



着装厚度指数 8级

在室外要穿最厚的外套,室内可以穿轻便的棉服,增强保暖。



晾晒指数 3级

天气晴冷,阳光不错,适合晾晒。



肠胃病指数 3级

饮食稍不注意就容易得肠胃病,注意腹部保暖。

## » 宝宝摔伤脸部的多了

# 一周31个小孩摔伤 穿衣太多惹的祸

快报讯(通讯员 于露露 记者 刘峻)加床!加床!儿童医院住院部一整层的整容整形科,居然加床了,住院的已经有49个,除了需要择期手术整形的小患者外,其余31个都是摔伤的。天气变冷了,孩子衣服穿多了,行动也不方便了,意外也就这么发生了。

晓晓(化名)今年2岁半,脸上有一条6厘米的伤口,刚刚做完了手术,脸蛋上还有好多淤青,“想要完全和以前一样,几乎是不可能了,医生说,再高明的手术也不能抹去这道疤。”晓晓的妈妈很后悔,她说:“孩子衣服穿得多,里里外外穿了四五件,袜子还穿了两双,一不小心,行动不便的孩子就从三楼滚到二楼,而且是脸朝下,当即鲜血直流,住院后,才发现,很多小孩和她家孩子的遭遇大同小异。”

儿童医院整形科主治医师邹继军告诉记者,元旦以来,该科的住院人数已经达到了历史最高,元旦三天就来了17名外伤的小朋友,加上之前和之后住院的,一周内已有31名摔伤的小朋友了。

记者发现,整容整形科楼下就是骨科,但是骨折的小朋友非常少。专家说,一般情况下,衣服包着的身体损伤较小,因此多数伤都集中在头面部。护士告诉记者,以前冬季摔伤的小朋友也比较多,但是都没有今年这么多,可能跟今年寒冷时间持续较久、孩子衣服太多行动不便有关系。

专家说,面部的擦伤还比较容易对付,如果小儿跌伤头部,如果出现呕吐或抽搐,必须送医院看脑外科。小儿跌伤后,在未确定诊断之前,不要给小儿做按摩、揉搓,以免加重病情。

## 孩子冬天到底该穿多少?

快报讯(记者 孙羽霖)冬天,许多父母拼命给孩子保暖,而感冒的,却总是那些衣服裹得厚厚的孩子。其实,一味添加衣物,并不是真正的保暖之道。大冷天,穿多少为好?专家认为,只要在大人的基础上多加一件就可以。

现在的年轻父母,对宝宝的护理大多经验不足,而老一辈的经验也不一定都能适用。有育儿经验的方女士表示,有些小孩子还不会开口说话,不能表达出觉得冷还是热,要想知道小孩穿得是否合适,可以摸一摸小孩子的脖子就知道了。

游府西街幼儿园李老师表示,如果小孩子觉得冷,鼻子、额头、脖子后面都会比较凉,而衣物穿得过多,只会限制其手足的活



资料图片

动,甚至影响到呼吸。李老师表示,一般来说现在“二九、三九”最冷的时候,小托班的孩子需要穿两件毛衣,加上一件厚外套。如果在热一些的室内,两件毛衣外加一个背心就可以了。

在路上,家长可给孩子多加一件防风外套,到了温暖的室内要及时把外套脱去。不能在运动的时候穿过多的衣服,不然,运动容易出汗,导致伤风感冒。

## » 空气指数

关注我们的呼吸质量

## 乖乖! 天好蓝 阳光好亮

快报讯(记者 安莹)随着这一波冷空气的降临,虽然市民们冻得够呛,但是值得庆幸的是空气污染有所减轻了。昨天南京的空气指数为62,和前两天相比,这个数值也让人松了口气。

昨天早晨一出门,陈小姐就被南京的阳光和蓝天给“震”到了。好久没看到这么蓝的天了,站在新街口的高楼上,前一阵子朦朦胧胧的景色也清晰了许多,远远地就能看到紫金山。

昨天,玄武湖、瑞金路、草场门、迈皋桥的主要污染物都是二氧化硫。环保专家分析,天寒地冻,燃煤量急剧增加,经常出现二氧化硫主导的状况,再加上节后目前企业全面恢复生产,污染物排放量自然也相应增加。

