今夏更热 旱大于涝

立夏 五月五日

◇【历书】

2008年5月5日
农历戊子(鼠)年四月初一

◇【释义】

今日11时03分,太阳到达黄经45°,是二十四节气中的“立夏”。立夏表示春季结束,夏天开始。

《月令七十二候集解》中说:“立,建始也,夏,假也,物至此时皆假大也。”这里的“假”即“大”,意思是说每逢此时,春天播种的植物已长大了。

◇【特征】

夏天的开始——立夏是一年的第七个节气,也是夏天的第一个节气,同立春、立秋和立冬一起,称为“四立”,被认为是四季的开始。

古代官方和民间的重大节日——民间常说的“四时八节”,“四时”指四季,而“八节”指的就是包括立夏在内的立春、立秋、立冬和春分、秋分、夏至、冬至。在古代,这些日子是官方与民间都非常重视的盛大节日。

夏日特征显现——立夏一过,温度明显升高,炎暑降临,雷雨增多,农作物进入旺季生长期。

◇【历史】

周朝立夏这天,君王率领文武百官到京城南郊“迎夏”,并举行“迎夏”仪式。为了追求吉祥,不论君臣要统一穿朱色礼服,佩朱色玉佩,连马匹、车旗都要朱红色的,也以此表达企求丰收的愿望。仪式后,君王要指派官员去各地勉励农民抓紧耕作。

◇【谚语】

立夏见三新。

立夏不下,犁耙高挂。立夏无雨,碓头无米。立夏雨少,立冬雪好。立夏日晴,必有旱情。

◇【诗词】

泉水无声惜细流,树阴照水爱晴柔。小荷才露尖尖角,早有蜻蜓立上头。——南宋 杨万里《小池》

这首诗表现了初夏时节,小池塘中一派富有生命力的景象。

◇【谜语】

大禹称帝——打一节气

谜底就是今天这个节气——立夏。大禹因为治水有功,舜将帝位传承给他,建立夏朝。

◇【民俗】

巴渝地区

吃肉蛋

西南大学历史文化学院副教授李世平介绍,立夏是和农业耕作紧密相关的节气。在巴渝地区,这时正是抢种抢收的农忙时节,一般没有盛大的活动。

不过,因为正值收种交替,越冬作物正长成,民间一般要“尝新”享受收获,并为紧接而来的耕种补充体力,野菜粑粑就是当季民间美味。有的地方在这天一定要吃肉和蛋类,进行身体储备以备耕作。

全国各地

尝三新

江浙一代也保存着“尝新”的习俗,因为这一时节各地出产物不同,“尝新”也因地而异。

民间有歌谣唱道“青梅夏饼与樱桃,腊肉江鱼乌米糕。苋菜海蛳咸鸭蛋,烧鹅蚕豆酒酿槽。”歌谣里提到的都是“尝新”的范围。

立夏蛋

立夏日,父母用丝线编成套子,装入煮熟的鸡蛋鸭蛋,挂在孩子的脖子上。

立夏后天气变得炎热,尤其是小孩子经常感觉四肢无力,食欲减退逐渐消瘦,称为“疰(zhu,四声)夏(中医上指小孩食欲不振,消瘦口渴,长期发烧等症状)”。传说很久以前,女娲为了人间的小孩不疰夏,传话天下父母:立夏日,让小孩在胸前挂上煮熟的鸡鸭鹅蛋。现在,我国不少地方还保存着立夏吃蛋的习俗。

◇【对话】

主城上月已入夏

记者(以下简称“记”):立夏一过,我们就走进夏天了。

何永坤(重庆市气候中心副主任,以下简称“何”):不,在气候学不能这么说。“立夏”是节气上进入夏天的标志,气候学上的入夏,是连续5天的滑动平均温度稳定到达22℃,那么这5天的第一天就是入夏日。从4月28日起,主城区连续五天的滑动平均温度均在22℃以上,已经入夏。

不过,在我国大部分地区,这个时节日平均气温在18℃—20℃左右,东北和西北部分地区有的则刚进入春季。

记:对于重庆来说,近来的高温和阵雨就是夏天的景象吧?

何:没错。主城每年平均入夏时间在5月24日,最晚的是6月30日,那是1992年的事了。不过,受全球变暖和大气环流变化的影响,近几年来,冬天过后温度上升较快,春天短暂,入夏有偏早的趋势。连续四年来,主城在4月中下旬就入夏了。

记:入夏早,夏天会更热吗?

何:这是没有依据的。比如去年,主城区早在4月14日就入夏了,5月20日,温度曾一度达到35.9℃。虽然前期温度偏高,但到了6、7月份,降雨多,温度反而偏低。去年夏天不太热,这个你还记得吧?

