

# 又是一年赏花季 提醒：外出踏青谨防皮肤过敏

## 温馨提醒

记者 潘旭婷 通讯员 夏亚萍

“满身红疙瘩，越挠越痒，实在太难受了。”正在县妇幼保健院皮肤科候诊的丁女士告诉记者，昨天带女儿去柔石公园晒太阳，回家后母女俩就感觉脸发痒不舒服，没多久浑身上下都起了红疙瘩。医生检查发现，丁女士母女都是典型的皮肤过敏症。

眼下阳光明媚正是带着家人外出踏青、赏花游玩的好时节，杜鹃山、徐霞客大道、各大公园里，遛娃的市民络绎不绝。不过，春光虽美，不少人的皮肤却纷纷中招。记者昨天从县妇幼保健院获悉，近期皮肤过敏者上升了近三成。

“门诊病人中很多是因爬山锻炼或出游踏青而患上皮肤病，吸入

性过敏性皮炎、接触性过敏性皮炎、日光性皮炎尤为高发。”县妇幼保健院皮肤科副主任医师虞文斌介绍。据统计，从3月份开始，县妇幼保健院皮肤科门诊量较平时增长28.5%左右，其中过敏性皮肤病患者比平时多出近一倍，大人小孩都有中招的。

“湿疹、荨麻疹、多形红斑较为常见，孩子是春季过敏的重点人群。紫外线、花粉、螨虫等是主要的过敏源，最容易导致皮肤发生过敏问题，刺激皮肤产生炎症反应，引起发红和瘙痒等症状。现在已经进入花粉传播高峰期，过敏体质的市民应尽量减少外出，远离花草树木，尽量避免与花粉直接接触。”虞文斌介绍，春天温暖潮湿，毛细血管扩张，皮肤敏感性增加，蚊虫等虫也活跃起来，空气中散布的细菌孢子、花粉等致敏物含量和流动性也明显增加，一些人被虫咬或在接触了花粉、柳絮、动物的毛

发、某些食品、污染的空气后，皮肤会出现红斑、丘疹、红肿、发痒、脱皮，严重的会出现水疱或大疱等过敏现象，中招者多为过敏体质患儿。约20%的过敏性皮肤病患儿合并过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、过敏性哮喘，甚至过敏性紫癜中的一种或多种，主要症状有连续打喷嚏、鼻塞流涕、眼睛发痒发涩，反复发作的胸闷、气喘、呼吸困难、咳嗽等。

除了花粉过敏，这两天患日光性皮炎的病人也不少。“春天的太阳光主要是中波紫外线，对皮肤杀伤力很大，照的时间一长人就容易出现日光性皮炎。”虞医生提醒，最近过敏体质市民户外活动时要尽量穿长袖衣裤，携带防紫外线太阳伞，走阴凉的地方。对花粉过敏的市民，外出最好戴口罩。如果身上已出现红疹，不要抓挠，因抓挠过度会使皮肤出现皮损或伤口，很容易使病菌入侵到患者体内，加重

病情，要尽早就医。平时多吃胡萝卜，增加维生素，少吃芹菜、菠菜、泥螺等光敏类蔬菜和海鲜，可以起到预防日光性皮炎的作用。

“预防过敏增强抵抗力是关键。”虞医生建议市民平时多锻炼身体，外出时戴上口罩、帽子，穿长袖衣裤，少接触宠物，尽量不要带孩子到花草茂盛的地方玩耍；锻炼身体，提高抵抗力；贴身衣物尽量选择宽松柔软的纯棉制品；规律生活，避免过度疲劳；保持积极乐观的心态；适当保暖，防止感冒；加强日常保湿工作，尤其是干性皮肤者；宝宝日常沐浴温度控制在38-40℃，少用沐浴产品，以防宝宝皮肤的天然保护油脂流失；家居注意保持室内清洁干燥并适当通风，宝宝玩具特别是毛绒玩具要定期清洗、消毒。另外要多喝水，不喝冷饮及人工配制的含气饮料，避免吃刺激性食物。