专家表示,由于空气质量“基础”相对较好,加上天气由干转湿,有利于污染物的冲刷和扩散,因此近期空气质量应该都不错。预计今天可吸入颗粒物污染分指数范围59~79;二氧化硫污染分指数范围51~71;二氧化氮污染分指数范围24~44。

### ■ 今天空气质量预报

区域名称	预报时段	预报天气	主要污染物
玄武湖	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
新街口	14~16	阴转晴	二氧化硫
中华门	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
玄武门	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
山西路	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
迈皋桥	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
仙林大学城	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
奥体中心	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
浦口	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物
全市	14~16	阴转晴	可吸入颗粒物

## » 大人摔断骨头的多了 寒冷天气 韧带变僵易骨折

快报讯(通讯员 吴叶青 记者 安莹)记者从东南大学附属中大医院骨科获悉,寒冷的天气使得骨折的发生率有所上升。中大医院骨科主任医师茅祖斌说,冬天气温低,人的血管收缩,肌肉和韧带柔韧性较差,对关节的保护力度减弱,运动中稍有不慎就会造成关节损伤及骨折。

专家提醒广大市民尤其是老年人,在冬天出行和锻炼时要特别注意自我防护。年轻人

在冬季运动前一定要做好防护措施,对于膝盖、肘、踝等容易受伤的部位,要戴上护具。同时,运动前要充分活动身体,使肌肉和韧带的柔韧性增强,从而增强对关节的保护作用。老年人在寒冷的天气里尽量减少出行,出行时最好是有人陪伴,不要穿易滑的塑料底鞋。另外老年人骨质疏松,平时要加强营养,注意饮食搭配,多摄取富含维生素D的食物,多补充钙质,增强骨质坚固度。

## » 天气大家说

天气的好坏是不是影响了你的心情?是不是打乱了原有生活的步调?欢迎一起来聊聊,QQ:1422039040。

### 网友“无笛”:

这几天气温下降,但在大学校园里,再冷的天气都不能阻挡男生们耍酷的热情。看我,单件西装一穿,照样潇洒寒风。

### 网友“嘉嘉妈”:

宝宝晚上睡在我和外婆中间。外婆眯眯眼的大被子,说你

一个人盖那么大的被子,宝宝却盖小的。我赶紧掀掉宝宝的小被子,给他盖上大被子,我们的床挤得可真热闹,我和宝宝盖着2米宽的大被子,外婆盖着1米5宽的被子,这样的结果是,宝宝晚上因为没法翻身,急得不止一次哭闹……好冻啊……

## 随 COSTA 邮轮浪漫起航 远离寒冽,拥抱热情的香港与宝岛

2010年中国春节恰与西方浪漫情人节相逢,这是50年一遇,立即产生了浓烈的“浪漫反应”。不少旅游线路都打起了浪漫牌,想要和家人或爱人来一场浪漫旅行,岂少得了奢华邮轮和那徐徐的清新海风?这个春节,随 COSTA 邮轮浪漫起航,拥抱热情的香港与宝岛吧!

2月8日,从南京启程搭乘班机飞往香港,抵港后登上 COAST“经典号”邮轮。邮轮晚间在维多利亚港口启航,浪漫的海上之旅由此开始。

接下来的一天,你可以享受美妙的公海巡游,伸伸懒腰,吸一口海风,搁下一切杂务琐事,尽情品味别样邮轮假期。在船上尽情享受各项

设施,还能品尝各国风味美食。你可以选择在泳池畅游,或是前往名牌免税店展开疯狂购物。

2月10日上午,邮轮抵达台湾基隆,“经典号”为你精心准备了五条精彩的岸上观光行程可供选择。你可以购买红珊瑚、冻顶乌龙、凤梨酥等著名台湾特产或是去高级百货商场血拼当地时尚,也可以欣赏台湾旅游业一大名片的“女王头”等地质奇观,或是品味艺术家寻踪灵感的悲情城市九份的历史沧桑。次日,邮轮到达台中,岸上也有台中集锦、日月潭半日游两条线路可供选择。

