



眼下正是百花盛开、外出踏青的好时节,但因引发的皮肤病患者也明显增多,特别是花粉、昆虫叮咬、紫外线引起的皮肤过敏问题多见。那么如何预防皮肤过敏?市中心医院皮肤科副主任医师杜聘峰对此进行了介绍。

赏花小心花粉过敏

随着各式花朵盛开,市民外出踏青热情高涨,在公园等地,赏花的人络绎不绝,不少人手持花枝或对着花朵深呼吸,以这类与花朵亲密接触的造型来拍照留念。

上周末下午,28岁的张女士和朋友一起去公园赏花,走在花丛中,心情是美好的,然而不一会儿,她就觉得脸有点痒,回家更是灼热。第二天,她顶着一张红肿的脸去了医院,确诊为季节性接触性皮炎。

“春季回暖,百花盛开。油菜花、樱花、桃花、梨花等草本或者木本植物的花朵会使空气中花粉密度逐步增加,踏青活动会使花粉过敏人群与花粉接触几率增加,过敏概率增加。”杜聘峰介绍,季节性接触性皮炎由花粉引起,症状为皮疹局限于颜面部、颈部,轻度红斑、丘疹、肿胀,严重时可有渗液,后期皮肤轻度肥厚、脱屑。治疗方式有:口服抗过敏药物;无渗出者,可外用炉甘石和激素霜剂,渗出明显者,先使用3%硼酸液进行湿敷;严重者使用激素或者免疫抑制剂;可查找过敏原确定花粉类别,进行特异性脱敏治疗。

另外,花粉也可引起荨麻疹,症状为风团伴瘙痒,风团可24小时内消退,但易反复。治疗方式有:口服抗过敏药物;严重者使用激素或者免疫抑制剂;查找过敏原,可进行脱敏治疗。

预防花粉引起的过敏,可以查找具体过敏花粉种类,针对性进行特异性脱敏治疗。当然一些患者花粉过敏症状很轻,那么在踏青时戴好眼镜、口罩,外出回家后对暴露皮肤及时清洗,也可避免过敏发生。

昆虫叮咬引发丘疹性荨麻疹

几天前的一个下午,女儿和伙伴们在小区草坪上嬉戏玩耍,晚上不停地抓挠,张女士检查发现女儿身上起了很多红疹,到医院检查后确诊为丘疹性荨麻疹。

“春季气候回暖,昆虫复苏,对昆虫唾液致敏的小朋友和部分大人如果不慎被叮咬也会引起过敏。”杜聘峰说,丘疹性荨麻疹由蚊、白蛉、蠓、蚤、虱、螨虫等昆虫叮咬引起,多发于躯干、四肢伸侧,群集或散在,为绿豆至花生米大小,略带棱形的红色风团样损害,有的有伪足,顶端常有水泡,可演变为大疱。

治疗丘疹性荨麻疹,一般外用炉甘石洗剂、激素药膏或中成药膏,合并感染时加用抗生素药膏。全身症状明显者口服抗过敏药物,必要时使用激素口服治疗。

预防昆虫叮咬引起的过敏,应注意个人卫生,避免和昆虫藏匿的花草和动物的过度接触,皮肤暴露位置尽量用衣物遮盖。“当然不能做到万无一失,不过目前已有实验证实,反复叮咬可产生脱敏作用,因此不需过度担心。”杜聘峰说。

紫外线引发日光性皮炎

前几天,市民李女士陪家人外出踏青,回家后发现皮肤出现了红斑而且还很痒,前往医院后才得知自己患上了日光性皮炎。她百思不得其解,不是要到太阳毒辣的夏天,才会引起日光性皮炎吗?

“由冬转春,日光中的紫外线也骤然增强,踏青过程中对紫外线致敏人群或小部分过度日晒的正常人群就有可能出现过敏。”杜聘峰表示,日光性皮炎由紫外线中UVA或UVB引起,症状为红斑、丘疹、水泡或皮肤肥厚、自觉瘙痒。

治疗方式有:轻者外用炉甘石洗剂,稍重者选用冷敷;硫酸羟氯喹口服抗过敏;轻者抗过敏药物口服,重者或疗效欠佳者可口服小剂量激素;避免吃光敏性食物和药物。

预防紫外线过敏,可使用紫外线遮阳伞和防晒霜,最好使用SPF15和PA++以上的防晒霜,或者在日光比较强烈时避免外出。另外避免吃光敏食物如香椿、香菜、芹菜等和药物如磺胺、四环素等。

踏青,如何预防皮肤过敏?杜聘峰建议,踏青前携带一些皮肤科常用的口服和外用药物如氯雷他定片、皮炎平、炉甘石洗剂等,如果踏青途中不慎过敏,可对症处理。但如果无任何药物,可以先用矿泉水或者冷开水冷敷处理。不论哪种方式,如果症状无好转,需就近去医院治疗。