3月20日傍晚，许多游人正在城区观赏夕阳下的油菜花美景。眼下，随着缙城各公园、绿地、广场等处各种花卉竞相绽放，家门口的一幅幅如画春景美不胜收，吸引了众多市民前往观赏拍照，乐享春日好时光。（记者 惠广亮 通讯员 顾光辉 摄）

# 那一块块软软糯糯的乌饭麻糍 承载了家乡春天的味道

见习记者 屠以撒 通讯员 王威

这段时间，对胡陈乡胡陈村村民杨伟权和他的老伴方婉来说，是既忙碌又开心。他们正忙于捣麻糍，还吸引了宁波、温州的顾客前来购买。在胡陈乡，有一个延续了不知多少年的传统，清明节时用麻糍祭祀祖先，同时也通过麻糍这道美食，品尝春天的味道。

走进杨大伯家的院子，便看见一只大白石臼、一只大水桶和一口土灶，这基本上就是捣麻糍的全部装备了。屋里桌子上，摆放着刚出炉的乌饭麻糍，麻糍还“放着黄金甲”。询问下被告知那是松花粉，一种春天特有的食材，能让麻糍带有丝丝清香。

杨大伯两夫妻做麻糍的手艺，和门前那只快成古董的大石臼一样，都是从祖辈那儿传下来的。“在我们胡陈，还有附近的长街、茶院等东部乡镇，以及宁海不少地方，至今都保留着清明节时捣麻糍的习俗，据说是为了纪念春秋时期晋国的忠臣介子推。”

这几天来买麻糍的人特别

多，杨大伯手中的活自然停不下来。只见他从大水桶里盛出已经浸泡了一夜的糯米，放到土灶上的蒸桶中，烧火用的是大块的木柴，能保证蒸出来的糯米更香。那边石臼中已经放好了刚蒸熟的糯米团，杨大伯拎起一把十多斤重的石杵，在清水中浸一下，就开始了捣麻糍最重要的一道工序：揉。先用石杵碾压糯米团成糊状，然后不断地捶打，这时老伴就是必不可少的帮手，每捶打一下，就要用手翻动一下糯米团，一边翻一边要用手沾凉水，可以避免被烫伤，也能防止石杵与糯米粘连。一捶一翻，配合默契，既是体力活，也是经验和感觉的积累。麻糍好不好吃，全都在这个上面了。

几分钟后，将揉好的糯米团快速捧出，放到已铺好松花的桌上，再在上面撒一些松花，妻子方婉飞拿起一根擀面杖，麻利地将糯米团擀平整，然后用刀切成块，软软糯糯的麻糍就做好了，趁热吃上一口，甜而不腻，唇齿留香。现在村里会捣麻糍的村民已经不多，而



杨大伯是村民公认手艺最好的人之一，就这五六天他就做了1500公斤麻糍，还供不应求。

杨大伯说，麻糍主要是清明祭祖用的，以前大户人家在祠堂里祭祀后，就会给每个族人分几块，老人小孩没有不喜欢的，这也是留在心中的一份美好回忆。麻糍的吃法很多，刚做好时吃自然味道最好，

阴干后可以放到微波炉里热一热吃，也可以在油锅里煎一煎。而在杨大伯的印象中，将麻糍放入灶火中煨熟了吃，外面焦黄，里面松软，是儿时最香甜的记忆了。

小小麻糍蕴含着亲情和思念，里面除了春天的气息，还有家乡的味道、文化的传承。

# 以送口罩为“诱” 给老人办了4张手机卡 回应：手机卡已注销 并对涉事手机店作出相应处罚



微信公众号：百姓事马上办

本报讯（记者 江边）日前，有市民在百姓事马上办平台反映，称自己的父母在领取免费口罩时被要求登记身份证号码，随后在他们不知情的情况下办理了4张手机卡，而这4张手机卡并没有给到老人手里，希望商家能作出合理解释。

发帖人葛先生告诉记者，2月26日，他父亲路过宁海某手机店时，被店员热情地告知：企业回馈社会，进店可免费领取口罩，限每人两个。因家中口罩库存“告急”，老人一听有这么好的事立马就进店“领取”，却被告知需登记实名身份证才能获得。于是老人回到家中，还顺便叫上了老伴，返回店里时营业员特别热心地帮助两个老人各登记两次，领取了8只口罩。等葛先生回到家后，父亲向他提起此事，这让葛先生心里一咯噔，心想领口罩为