记:哦,去年的确是近年来最温和的夏天。那今年呢?有人说“冷冬对炎夏”,有道理吗?

何:前期的天气对后期确实有一定影响,这是自然的变化规律,不过“冷冬炎夏”仅代表一定的概率。根据对前期天气的分析,今年偏热的几率更大,一定会比去年热,且旱大于涝。

◇【养生】

女人少吃感光蔬菜

立夏后,天气渐热,雨水丰沛,植物到了生长旺季。传统中医理论认为,此时利于心脏的生理活动,应注重心脏的保养。俗话说,“春夏养阳”,养阳重在“养心”。

重医中医药学院附医门诊部副主任医师谭金春介绍,这个时节,要少吃肥肉和动物的内脏,以免加重心脏负担。可以多吃豆制品、瘦肉、鱼等,多喝牛奶。立夏后人体内火气旺,重庆的食品都偏油腻,吃多了会造成身体内外皆热,容易上火。建议饮食清淡,注意多喝水。

谭教授说,夏季昼长夜短,容易睡眠不足,人们常说“春困、秋乏、夏打盹”就是这个意思。五一过后,各学校、单位都增加了午休时间,一定要好好利用,让全身各系统得到休息,保持精力充沛,尤其是老年人更要增加午休时间,充足的睡眠可以减轻心脏负担。

爱美的女孩子还要注意,感光蔬菜易使皮肤出现色素沉淀,如白萝卜、芹菜、香菜等,所以阳光强烈的季节最好少吃。

◇【食谱】

在我国的不少地区,保存着立夏吃茶叶蛋的习惯。在东部沿海尤其是苏浙一带,立夏要吃蚕豆糯米饭。这两种食品制作简单易行,却别有风味,市民有兴趣可以学着做一做,过一个不一样的立夏。

茶叶蛋

鸭蛋1000克,最好选青壳蛋,壳无破损,洗净放入锅内,加水1公斤,红茶末25克,旺火烧沸持续煮5分钟,然后换成小火再煮15—20分钟即可。

蚕豆糯米饭

糯米500克,鲜蚕豆肉150克,去皮咸肉或火腿肉25克,毛笋25克。将糯米洗净,鲜蚕豆挖掉芽口,咸肉和笋肉切成黄豆大的丁,将糯米、鲜蚕豆、咸肉和笋丁放入电饭煲内,放水量可比平常煮饭减少20%。煮熟后,再用饭勺把糯米饭舀松,加少量味精搅拌,营养丰富的蚕豆糯米饭就做成了。

出门看天

今明又是艳阳天

本报讯 今天立夏,被普遍认为是进入夏天的标志。我市各地今明两天最高温度都在30℃左右,太阳光比较强烈。

昨天是“五四”青年节,放假半天,天气适宜,不时有阵阵凉风吹过,正适合逛街。

但今明两天,太阳不会再这样温和,而是充分散发热力。今天各地多云转晴,19℃—30℃;明天天气变化不大,晴转多云,最高温度略微上扬,达到31℃。夏天一到,不少市民图爽快贪凉,猛喝冷饮和吃生冷食物,易腹泻造成脱水,大家要多多注意。

市气象台预计,后天各地多云转阴,主城雷阵雨,最高温度回落至27℃。

主城今天多云转晴,17℃—30℃;明天晴转多云,18℃—29℃。

我市尚无手足口病疫情

市卫生局将随时向公众发布手足口病疫情信息

本报讯 昨上午,市卫生局局长屈谦率队,到市儿童医院部署手足口病防控工作。市卫生局通报,截至目前,我市尚未暴发手足口病疫情,市民不必惊慌,应积极做好预防措施。

市儿童医院门诊部主任熊苑说,从4月30日起,因手、口、脚出现异样而来看病的孩子有所增加,门诊咨询电话也响个不停,“即使是长个红疙瘩,家长也怀疑是得了手足口病。”

熊主任说,从5月2日起,市卫生局就下发相关文件,要求各医院做好手足口病的相关预防、登记、报告工作。目前,市儿童医院送交疾控中心检测的样本,未发现肠道病毒EV71感染引发手足口病病例。

市卫生局介绍,其实,手足口病并不是一种新的传染病,1957年新西兰就发现该病,我国北京、河北、天津等地在上世纪80年代和90年代也曾暴发流行过EV71肠道病毒引起的手足口病疫情。我市在每年的春末夏初季节,都会出现手足口病病例,今年和往年一样,手足口病仅有零星的病例出现,且都属普通手足口病(肠道病毒感染),没有集中暴发。