小心,灿烂花朵也『伤人』

咸宁日报全媒体记者 刘念



当心,野外踏青量力而行

咸宁日报全媒体记者 刘念

清明节前后,春光明媚,桃红柳绿,莺飞燕舞,雨润草绿,正是人们踏青的大好时机。但是,在享受大好时光的同时,人们还应该注意保护关节,远离踏青带来的健康伤害。

踏青小心关节损伤

春暖花开,正是人们到野外踏青,享受大自然美景、锻炼身体之际。周末,55岁的张女士约上好朋友去爬山踏青,一路上边走边看,很是高兴。

谁料回家之后,当天晚上张女士就觉得膝关节疼痛,后来走路都疼得难受,赶紧前往医院就诊。

“经历了一个冬天的严寒,春暖花开的日子到来,想走出家门去感受春天气息。没想到因长时间不运动,一下子不能适应高强度的运动。”28岁的李女士无奈道,平时工作较忙,大多时间都坐在

办公室里,很少运动。想着现在春季温度适宜,于是和几个同事约好一起去爬山,但爬了一会儿就感觉膝盖疼痛,下山时还不小心把脚扭了,休息了几天才好转。

春季到来,市民踏青热情高涨,一边赏美景一边运动,十分惬意。但由于一整个冬天运动量减少或没有系统的运动习惯,在春季盲目地选择运动项目或突然大幅度运动,导致运动损伤发生的可能性比其他时间要多,引发膝关节、踝关节等受损的患者不在少数。

运动量力而行

“运动量力而行。”市第一人民医院骨科主任医师徐全胜说,“周末运动员”不可取,即平时不运动,一到周末就集中高强度运动的人,往往容易出现运动损伤。特别是年纪大的人,平时不出去玩,一次长时间走路,也容易引起关节疼痛。

对于有疾患的中老年人,不建议长距离爬山,可以稍微爬一个小山坡,但一爬半个小时以上是不建议的,如果本身有膝关节炎、踝关节炎等退行性关节炎的人爬山会加重病情,最好选择地势平缓的地方散步。爬山运动时,上下山膝关节承受的压力是正常平地走路的3-4倍。人们常说“上山容易,下山难”,尤其是下山时,关节承受更大。

爬山后,有些人会感到关节酸痛。可以做四肢的肌肉拉伸,可明显减轻肌肉酸痛。也可以做些适当的冰敷,特别是对一些敏感关节。

如果不慎引起关节损伤,不要急躁,保持受伤部位制动,适当冰敷,千万不要推拉、按摩。如果

摔伤骨折,可以就地取材,用木板、树枝把伤腿绑起来,就近送医。

需要提醒的是,如果出现关节疼痛,休息仍不能缓解,及时到医院就诊。

合理运动防损伤

“这段时间随着天气转暖,市民选择外出踏青锻炼的机会增多,大家在选择运动项目的时候,一定要根据自己的身体状况,合理选择。”徐全胜提醒。

准备好合适的运动装备。穿着以宽松舒适为主,可以选择舒适的软底高帮鞋,软底可缓冲走路时对关节的压力,高帮可保护踝关节避免扭伤。另外,年纪稍大者最好手握登山杖、手杖,可保持平稳,减少关节负重。

运动前,应做适当的关节热身运动,如拉伸运动,避免运动时肌肉韧带拉伤。

进行爬山运动时,提倡上下山时,选择合适的路径,不是直上直下,采取平缓的Z形、S形行进路线,保护关节。保持膝盖轻微弯曲,减少对关节冲击力。也要注意上下山时速度与步伐。

不要轻易地涉险,做些危险的动作。很多年轻人喜欢爬山甚至爬树,但经过一个冬季,很多树木枯萎,枯枝容易掉落,可引起摔伤骨折。有些没有路有沟的地方,有的人喜欢跨过去,着地不稳的话可导致踝关节扭伤。

注意多人同行,不要独自一人到偏僻的地方,注意自身安全。

需要提醒的是,要注意个人防护和手卫生。

留心,路边野菇不要采

咸宁日报全媒体记者 刘念

人间四月天,踏青好时节。随着气温回暖,各种山间美味进入了生长旺盛期。野生蘑菇有毒品种多,且毒性成分复杂,食用后引发的中毒症状表现各异,病死率高,且没有特效治疗方法。在此,市疾控中心提醒,广大市民勿采、勿食野生蘑菇,不要轻信不科学的鉴别方法。

