

白露将至,谨防感冒

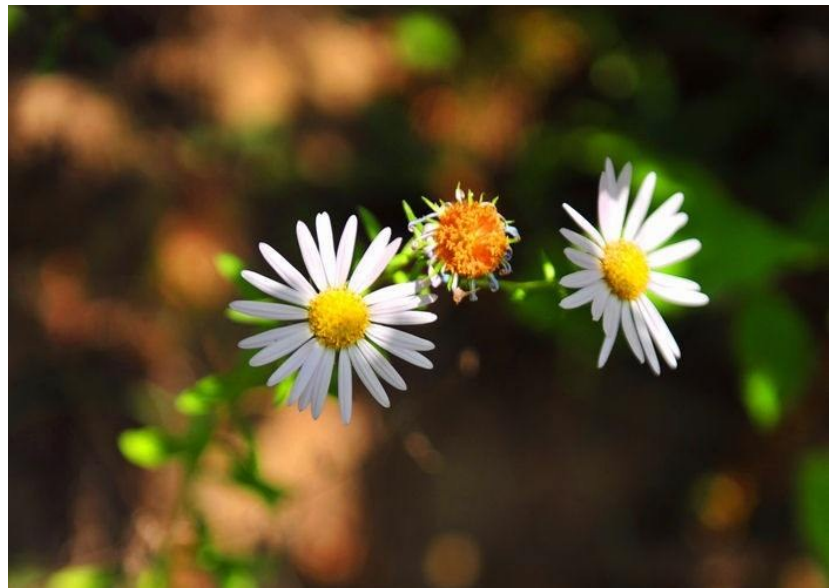
本报讯(记者 张大弓)白露节气将至,眼下的天气虽然中午有点儿热,但是早晚多了些凉意,与夏天的炎热相比,有那么一点儿凉爽;与忙碌的春天相比,有那么一点儿悠闲;与萧条的冬季相比,又有那么一点儿恬静。据气象部门预报,本周剩下的几天我市无雨水光临,一直是晴好天气,洗车、晾晒都可以放心进行。

秋冻并非人人适宜

市气象台预报,我市今天晴天间多云,19℃到32℃;明天晴天间多云,20℃到32℃。这几天虽然没有降水,但是昼夜温差较大,体质不好的朋友一定要注意预防感冒。

“春捂秋冻”的民间经验告诉人们,这个时节要秋冻,即不要过早地添加衣物。因为适宜的凉爽刺激有助于提升人们的耐寒能力,促进身体的新陈代谢,提高身体对低温的适应力。中医认为,处暑以后,气温逐渐由热转凉,自然界的阳气也开始收敛、闭藏,起居、饮食、精神、运动等方面皆不能离开“收养”这一原则。现代社会中,人们的意志需要秋冻来磨砺,浮躁的心灵也需要“收养”来沉静。

但是,秋冻并非人人皆宜。糖尿病患者局部供血能力较差,如果血管一下子受到冷空气刺激,很容易发生血管痉挛,使血流量进一步减少,易引起组织坏死和糖尿病足。因此,糖尿病患者最好不要秋冻。此外,体质较



资料图片

弱的老人、儿童以及心脑血管病患者、慢性支气管炎患者、哮喘患者、关节炎患者都不适合秋冻。

别再贪凉,谨防感冒

下周一将迎来白露节气。这是全年昼夜温差最大的一个节气,暖空气逐渐退避三舍,冷空气开始转守为攻,所以大家要随时关注气温变化。最近几天,昼夜温差依然在10℃以上,市民要适度增减衣物,以防感冒发生。习

惯热天在家打赤膊的男同胞们要注意,此时别再赤膊上阵了。

中医讲究顺应节气养生,所以从白露起暑热基本上已经褪去,凉意会越来越浓。虽然9月的某些日子气温仍然不低,但是人们不能再像夏天那样贪凉了。由于天气由热转凉,人体为了适应这种变化,生理代谢也在发生变化,对生冷食物的消化能力有所下降。所以,生活中要尽量避免食用生冷食物,以免消化不良。