市卫生局表示,市民应做好预防措施,发现手足口病症状应及时送医,市卫生局将随时向公众发布有关手足口病疫情信息。

记者 王德利/文 首席记者 史宗伟/摄

儿童医院开设发热门诊防控手足口病

江西确诊手足口病21例

截至昨日上午,江西省确诊手足口病病例21例,其中因肠道病毒71型(EV71)感染的手足口病病例10例,目前尚无危重病例和死亡病例,属于散发型,可防控。

据江西省疾控中心监测统计,该省手足口病病例数与去年同期相比基本持平。该省已组建手足口病防控工作专家组,组建了省级应急医疗队和防疫队。

此外,安徽省阜阳市手足口病(EV71感染)防治工作指挥部决定延长全市幼托机构(学前班)的放假时间,从5月6日起开始延长假期,开学时间另行通知。

据新华社

新闻链接

六招预防手足口病

手足口病是由多种肠道病毒引起的常见传染病,以婴幼儿发病为主(3岁以下特别容易感染)。大多数患者症状轻微,以发热和手、足、口腔等出现皮疹或疱疹为主要特征。少数患者并发无菌性脑膜炎、脑炎、急性弛缓性麻痹、呼吸道感染和心肌炎等,个别重症患儿出现死亡。少年儿童和成人感染后多不发病,但能够传播病毒。

手足口病主要经粪——口或呼吸道飞沫传播,也可通过接触病人皮肤、粘膜疱疹液而感染。病人粪便、疱疹液和呼吸道分泌物及其污染的手、毛巾、奶具、医疗器具都可传播病毒。

肠道病毒喜冷怕热,针对这一特点,市儿童医院门诊部主任熊苑指出预防方法:一、饭前便后用肥皂洗手,不要喝生水,不要接触患病儿童;二、看护人接触儿童前,替婴幼儿更换尿布、处理粪便后均要洗手,并妥善处理污物;三、婴幼儿使用的奶瓶、奶嘴使用前后要用沸开水消毒;四、不要把孩子带到人多、空气流通不好的公共场所;五、家中经常通风,勤晒衣被;六、居家治疗的儿童,不要接触其他儿童,父母要及时对患儿衣物进行消毒晾晒。轻症患儿不必住院,宜居家治疗,以减少交叉感染。

招考2008

重师两个专业首次在渝招生

本报讯 记者昨从重庆师范大学获悉,该校今年在重庆将投放3812个招生名额,其中服装设计与工程、艺术教育两个专业是今年首次在渝招生。

据了解,这两个专业均只招收重庆本地考生,其中服装设计与工程专业招50人,均为理科生。该专业的学生毕业后,将主要从事服装产品的开发、包装和经营管理。艺术教育专业分美术、音乐、舞蹈3个方向,毕业后将主要从事幼儿教育。

又讯 四川大学也公布了在渝招生计划,今年将在重庆招收880人。其中口腔医学专业招收10人,比去年增加了3人。该校招办提醒,由于口腔医学的特殊性,左撇子最好不要填报该专业。据悉,川大去年在重庆的录取分数线为:文科563分,理科479分。 **记者 杨馨**

西政大学生进居委会当助理

本报讯 昨天,渝北区翠云街道迎来一批特别的“助理”——来自西南政法大学的学生。

在昨天的启动仪式上,翠云街道社区的领导给这些大学生们颁发了工作证。上岗的学生将每周抽出两个半天的时间,义务到社区办公室上班,主要负责调解邻里纠纷,提供法律咨询。 **记者 杨馨**

健康养生

喝牛奶易上火是误区

牛奶是公认的营养滋补佳品,但一直有不少人认为喝牛奶易上火,不适合夏季食用。中医学专家指出,这种认识其实是错误的。

专家说,牛奶味甘、性微寒,食用不存在季节差别,更不会产生所谓的热气和上火。相反,由于夏季天气炎热,人体代谢加快,消耗增大,水分散失也增多,牛奶不仅可补充人体营养成分,其接近80%的水分含量还可起到补充水分的作用。 **据新华社**

招商
妇炎净片 效果好、包装大气
心脏病胶囊 全国独家品种,是心脑血管疾病急救新代品种。
性病治疗液 全国独家生产,见效快
皮癣药膏胶囊 全国独家生产,止痒、干癣三效合一
以上品种由我公司独家总代理,现诚招区县代理商
备:市区请些人员。(自带两证结汇),待遇从优
电话:62828399 13883050288
地址:南岸区南坪花园八村8栋 重庆宏百药业股份有限公司