毒蘑菇中毒常见类型

野生蘑菇因其味道鲜美,一直深受人们喜爱。随着气温回升、雨水充沛,行走在山野之间,能看到许多蘑菇,很多人会趁踏青去采摘。毒蘑菇与食用菇没有明显区别,仅凭肉眼难以鉴别,一旦误食会危害健康。

毒蘑菇又称毒蕈,是指大型真菌的子实体食用后对人或畜禽产生中毒反应的物种,种类繁多,毒性很强,且含有损害肝脏溶血毒素。

毒蘑菇中毒常见的主要有几个类型:胃肠炎型,多在进食后10分钟-2小时发病,胃肠道症状,预后良好。神经精神型,多在进食后10分钟-6小时发病,精神症状、幻觉等,预后良好。肝肾损害型,多在进食后数小时-30小时发病,有“假愈期”,即在一天内出现症状好转的假象,随后症状加重,死亡率较高。光敏性皮炎型,多在进食后24-48小时发病,皮肤红肿或疱疹,日光照射后症状加重,预后良好。横纹肌溶解型,多在进食后15分钟-2小时发病,早期胃肠道症状,6-12小时出现酱油色尿、肌肉酸痛、肢体无力等横纹肌溶解症状,可导致急性肾衰竭死亡。

这些鉴别方法不靠谱

人们对野生毒蘑菇有一些常见的误解,还有一些鉴别毒蘑菇的土方法,其实这些方法并不靠谱。

鲜艳的蘑菇有毒,颜色普通的蘑菇没毒?仅根据颜色与形状不能简单判



定蘑菇是否有毒,比如牛肝菌属、红菇属、鸡油菌属中很多颜色鲜艳的蘑菇却是美味的食用菌,而外观为灰白色的灰纹鹅膏却是容易引起误食的剧毒蘑菇。

长在潮湿处或家禽粪便上的蘑菇有毒,长在松树等清洁的地方的蘑菇无毒?干净的树下一样可以长毒蘑菇,比如鹅膏菌、亚稀褶红菇等一些有毒种类也可以生长在松林中。

有分泌物或受伤变色的蘑菇有毒?有不少毒蘑菇受伤后,不分泌乳汁,也不变色。而有的食用菌,比如多汁乳菇,却可以分泌液体并变色。

只认识的蘑菇就不会中毒?毒蘑菇和无毒的野生蘑菇长相相似,哪怕经验丰富的专业人士仅凭肉眼都无法分辨。尤其野外采摘蘑菇时,往往都是一次性采集很多朵,极易挑花眼,一不小心就容易混进去一两朵剧毒的品种被吃下去。

同一个地方采摘,就不会采到毒蘑菇?野外环境相当复杂,野生蘑菇的孢子会随着风吹、雨水冲刷等各种途径到处传播。哪怕侥幸在一个地方采集到的野生蘑菇吃着没事,也无法保证下一次去的时候,不会有长相相似的毒蘑菇在那里“安家”。

只要煮的时间够长就不会中毒?蘑菇的毒素繁多,很多毒素结构稳定,

并不能够通过长时间的加热被分解掉,不管煮多长时间都还是会中毒。

不吃野生蘑菇最安全

如果中毒了该怎么办?立即催吐。如果误食者神志清楚,可以尽快催吐,以减少毒素吸收。可以先让患者服用大量温盐水,再用布包住手指抠咽喉部,或者通过器具压迫舌根等方式催吐,这类方法孕妇慎用。如果中毒者出现昏迷,不宜进行人为催吐,容易引起窒息。

及时就医。中毒后应立即到正规医院救治。一同食用过蘑菇的人无论是否发病,都需要前往医院检查,以便及时发现是否存在肝肾损伤等隐藏的症状。

保存好剩余的蘑菇样品。剩余的蘑菇需要保存好,用于鉴定蘑菇种类,以便采取有效的治疗措施。

需要提醒的是,不吃野生蘑菇才是最安全的选择。蘑菇是不可多得的美味,市场上售卖的种类繁多、干鲜均有,足以满足人们对不同口味的追求。且市售蘑菇都是通过人工培育而成,生长环境简单,加上有关机构监管,吃着更放心。大可不必为了“尝鲜”,或者满足好奇心,冒着生命危险吃野生蘑菇。

本报讯 通讯员孔媛报道:3月25日,赤壁市烟草专卖局查获一起重大无证运输假烟案。

25日10时许,根据举报线索,赤壁市局鄂南稽查大队会同武深高速警察,在赤壁茶庵服务区对被举报车辆依法实施检查,在该车车厢内依法查获牡丹(软)、南京(炫赫门)等9个品规39万支。经初步鉴定,涉案卷烟均为假冒伪劣卷烟,标值80余万元。