今日天气



今天晴天间多云,偏西风转西南风2到3级,19℃到32℃。

特别提醒
天气预报早知道
请拨打12121



许昌移动用户
编写11发送到10658121即可订购

许昌联通用户
编写121发送到10620121即可订购



今日日出时间:6时
今日日落时间:18时46分

信息超市

刊登遗失声明、公告、出租、转让、招工、培训等各类信息

地址:八龙路与龙兴路交叉口许昌报业传媒集团2楼207室
广告刊登热线:4396875 13608431030

咨询代理

德信集团 一站式企业服务中心
DEXIN GROUP

工商代理 代理记账 税务代理

网站建设 网络推广 商标代理

资质代办 法律服务 财务外包

公司地址:许昌市文峰路2797号

服务热线:15603741118 18937451959

继续教育

许昌职业技术学院2020年成人专、本科招生报名中

2020年专、本科各类专业齐全,面向社会招生,学制2.5年,毕业证书网上注册。学习方式为网上学习。

报名地点:许昌职业技术学院4号教学楼A座1楼继续教育学院招生办公室(新兴路东段)

报名时间:即日起至9月10日

电话:2270358、2270278、2369869、2369868、18539013733

培训

许昌新希望会计培训学校

会计做账,初级、中级会计培训,教师资格证,成人函授大专、本科学历。地址:许昌市湖滨路45号(市体校西100米)电话:2780113 13569901131

水电暖

专业安装 瓷砖美缝 水电暖线路 13837437578

成人专升本

成人高起本、专升本报名

许昌电气职业学院2020年成人高起本、专升本招生报名开始。南开大学、大连理工大学、郑州大学高起本、专升本各类专业齐全,面向社会招生,学制2.5年,毕业证书学信网注册。学习方式为网上学习。

报名地点:许昌电气职业学院办公楼1431办公室(永昌大道与魏文路交叉口)

报名时间:即日起至9月10日

咨询电话:0374-3189339、18539021109(王老师)

办公楼出租

许昌金质建设有限公司办公楼1000平方米,可分段出租,价格面议。地址:许昌市建安区瑞贝卡大道291号。

电话:8311166、13903990739

疏通·改造

专业疏通、清抽化粪池,清洗各种管道及疏通暗管,漏水检测及维修安装上下水管,维修疏通马桶,维修阀门。电话:13462133330、15836519739

专业疏通管道,清理化粪池,清洗各种管道,维修水管,改装上下水管及各种阀门。电话:13839002935

综合信息

精修空调15年

专业维修、移机、技术精、服务好。电话:13409393627

SS 尚氏家政

企事业单位、家庭室内外保洁,门头、抽油烟机清洗,地板打蜡,纱窗更换,月嫂、保姆、育婴师、护工。电话:7333888

爱君家政

全国连锁,提供专业月嫂、护工、育婴师、保姆、月嫂培训、家庭保洁、工程开荒、外墙清洗等服务。电话:18637468695 13839041111

空调快修

充“昂”、移机、回收 13619883627

承接各种杂活儿 砸墙、砌墙、拆除、防水等 15837491978

出售·出租

出租 位于东大街繁华地段,一楼83平方米2间、二楼540平方米、三楼1200平方米,二、三楼可分租。电话:19903996660、13503747111

出租 西大街写字楼出租,地址为西大街与榆柳街交叉口市古槐街小学北校区隔壁,适合办各类辅导班。电话:13837489178

出售 魏文路唐岗佳苑10楼,二室一厅,精装修,89平方米,含地暖、家具、家电,55万元。中介勿扰。电话:18623808878(李先生)

出售 报业小区电梯房三楼,172平方米,四室两厅两卫,精装修,110万元。电话:13837487888

任新正房产中介
13608439027

搬家公司

老兵搬家
15993606557

好日子搬家
13782289632

诚信搬家
17737688844

祥和 13137427699

正能量搬家
15664208515

声明

●许昌三工商贸有限责任公司的公章(编码为4110233009831)丢失,声明作废。

●霍天右(男,出生时间为2010年2月17日13时19分)的出生医学证明(编号为J410621996)丢失,声明作废。

通知

刊登各类声明、公告请到八龙路与龙兴路交叉口许昌报业传媒集团2楼207室

电话:4396875 13608431030

2020年《许昌晨报》推出:

沿街门面房、住房出租转让600元包转包租活动!

活动规则

- 1.刊登范围仅限沿街门面房、住房;
- 2.刊登期间内容、电话不得更改;
- 3.600元包转包租,面积为2cm×3.8cm,刊登时间为1个月;
- 4.为确保刊登信息的真实性,请您在房屋租转成交后,及时通知本报停止刊登。

刊登热线:4396875 13608431030
地址:八龙路与龙兴路交叉口许昌报业传媒集团2楼207室