

冬季病毒感染切勿盲目用药

新冠病毒感染、肺炎支原体感染、流感……一到冬季,呼吸系统疾病发病率明显升高。面对多种病原体混杂的局面,如何有效判断疾病类别,给予及时对症的治疗?

日前,在国家卫生健康委召开的新闻发布会上,中日友好医院主任医师陈文慧提醒,要针对不同病

毒用药,避免盲目滥用。“冬季容易出现病毒感染,比如甲流病毒、新冠病毒、流感病毒感染等,而抗生素对病毒是没有效果的。”陈文慧表示,针对不同病毒有不同药物,滥用抗生素反而可能导致咳嗽、黄痰增多,发烧无好转,血常规异常等情况,一些患者还会出现症状的

急性加重。

针对疾病类型的判断,专家们给出了一些基础方法。感染甲流、乙流等流感病毒,通常会在鼻塞、流涕、轻微咳嗽等症状的基础上出现肌肉酸痛、发热,并伴随聚集性发病的情况。支原体感染多发生于儿童和青少年,主要症状是发热、

干咳、咽痛等。新冠病毒感染有时会合并出现嗅觉味觉的异常。诸如病毒感染被称为“冬季呕吐病”,在学校、幼儿园等机构容易发生聚集性疫情,症状以呕吐和腹泻为主,伴有恶心、发热。目前没有特效药物或疫苗进行防治。

(据《科技日报》)

缠人的“小毛病”:口腔溃疡

“欲哭无泪”。口腔溃疡大约需要两周的时间才能愈合。其间,溃疡会令人感到疼痛,且在最初的3~4天疼痛最严重。除非溃疡很大或很深,否则愈合后通常不会留下疤痕。

口腔溃疡的病因复杂,可能涉及以下几个方面:心理压力、作息紊乱会导致免疫力下降,从而引发溃疡,且常因压力复发。维生素或微量元素缺乏,如缺乏维生素B₁、B₁₂、叶酸、锌、铁等,也会增加患溃疡的风险。另外,有研究表明,口腔溃疡虽然不传染,但可能有遗传性。免疫异常、

免疫系统紊乱可能是诱因之一,溃疡可能与身体攻击自体口腔细胞有关。刺激因素方面,咬到口腔、刷牙过猛、戴矫正器或假牙等机械刺激也可能诱发溃疡。过敏性体质的人,食用刺激性食物(如辣椒、咖啡)或服用某些药物可能引起溃疡。病毒或真菌感染,也可能导致溃疡。

口腔溃疡多数能自愈,但疼痛影响生活时,可尝试以下方法:局部治疗使用止痛药物,可以选用含有利多卡因的口腔喷雾或凝胶,缓解疼痛。修复药物,使用促进伤口愈合

的药物,如地塞米松含片。对于反复发作的患者,可以考虑补充维生素(B族维生素、维生素C)或微量元素(锌、铁)。服用免疫调节药物,则需在医生指导下进行。在日常生活中,饮食应避免辛辣刺激,注意均衡营养,多吃蔬菜水果。保证充足睡眠,放松心情。常用温水漱口,减少感染机会。如果溃疡面积大、持续时间长(超过3周),伴随发热、淋巴结肿大,或反复发作频繁,应尽早就医排查其他疾病,如白塞病、口腔癌等。

(据《今晚报》)

冬季为何更容易睡过头?

在耳边低语:“天还黑着呢,再睡会儿吧!”这让人难以抗拒,自然就容易赖床。

饮食习惯 冬季恰逢诸多节日和假期,比如元旦、春节等。节日期间,熬夜庆祝、聚会聊天成了常态,人们的作息时间往往会被打乱。同时,寒冷的天气让人更偏爱火锅、热汤和面食等高碳水化合物食物。这些食物会导致血糖快速上升,胰腺则需要分泌大量胰岛素来降低血糖,使得大脑的能量供应

变得不稳定,跟玩蹦极似的,忽上忽下,让人容易感到疲倦。

室内空气质量 在冬季,为了保持温暖,我们通常会关闭门窗,减少通风,这会导致室内空气流通不畅。经过一夜的呼吸和新陈代谢,室内的二氧化碳浓度会逐渐增加,可能出现轻微的缺氧,让人感到疲倦,难以清醒。

情绪影响 冬季阳光稀少,光线昏暗,这会影响大脑中神经递质的平衡,特别是血清素的分泌。血

清素在情绪调节和精力维持中扮演着重要角色,其水平的下降容易导致抑郁和焦虑情绪,这些情绪往往伴随着懒散和嗜睡的症状。

此外,冬天的户外环境显得光秃秃、冷清清,人们减少了社交活动,大多选择猫在家里。室内的安静和温暖让人的心情也随之平静,失去了往日的活力和精神,变得懒洋洋。在这样的氛围中,时间仿佛也变得缓慢,让人更愿意选择休息和睡眠。

(据《健康中国》)

分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)
郑重声明:本栏各类信息,如要求交押金或预付款时,请务必小心,敬请广大客户注意甄别假冒行为,谨防受骗,负责后果自负。

15548876987 13354876987 0471-6635651

地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

友情提示

新城区闻都广告设计服务部为《北方新报》分类广告独家代理方,其余任何自称《北方新报》或使用与《北方新报》近似名称的单位、网站及个人开展广告业务均与我单位无关,请广大客户注意甄别,避免带来不便和经济损失!