目前,案件正在进一步调查处理之中。

嘉鱼县烟草专卖局召开专卖管理工作例会

本报讯 通讯员骆雪晴报道:近日,嘉鱼县烟草专卖局召开专卖管理工作例会,全体专卖人员参加会议。

会议全面总结了上阶段专卖管理工作,分析了当前面临的形势和存在的问题,对下一阶段重点工作进行了安排部署。

会议强调,一要强化规范执法。对照专卖行政执法自查整改工作要求,严格执行相关纪律规定,转变工作作风,提升队伍整体

素质。二要强化市场监管。持续保持高压态势,充分运用“APCD”工作法,结合“双随机、一公开”工作要求,开展错时检查,掌握异常情况,加大查处力度,切实提高市场监管效果。三要强化专项行动。推进楚天卷烟净化12号行动、清理整治向未成年人销售电子烟专项行动,进一步明确重点工作任务,细化工作要求,突出打击重点,压实工作责任。

通城县烟草专卖局推进现代终端提质升级

本报讯 通讯员卫玲报道:近日,通城县烟草专卖局“三步走”激发零售终端经营活力,扎实推进现代终端提质升级。

灵活多维强辅导。立足“我的客户我辅导”,采取上门指导、线上宣传、客户互动等方式,从卷烟陈列、店铺环境、整店运营、消费者营销等多方位进行辅导,提升现代终端经营能力。

数据监测重分析。深化“互联网+”卷烟营销,推广会员消费模式,引导客户以报表分析、数据挖掘为抓手,增强卷烟零售客

户数据处理、自主分析的能力,提高终端数据管控水平。

理念转变提质效。利用诚信互助小组微信群进行经营交流,组织卷烟零售客户参观直营终端店,通过“线上+线下”互动,分享“生意经”,引导学习先进经营理念和经营技巧,提升零售客户经营水平。



农发行通城县支行开展案防案件处置应急演练

本报讯 通讯员邓政南报道:为进一步提升案件处置应急协调和管理能力,实现案件风险隐患抓早抓小,健全联防联控机制,日前,农发行通城县支行以情景模拟的形式开展案防案件处置应急演练。

此次演练,该行高度重视,积极部署。一是压实责任,加强领导。认真制定本行《案防案件处置应急演练工作方案》,应急演练工作由“一把手”负总责,各部门密切配合;二是统筹推进,加强学习。熟悉掌握案件处置的三个环节:案件报告环节、案件调查处置环节、案件结案环节;三是严格落实,预案演练。模拟案例贴近实际,具体包括了演练准备阶段、案件调查排

查阶段、案件总结等方面内容。

通过演练,对应急演练中存在的风险隐患、薄弱环节及时查漏补缺,举一反三,不断提高案件处置水平。同时,提升了员工对风险事件处置工作重要性的深刻认识,强化责任意识,不断提高综合素质,做到警钟长鸣。

咸安商业房地产拍卖公告

受中国农业银行股份有限公司咸宁分行委托,我公司定于2022年4月29日上午10时30分在本公司拍卖大厅公开拍卖中国农业银行股份有限公司咸宁咸安支行名下位于咸宁市咸安区长安大道69号一处商业房地产,房屋总建筑面积约2946.51平方米,分摊土地使用权面积约936.11平方米,上述面积以登记发证为准;拍卖参考价1551.17万元,竞买保证金150万元。

即日起标的物在所在地展示,有意竞买者请持有效身份证明和竞买保证金缴存凭证在2022年4月28日下午4时30分前(以到账实际时间为准,逾期无效)到本公司办理竞买登记手续。

注:1.竞买人在参加竞买前,必须出具书面承诺函,承诺非农业员工、员工直系亲属或其有利益关系的个人或单位。
2.按照防疫要求,进场人员自觉接受体温测量、佩戴口罩、携带居民身份证,出示个人行程码和健康码绿码,体温不超过37.3℃,方可入场。
公司地址:咸宁市温泉路69号添地缘小区A1-3-201
联系电话:0715-8130288 18107151110 刘先生
湖北中成拍卖有限公司
2022年4月1日

遗失声明

寿建树遗失联通公司业务工号押金条,编号:0378859,金额20000元,特声明作废。
咸安区华中家私遗失营业执照正本,注册号:422301600230511,特声明作废。
赤壁市沧湖生态农业开发区汤家咀村村委会遗失赤壁市沧湖生态农业开发区汤家咀村股份经济合作社农村集体经济组织登记证正、副本,统一社会信用代码:N2421281MF1410938U,特声明作废。

公告

根据上级通知,湖北省非税收入通用票据号码00079301-00079326(26份)。以上票据因印刷错误,特登报声明作废。请以上票据持有人凭无效票据到原开票单位办理更换有效票据。特此公告!
赤壁市非税收入管理局
2022年4月1日