什么要登记身份证呢？心存疑惑的葛先生跑到中国移动一探究竟。经过查询，发现该手机店给他的父母接连开户4个手机号，却没有给老人任何一张手机卡，也未曾作出任何解释。

记者将此情况向中国移动宁海分公司反映。工作人员告诉记者，公司已安排专人调查此事，通过查看涉事手机店的“办卡卡送口罩活动”开卡记录共134户，涉及70岁以上开户数为4户，经核实与用户家人的信息一致，现已请葛先生父母到营业厅完成注销手续。同时约谈了涉事手机店负责人，明确指出其违反了《中国移动通信集团浙江有限公司客户信息安全考核》条款中“客户不知情情况下，使用客户身份证信息办理新入网登记，或截留客户新入网登记号卡，造成严重影响”的规定，最终对涉事手机店作出相应的扣罚及通报处理，其表示接受。

中国移动宁海分公司表示，为预防类似事件再次发生，该公司将全面对所有合作商进行传达宣贯，明确移动公司规范经营管理办法的重要性，一经查实严惩不贷。

# 宁海开出“踏青赏花第一团”



本报讯（记者 潘璐璐 实习生 储好晴）3月22日上午，两辆旅游大巴车从宁海国际会展中心南大门缓缓出发，依次去到象山影视城、胡陈东山桃园——这是康辉旅游集团宁海国际旅行社有限公司开出的“踏青赏花第一团”，也是宁海首个出门的赏花团。

戴口罩、量体温、亮通行证、询问近期出行史、倡导文明旅游……出团前，56名游客严格按照防疫规范陆续登上旅游大巴。“为避免游客过于近距离的接触，我们安排了两辆大巴，每个成人游客可以坐两个座位。车上还准备了口罩、洗手液、额温枪等，在景区就餐时采取的是分餐制。”康辉旅游集团宁海

国际旅行社有限公司总经理储利明说。

据储利明介绍，自打接到可以在省内组团的通知后，他们就立即制定了行程。“原本预计首发团招募25名游客，结果报名出乎意料的踊跃，报名人数翻了几番。”接下来，该旅行社还将重点针对市内、省内旅游线路推出一日游活动，目前，温州雁荡山、横店影视城等目的地的收客情况都很好。记者还了解到，当前旅行社的跟团价格只有疫情之前的三分之一。谈及原因，储利明表示，不少景区（点）等都给予了优惠政策，降低了成本，给予游客更多实惠。

# 春季精神疾病高发 家人关爱尤为重要

本报讯（记者 潘旭婷 通讯员 陈晓丹）3月20日清晨，县120救护车急速向宁波飞驰。车里一名13岁的小女孩紧紧拉着急救人员的手，时而踢急救车，烦躁不安。小女孩的爸爸告诉急救人员，近几天女儿有些异常，当天早上在骑车途中突发幻听，伴情绪激动、全身无力，后来被路人发现。一路上，急救人员不断安抚、解释，与小女孩聊天，分散其注意力，1小时左右将她安全送达宁波康宁医院作进一步观察治疗。

而在送小女孩去宁波的途中，另一组急救人员接到任务：一男子全身不适。急救人员到达后，男子说浑身有说不出的难

受，但没有恶心、呕吐等症状。一旁的家人说道：“明明知道体温正常，但每天仍拿着温度计不停测体温。”

近段时间县120调度中心接到不少关于心理疾病的求助电话，春天多变的气候，即便是大部分精神健康的人群，情绪也会波动较大、容易烦躁不安。急救医生建议，当感到情绪比较抑郁或者烦躁时，可以找人倾诉，家人最好也能给予陪伴疏导、亲情关怀。感到烦躁不安时适当做一些放松运动，学会分解压力，必要时可到医院心理咨询门诊寻求帮助，专业陪伴和引导有利于更快走出不佳的心理状态。