



天伦之乐

月牙湖边,一位老人抱着外孙女享受清凉,祖孙二人其乐融融,亲情浓浓。

快报记者 路军 摄



人体舒适度指数

0级

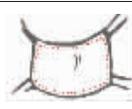
人体感觉舒适,最可接受。



晨练指数

4级

气象条件较好,适宜晨练。



感冒气象指数

3级

较易感冒,特别加强自我保护。

患红眼病别自己“下处方”

近日,15岁的高一新生晨晨红着眼,流着泪走进了江苏省人民医院眼科副主任医师于焱的诊室。晨晨说,最近学校军训,每天非常疲劳,一周前突然感冒,之后右眼眼红不适。晨晨用了几天氧氟沙星眼药水,结果眼睛越来越红,畏光流泪的症状愈加严重。晨晨说,班上还有六个同学和自己一样眼睛红得“像兔子似的”。

于焱用裂隙灯显微镜检查后

发现,晨晨右眼角膜上皮下有许多形似面包屑样的点状浸润,触诊右侧耳前淋巴结有明显压痛。诊断晨晨右眼病毒性角膜炎,给予抗病毒眼药水配合激素,并让晨晨适量口服抗病毒冲剂、维生素C。

医生指出,近期红眼病患者有增多的趋势,一天有20多人来就诊。现在正值夏末秋初,天气忽冷忽热,是感冒高发时节。许多人感冒后眼红不舒服不当回事,或擅自

使用抗生素类眼药水,这些做法都是不够妥当的。晨晨感冒初期,可能得了病毒性结膜炎,但没有对症治疗,导致炎症扩散,最终波及角膜,引起角膜炎。专家提醒,“红眼病”的病因很多,常见的有细菌或病毒感染,“红眼病”患者在没有明确病因前切忌自己“下处方”。

医生提醒,患病期间,忌辛辣刺激饮食,应适量补充水果和绿色蔬菜。通讯员 谢瞻 快报记者 刘峻

在家拔火罐最好用真空罐

近日,著名歌星齐秦因烧伤被紧急送入医院治疗,起因是保健师在为其拔火罐时不慎将酒精洒在身上引起大火。

南京市中西医结合医院针灸推拿科主任戴奇斌介绍说,拔火罐是传统的中医外治方法,可以行气活血、疏通经络、消肿止痛、祛风除湿。因为操作简单易行,成了民间常用的防病治病方法,常用于治疗腰背痛、颈肩痛、风湿痛、落枕、感冒、消化不良、失眠、更年期综合征以及部分皮肤病等。一般来说,拔火罐分三种:闪罐、走罐、留罐,前两种较为专业,最好在医院进行。一般家庭拔火罐用留罐的方法比

较安全。拔火罐一般用镊子夹一小团棉球,蘸上适量酒精,罐口斜下,点燃棉球,伸入罐的底部绕1~3圈后抽出,并迅速拔上。这里需要提醒大家的是,千万注意不要让燃着的棉球碰到罐口,以免烫伤皮肤。对于操作不熟练的市民朋友,戴奇斌建议,最好用真空罐。

戴奇斌提醒市民,在家拔火罐时,罐口应光滑无破损,也不要太薄,防止割伤皮肤。同时,根据所拔部位的面积大小选择适宜的罐;留罐时间根据病情、部位决定。一般留罐10~15分钟,大罐吸拔力强,可适当缩短时间。很多市民起罐时喜欢使劲拔,其实这是不对的,应

该一手握罐,一手压旁边的皮肤,让空气进去,罐自然就下来了。

此外,吃得过饱或饥渴时不宜拔罐。皮肤有过敏、水肿或者溃瘍的地方以及孕妇的腰骶部和腹部都禁止拔火罐。

快报记者 刘峻



苏宁睿城中秋同乐会圆满落幕

175~216平米景观楼王珍稀在售



“鼓楼生活,邂逅德式风情”。9月3日晚,苏宁睿城首届大型业主中秋同乐会在接待中心盛情举办,千余名业主积极参与,激情共享欢乐盛会。

德式风情盛宴 每位业主都是主角

活动当日,在美轮美奂的幻彩灯光下,无论是充满异国风情的现场布置,还是有着丰富内容的精心设置,苏宁睿城都让每位业主体验到了一场轻松愉悦、浪漫温馨的德式风情之旅。而精彩绝伦的表演节目、现场进行的幸运大抽奖,更是将激情四射的晚会多次推向高潮。

“平时我们都比较忙,苏宁睿城组织的这场活动,不仅为我们提供了邻里之间交流的平台,让我们感受到开发商对我们业主的亲近贴心,同时也感受到这个楼盘一向所倡导的国际化品质生活态度。”现场的王先生由衷地有感而发。

一位带着孩子在嘉年华区玩乐的女士表示:“活动安排很丰富,大人和孩子们都玩得很开心,从精心有序的活动组织上,我们看得出开发商对每一个细节的用心,我们也更有信心相信,这样的开发商所交出的房子也是有品质保证的。”

鼓楼成熟生活 彰显睿城非凡品质

苏宁睿城致力于打造城市建筑标杆,树立品质生活典范,从2009年到2011年,历时三年,这座150万平方米的“硅谷生活城”,不断展现着成熟之美。

作为南京高尚人居的典范,无论是源于鼓楼的文化底蕴还是社区的产品配套,苏宁睿城都正逐渐锻造成为一个真正意义上的高品质生活城。南京实验幼儿园、琅琊路小学等一系列学区配套,占尽鼓楼天时、地利。社区1.2万平方米中央景观实景已然呈现,1.5公里沿河风情休闲景观带,演绎睿城独有的国际化品质及邻里亲近氛围的居住理念。而未来苏宁广场、苏宁慧谷的高智阶层聚集,必将成就独具人文的科技未来。

据了解,作为苏宁睿城住宅的收官之作,其下半年将推出四期85至217平米全系房源,成熟配套,创新户型,将再次刷新南京高端居住标准,带来完美高品质生活方式。目前,该项目在售少量175~216平米景观楼王。



苏宁睿城嘉年华精彩纷呈



现场业主积极参加互动游戏



可爱的集体舞



重温童年快乐时光