十七岁重庆女孩夺冠 世界中学生定向越野

本报讯 南开中学17岁女生湛玺颖和4名队友日前从英国凯旋。在刚刚结束的2008世界中学生定向越野赛上,初次参赛的湛玺颖在三人团队赛中勇夺冠军,并创下大赛最好成绩。

定向越野是一项体力与智力相结合的运动项目,起源于欧洲,参加者根据地图并借助指北针,自寻路线,依次找到各个检查点,用最短时间完成比赛的人获胜。对中国学生来说,这是一项陌生的运动,也是我国首次组队参赛。

“在方圆几百亩的森林里,必须徒步奔跑寻找30多个检查点,手里只有一张全英文的地图和一只指北针。”湛玺颖说,一场比赛下来,大腿、手臂被灌木丛割得到处是口子。

在三人团队赛中,经随机抽签,湛玺颖与一名英国学生和一名拉脱维亚学生组成一队。依靠团队协作精神,他们以“30分10秒”的大赛最好成绩获得冠军。

记者 汤寒锋/文 首席记者 史宗伟/摄

夺冠学生载誉归来

血癌病人急需输血保命

医生发帖寻来救命血

“每天都面对着血液病患者,知道这个时候缺乏血小板对病人意味着什么!”日前,在西南医院献血中心,看着自己的鲜血缓缓流出身体混合在血浆袋里,该院血液病中心主治医生付刚十分平静。为了给层流病房一位26岁的造血干细胞移植病人汪坤平救急,付刚献出了10个单位的血小板,足够维持病人3天的血小板用量。

患者急需血小板

今年26岁的汪坤平是大渡口区联通营业厅工作人员。去年11月,她被确诊为恶性淋巴瘤。今年4月22日,她顺利接受了骨髓移植手术,随后住进层流病房。

“新的造血干细胞植入,但在尚未重新生长起来的这个时间段,是病人最艰难的时期,必须通过定时输入一定量的血小板,才能度过危险期。”血液病中心主任陈洁平介绍,正巧这个时期,遇上小汪的经期,持续出血长达7天,一直没有减轻。如果持续出血时间太长,一旦造成失血过多,或者重要脏器出血,此前的抢救工作将功亏一篑,小汪急需AB型血小板救急。

医生主动来献血

血液科的医生护士们立即在三医大的校园网上发出求助帖子,很快有学员打电话来询问,但血型都不符合。

此时,在科室值班的付刚医生和才毕业的医学硕士张扬,得知这个消息后马上冲向献血中心。经检查,付刚的血型符合,立即开始献血。

同在血液科住院的何女士告诉了她22岁的儿子周先生。周先生当即表示,自己是AB血型,也立即与西南医院献血中心预约,要为患者捐献血小板。不少病友家属都纷纷到血站接受检测,要求献血。

呼吁更多捐献者

西南医院血液病中心陈主任介绍,最近一段时间,该院都非常缺血小板,科室已有3名AB型血液病患者,但是血库里一袋AB型的血小板都没有!其他血型的血小板调用也非常紧张。

陈主任说,造血干细胞移植、白血病……不管哪种血液疾病,在治疗过程中,都需要大量的血小板供给。目前,该中心正在全市范围内征集血小板捐献者。

记者 黎奎 通讯员 黄晓彦

谈皮肤顽癣的成因与治疗

皮肤顽癣是一种常见的原因不明的有代表性的红斑、丘疹、鳞屑性慢性皮肤病,在红色丘疹或斑片上覆有银白色多层鳞屑,主要以身体躯干、四肢伸侧、头皮和背部较多。皮肤顽癣是一种慢性疾病,反复发作。世界医学把它分为四大类型,即:寻常型、关节型、红皮型、脓疱型。专家认为此病与遗传、细菌或病毒感染、精神紧张、内分泌失调、外伤、代谢障碍、免疫、环境气候等因素有关。

为患者早日康复,重庆红旗河沟医院皮肤科,由从事皮肤病研究治疗三十多年的汪、肖主任医师坐诊,已成功治疗各种顽固性湿疹、皮炎、鱼鳞病、荨麻疹、皮肤白斑等众多例。特别对复发性、全身性、银屑型皮肤顽癣,采用纯中药口服并结合高科技疗法,外病内治,不打针、不擦药,愈后不复发,并承诺:经我院治疗3—18天无效者退回原款,如有个别复发者可免费治疗直至痊愈。欢迎患者前来咨询、就诊!同时决定对就诊的皮肤顽癣患者送药30天。敬请患者认清地址,以免误诊!

重庆红旗河沟医院
皮肤科
郑重承诺:经治疗3-18天无效者退原款
电话:67367478
地址:江北区红旗河沟医专对门(红旗河沟地铁站旁)