

讲文明 树新风 公/益/广/告

平湖

争创全国文明城市
同心共筑美丽平湖

— WENMINGCHENGSHI —



平湖市传媒中心

科普之窗

很多人都知道,长时间待在空调房间里,容易出现“空调病”:鼻塞、头昏、打喷嚏、耳鸣、乏力、记忆力减退、四肢肌肉关节酸痛等症状。这跟室内空气干燥、微生物滋生、室内外温差大、机体适应不佳有关。

可是你知道吗,长时间待在空调房间,还容易出现“空调皮肤病”。

“空调皮肤病”的形成与皮肤屏障失衡有很大关系。室内外温差大,在室外,皮肤出汗是为了让身子降温;而到了凉爽的室内,皮肤血管甚至汗孔

空调房里待久了,当心患皮肤病

迅速收缩,因为没有出汗、散热的必要了,相应的皮肤皮脂分泌也会减少。

皮肤屏障对皮肤健康而言非常重要,而皮肤屏障的最外层就是皮脂膜。汗腺分泌的汗液以及皮脂腺分泌的皮脂是皮脂膜的重要组成部分。长期在空调房间内,这两样东西会减少分泌,皮肤屏障的完整性可能会受到影响。

另外,空调制冷作用会导致密闭室内的空气中含水量越来越少。因为空气干燥,更多的皮肤水分通过受损的皮肤屏障跑到空气中。皮肤水分的

丢失增加,进一步破坏皮肤屏障的稳定。不通风的室内环境各种微生物容易滋生,尤其是空调滤网上的尘螨。皮肤屏障受损加上微生物滋生,皮肤出问题的概率自然会增加,比如感染性皮肤病。另外,尘螨也是皮肤过敏最常见的过敏原,它可以通过呼吸道进入人体或者直接接触皮肤,导致各种皮肤过敏问题的发生。

所以,对长时间待在空调房间的人,有以下几点建议:

1. 为了缩小室内外温差,空调温

度不要调得太低。

2. 在夏天到来前,请专业的清洁公司好好清洗一遍空调滤网。

3. 待在空调房间,每两个小时记得开窗通风一次。

4. 长时间待在空调房里,长袖的衬衫比短袖的T恤更有益健康。

5. 从炎热的室外到了凉爽的室内,可以适当用水清洗或者用干净毛巾擦拭皮肤上的大量汗液。但如果要长时间待在室内,可以在皮肤上抹一些清爽不油腻且具有保湿作用的护肤品。

中医教你认识几种异常出汗

夏天到了,气温升高,人体也爱出汗。中医认为,汗为心之液,人体津液,随着阳气推动、阳气蒸迫,就从身体里出来生成汗液。正常的出汗是人的生理现象,属于人的适应性反应。若排除外界环境因素影响,在头面、颈胸、四肢、全身出汗超出正常者,就是异常出汗,称为“汗证”。这里,就来举几个异常出汗的例子。

自汗。不论早晚,是否活动,也不受天气冷热等因素的影响,时不时就出汗,活动的时候尤其明显,休息之后缓解不明显。

盗汗。熟睡时出汗,醒来出汗就停止,常常醒来后发现皮肤湿润有汗珠,或床单、衣服汗湿。

黄汗。出的汗为黄色,容易沾染衣服,以腋窝处最为明显。黄汗可见于患

黄疸病的人,也可见于无明显黄疸的患者。

头汗。出汗部位在颈部以上,以头面部为主,常不由自主出汗。

额汗。不论气温高低,只有额头出汗。

半身汗。出汗只在身体一侧,多见于肌肉萎缩、中风及截瘫病人,汗出常见于健侧,无汗的半身常是病变的部位。

针对异常出汗,专家建议:要加强锻炼、增强体质,少食辛辣上火食物,切勿饮酒,适量增加高蛋白食物增强免疫力。被褥、铺板、睡衣等,应经常拆洗或晾晒,保持干燥,并应经常洗澡,以减少汗液对皮肤的刺激。个人体质不同,出汗原因也不尽相同,千万不能胡乱进补食物或服用药物,最好因人施药、因人施膳。 (摘自《人民网-科普中国》)

拍卖公告

嘉兴嘉诚拍卖定于2020年7月10日上午10时在平湖市钟埭社区会议室公开拍卖:

一、拍卖标的:
1.平湖大道东侧、五一村部底北向底层1间房屋等1年租赁权(共5个标的),起拍价每一标的7600元/年至27800元/年,竞租保证金每一标的7600元至27800元。详见拍品目录。
2.平湖大道东侧、兴工路南侧原钟埭工业公司原社区用房一至三层营业用房1年租赁权,起拍价85000元/年,竞租保证金85000元。详见拍品目录。
3.环北西路西林寺孟家桥西(景乐花苑大门对面)房屋1年租赁权,起拍价5300元/年,竞租保证金5300元。详见拍品目录。
以上标的不得经营卖车、洗车、修车、网吧、游戏机等有噪音、有污染、影响市容市貌、影响周边环境的项目。

二、预展、报名时间:2020年7月8日和7月9日,逾期不予受理。
三、报名地点:平湖市商业文化广场A区四楼444号。
四、凡有意竞拍者,请携带相关证明(个人凭身份证;法人须同时携带营业执照复印件、法定代表人身份证、授权委托书及公章)到报名地点办理竞拍手续并交纳竞买保证金(不计息)。
银行账号:嘉兴市嘉诚拍卖有限公司、农业银行嘉善县魏塘支行、19331101040000305。
五、垂 询 电 话 :0573- 85022518、84031681。
公司网址:www.zjccq.com.cn
嘉兴市嘉诚拍卖有限公司
2020年7月1日

遗失声明

●熊万慧遗失中国太平洋人寿保险股份有限公司嘉兴中心支公司的保证金专用定额收据1份,号码:615020315000004422,金额:500元,声明作废。
●沈金根(身份证号:330422196205134517)遗失嘉兴港区农村房屋拆迁安置协议书1份,协议编号:020433015,声明作废。
●平湖市龙杰制衣厂遗失营业执照正、副本,注册号:330482000051406,核准日期:

2010年12月2日,声明作废。
●平湖市龙杰制衣厂遗失税务登记证正本,纳税人识别号:330482568152883,声明作废。
●平湖市龙杰制衣厂遗失组织机构代码证副本,代码:56815288-3,声明作废。
●王丽丹(身份证号:330482198712250323)遗失安置房为梁店苑7幢2单元201室的嘉兴港区农村房屋拆迁安置协议书1份,协议编号:CSDK(2003)137.2,声明作废。