2月12日,邮轮抵港后在酒店入住。次日早晨睡个懒觉,去酒店附近的茶餐厅享用正宗的广式早茶,接下来

一天的行程很让人惬意:你可以去久负盛名的浅水湾散散步,去赤柱这个海旁村淘淘宝,去太平山看香港的全景,去时尚夜生活的兰桂坊体验香港的夜生活,当然还可以去 SOHO 美食区品尝各式美食……

2月14日,带着美好的心情前往香港机场办理登机手续,乘班机回南京。

推荐理由:告别南京的寒冽,跟随奢华邮轮拥抱热情的香港和宝岛,享受明媚的阳光、细软的沙滩与蔚蓝的海。本次旅程还特地为家庭游客提供了体贴优惠,18周岁以下的孩子可以免去船票。

## 迎新春,宝庆银楼金鹰专柜金条大汇展

虽然距春节还有一段时间,不过虎年的金条已经开始大量上市,而以金条规格和品类齐全著称的宝庆银楼,自元月8日起,将在金鹰专柜举办为期一周的金条大汇展。此次汇展不仅包括工艺金条、精品金条、收藏金条,数十款宝庆工艺大师手工制作的新款黄金首饰也将同时展出。

笔者从宝庆银楼金鹰专柜了解到,此次金条及新品大汇展,品种和

款式很齐全,金条重量从10克至1公斤不等,可以满足不同消费者的需要。不仅有宝庆银楼自产的精美金条和中国黄金的万足金条,更有做工精细的工艺金条。此次展销的产品除了按件销售的虎年元宝,还有虎虎生威、龙凤呈祥、松鹤延年等图案的金盘。以改革开放三十周年、中国四大发明为题材的卷轴收藏金条为首次亮相,而数十款

新上柜的黄金饰品更是此次汇展的亮点。还有部分黄金新品,以面大金轻为特色,工艺上做工精致,更注重款式的艺术性和文化性。

据业内人士分析,春节来临之际,宝庆银楼金鹰专柜举办此次金条、新品首饰大汇展,在一定程度上将进一步引领南京及周边地区的黄金投资热潮。

岳海云

# 青春痘为何反复发作 专利祛痘,南京仅此一家!

青春痘,俗名粉刺、暗疮,在医学上被称为痤疮,是青春常见的一种皮脂腺慢性病。原因有很多,比如温度上升,爱吃辛辣或熬夜等,主要的原因是雄性激素分泌过旺刺激皮脂腺大量的产生皮脂油脂,继而正常代谢不完就会堵塞毛孔形成粉刺的核心——微粉刺!传统的治疗方式只是清除了表面看的见的痘痘,而微粉刺停一段时间又长出来了,于是形成了痤疮反复发作的局面。所以根治痤疮不能只治疗表面,微粉刺是关键!有句痤疮界的名言是:没有微粉刺就没有粉刺,没有粉刺就没有暗疮!

韩医生采用中药拔毒疗法内调+外用再配

合高科技痤疮治疗仪能迅速侵袭毛囊根部,没有痛苦,无需针清,微粉刺自行松动排出体外。

我国著名皮肤病学家白光正教授四十九年研究成果和十五年临床经验传承,数万例顽固性痤疮临床验证。该产品荣获中华人民共和国根治+防复发两项专利认证(专利证号:ZL951001558 ZL951016156)。

韩医生承诺:签约祛痘,照相为据,反弹退款! 祛痘免费热线:10101010 韩医生南京 网址:www.njhysqd.com 地址:南京市白下区太平南路一号新世纪广场B座1122室 咨询热线:84265396 18913914871 QQ:1194595100 手机编辑“祛痘”发送12114,访问韩医生专业祛痘连锁机构更多信息。

## 一次溶脂 终生告别肥胖

背/腰/腹等局部肥胖 产后肥胖 面颊部/下巴溶脂

### 溶脂酶彩梦塑身 技术优势

- 溶脂酶定向溶脂,不伤及人体血管、神经及软组织。
- 完全控制溶解脂肪的量及范围,不出现凹凸不平。
- 美体永不反弹。手术过程全无痛,术后不留疤痕。

东美瘦身热线:025-83241315 85105332

美丽来东美 好礼送不停 电话预约来院 溶脂项目 即送价值 618元的 美丽健康体检 更多优惠,不容错过

QQ: 951502636

地址:南京市鼓楼区云南路20号鸿德大厦2层 www.njymszx.com