，作为天然纤维的棉织品还不会对肌肤造成刺激。

刘朝圣说，而真丝材质冬暖夏凉，透气性非常好，吸湿性也不错，是夏季的服装面料的最佳选择。

“现在的服装中，涤纶、氨纶、锦纶三料虽然使用范围广，有其独到的优势，但由于透气性差、吸湿性不强、易起静电等缺点，是不适合在酷热天气穿着，应尽量避免选用。”刘朝圣补充，“夏季的服装，大都是贴身穿着，所以在选择的时候需要多注意，过敏人群在选择衣服材质时最好选择天然织物，以减少对皮肤的刺激，尽量避免选择人造材质作为衣服材料。”

看来，反季穿搭虽然很潮，但从健康角度来看并不可取。

## 男子上厕所险些丧命，竟和这坏习惯有关

☞ 消息

今日女报 / 凤网讯（记者 陈寒冰 通讯员 孙红霞 朱文青）7月25日，家住长沙雨花区的陆先生（化姓）出现在长沙市中心医院（南华大学附属长沙中心医院），右颈部和右肩部插着两块长约20厘米的尖玻璃，十分吓人。经紧急治疗，目前已转危为安。

7月26日，今日女报 / 凤网记者在长沙市中心医院（南华大学附属长沙中心医院）脊柱外科病房见到了手术后的陆先生。据陆先生回忆，7月25日6时许，他起床后刷着手机上厕所，蹲了约20多分钟后起身，感觉头晕得厉害，接着就晕倒了。醒来后，陆先生发现自己摔倒在厕所的玻璃隔断门上，卫生间里一地的碎玻璃，地上还有血迹。

当他意识逐渐清醒后，照镜子发现有两块玻璃刺入了自己体内，便立即拨打了120急救电话。

接诊医生检查后发现，有两块玻璃横插在陆先生体内，深度都在10厘米以上，且位置特殊，与颈部重要血管、神经相邻。最终，在全麻下将颈部及肩部的异物取出。

脊柱外科副主任医师许宇霞介绍：“两块玻璃都深达深筋膜，如果角度再向前方倾斜10度左右，就会损伤臂丛神经及椎动脉等颈部重要神经、血管。可以说患者很幸运，与死神擦肩而过。”目前，陆先生术后恢复良好。

许宇霞副主任医师提醒：很多市民有

边蹲厕所边刷手机的习惯，刷手机会在无意中延长人如厕的时间，而人体在久蹲的时候，由于下肢血管受压，血液会滞留在下半身，在突然改变体位站立时，会因为血液滞留在下肢静脉，导致脑部瞬间供血不足，容易出现头晕、站立不稳、摔倒等情况，如果卫生间安装有玻璃门，则更加危险。如出现玻璃等异物插入体内且位置较深的情况，切不可自行拔出，以防在拔出过程中损伤周围血管、神经，或有异物残留，造成二次伤害，一定要及时拨打120，等待专业医生救援。在转运的过程中要注意保护好创面，避免因搬动而加重玻璃碎片的刺入。

### 小科普

#### 新生儿贫血该怎么办

文 / 吴玲峰（湖南省儿童医院新生儿三科）

贫血患儿可出现面色苍白或萎黄，容易疲劳，抵抗力低等症状。造成宝宝贫血的原因很多，目前来说，大多数婴儿贫血是缺铁性贫血。那么该如何预防孩子缺铁性贫血呢？首先要坚持母乳喂养。母乳和牛乳含铁量均很低，但母乳中50%的铁可被吸收，而牛乳中铁的吸收率仅10%。其次要定期检查血红蛋白。孩子出生6个月或9个月时要检查血红蛋白，之后每半年检查一次，可发现孩子有没有贫血征兆。最后要科学添加辅食。选择强化铁配方的辅食，加铁的婴儿配方奶粉、含铁的米片或含铁的维生素滴剂等。同时，还要补充富含维生素C的食物，比如西红柿汁、菜泥等，以增进铁质吸收。此外，当宝宝开始吃固体食物后，也要多喂食含大量铁质的食物，如鸡蛋黄、米粥、菜粥等。

#### 暑假，别让溺水伤害孩子

文 / 向仕婷（湖南省儿童医院儿科医学研究所）

夏季来临，又到了溺水的高发期，溺水事故接二连三地发生，一次次惨痛的教训给社会、家长敲响了警钟。做到以下几点，家长能有效防止孩子溺水。首先要向孩子普及安全游泳知识，尽早教会孩子游泳；家长和孩子应学习溺水急救知识，同时要对孩子进行自救能力培训；其次要带孩子去正规的游泳馆游泳，正规游泳馆会配有水源隔离带、危险水域醒目牌、充足的救生设备等。同时要提高孩子的自我保护意识，不要独自前往深水区戏水；最后，家长带孩子去游泳的时候，一定要时刻关注孩子，不让孩子擅自行动，同时要让孩子在下水前做好充分的准备活动，在水上玩耍时最好要穿救生衣。

#### 警惕！小儿也会脑出血

文 / 徐悦平（湖南省儿童医院神经外科）

很多人以为脑溢血是中老年人的“专利”，其实生活中也有很多小儿突发脑溢血。这对孩子的身体健康会造成很大的危害，如果不及治疗，甚至会对孩子的生命安全造成威胁，所以一定要引起重视。小儿脑出血也叫出血性卒中，是由脑血管畸形，患有血液病，新生儿颅内出血或者颅脑外伤、中毒性脑病、颅内肿瘤等原因引起的，会引起头痛、偏瘫、不能说话，严重者还会出现意识障碍，呼吸急促等症状。尤其眼部会有较明显的症状，比如凝视、斜视，眼球上转困难等。当小儿出现这些症状后，一定要带孩子及时就医，不要耽误最佳治疗时间，多给孩子补充水分，吃新鲜的果蔬，还应多吃碘元素及纤维素丰富的食物，这样才能更快恢复健康。