咨询电话:0471-6659562
(北方新报)编辑部

<p>工程项目债权债务清算公告</p> <p>内蒙古第三建筑工程有限公司所承建的内蒙古化工职业学院屋面防水工程项目于2019年8月25日已全面竣工,现我公司成立项目清算组,负责处理该工程项目债权债务(农民工工资、材料款、机械租赁及其它款项)等后续事宜,请与本项目有债权债务关系的所有人或机构见报日起60天内持相关合同及证件向清算组申报,逾期不办本公司将不予处理,责任自负。</p> <p>联系电话:张经理 固定电话:18048362932</p> <p style="text-align: right;">内蒙古第三建筑工程有限公司 2024年12月9日</p>	<p>资质注销声明</p> <p>因业务整合,我公司于2024年12月3日起,注销所持有的公路工程综合乙级资质,证书编号:蒙GJC综乙2019-016,特此声明。内蒙古交通设计研究院有限责任公司2024年12月9日</p>	<p>寻人启事</p> <p>张涛,通辽人,身份证号152321199302284058,从2023年7月份开始跟家里所有人都联系不上了,家里人都挺着急的,如有见到此人请与我们联系。</p> <p>亲属电话:15598010020</p>	<p>遗失公告</p> <p>呼和浩特市民区未名堡幼儿园(统一社会信用代码52150100067524466M),依据《民办非企业单位管理条例》规定拟向回民区民政局申请注销登记,请债权人于公告发布之日起45日内,向本幼儿园清算组申报债权,特此公告。</p>
<p>拍卖公告</p> <p>受委托,陕西金正拍卖有限公司拟对内蒙古自治区呼和浩特市三处房屋依法实施公开拍卖,现公告如下:</p> <p>一、拍卖标的:标的①内蒙古自治区呼和浩特市赛罕区腾飞路48号麦迪逊花园C29号楼1单元401住宅(含车位1个),房屋建筑面积315.62平方米;标的②内蒙古自治区呼和浩特市赛罕区包头大街恒大华府7号楼2单元3202住宅,房屋建筑面积141.3平方米;标的③内蒙古自治区呼和浩特市新城区海拉尔东街富恒广场1号商业楼2011商铺,房屋建筑面积53.06平方米。</p> <p>二、拍卖时间:2024年12月16日上午10时</p> <p>三、拍卖方式:网络拍卖中拍平台(https://paimai.cai123.org.cn)。</p> <p>四、展示时间及地点:自公告之日起在标的所在地预展标的。</p> <p>五、告知事项:1.中华人民共和国境内的自然人、法人或其他组织均可参与竞买(法律有限规定的除外);2.竞买人应实地考察标的,凭有限证件办理竞买登记手续并预交;标的①50万元;标的②20万元;标的③5万元的竞买保证金。3.该标的产权清晰无争议(有不动产证);</p> <p>联系电话:13992337055,13909132868,联系人:何先生,雷先生 陕西金正拍卖有限公司 2024年12月9日</p>	<p>注销公告</p> <p>呼和浩特市回民区未名堡幼儿园(统一社会信用代码52150100067524466M),依据《民办非企业单位管理条例》规定拟向回民区民政局申请注销登记,请债权人于公告发布之日起45日内,向本幼儿园清算组申报债权,特此公告。</p>	<p>遗失声明</p> <p>●鄂尔多斯市正元和房地产开发有限公司(统一社会信用代码91150602552849168K)的公章和财务专用章遗失,声明作废。●车主:张伟遗失车辆:蒙LW747挂(黄色)道路运输证,证号150824052996,声明作废</p>	<p>免责声明</p> <p>本人李美青,此前本人身份信息被内蒙古中环建设有限公司登记为内蒙古自治区水利工程施工岗位管理证书,证书编号:蒙SL-2023000003467,有效期至2023.10.23-2026.10.23,本人郑重声明:此证书声明作废,本人身份证信息也不允许其使用。</p> <p>内蒙古中环建设有限公司如未经本人同意擅自冒用均构成对本人名誉权等合法权益的严重侵犯,如上述公司股东或人员冒用本人身份证件从事非法活动的行为,包括但不限于洽谈、投标、合同签订、收款等行为所产生的一切后果由侵权方全部承担,本人不承担任何责任,并依法追究民事赔偿责任、刑事责任以及其他法律责任的权利,特此声明!</p> <p style="text-align: right;">声明人:李美青 2024年12月5日</p>