季节变换，孩子怎么才能少生病？

网友“小叶”提问：我家孩子今年4岁了，体质不太好，只要是换季节，总会生点病，比如入秋时肯定会咳嗽，早晚温差大，有的时候晚上睡觉不注意很容易着凉感冒、咳嗽。请问有什么好办法能让孩子在季节转换时少生病？换季的时候，在饮食上又需要注意些什么呢？

我能网“健康能人”南京市妇幼保健院儿童保健所营养专家张敏医生回复：孩子的免疫力及对环境的适应能力要较成人差一些，在季节变换时容易出现感染性疾病，这是很正常的现象，为了增强孩子对外界环境的耐受力，家长可以增加孩子的户外活动时间，让宝宝先充分接触变化的温度与空气，但不要到人较多的热闹场所，增加感染的机会，同时注意生活护理，比如早晚温差大，可以在早晨准备几件薄一些的衣服，在温度变化大时便于穿脱，避免过热或过凉。同时，为了适应之后一波波冷空气的降临，家长此时可以有意识地让宝宝适应较冷的环境，比如开始坚持用冷水洗鼻子，用凉一些的水漱口、洗脸等。在饮食上最简单的是开始多准备当季的食物让宝宝选择食用。

相关健康能人推荐

省第二中医院皮肤科柏志芳

互动方式：登录我能网（www.wonengw.com），搜索相关能人，浏览“TA的博文”，或点击“问TA”提问，即可参与互动。

能人召集令：你想展示一技之长吗？无论上班族、学生，还是职场达人、居家宅人，无论是名人还是草根，只要你有技能、有才艺，均可报名应征。能力不分大小，都可以通过我能网的平台展示。欢迎登录我能网，申请官方能人认证！

吴慧慧

有事找能人 健康类
w w w . w o n e n g w . c o m
腾讯微博：@快报我能网
新浪微博：@快报我能网

安装净水器，享受健康优质生活

便民生活百宝箱
- 空调快修
- 热水器维修
- 房屋清洁
- 机顶盒伴侣
- 节水改造
- 搬家开锁

24小时服务热线：96060

随着市民生活水平的提高，饮用健康水的意识逐渐加强，用于健康投资的资金也逐年增加。净水器逐步成为家庭必需品。上周，我能网便民服务推出净水器安装服务后，受到读者追捧。现在，拨打快报我能网便民服务热线96060，或登录我能网（www.wonengw.com）预约，只需在家中安装一个小型水处理装置就能享受直饮水的优质健康生活。

胡女士日前致电96060，面对市场上几十元至上千元的各种净水设备，不知如何选择。据了解，净水器分三个等级，一级过滤净水器结构简单，以活性炭为主，过滤能力有限；多级过滤净水器属中档产品，适合普通家庭使用；反渗透技术净水器是净水效果较理想的产品，过滤出来的水无细菌、病毒、重金属、农药和异色异味，无需加热即可饮用。

快报我能网便民服务安装的派斯净水器采用五道过滤，净化出来的水完全符合健康水标准，是目前市场上综合技术领先的终端直饮装置。能有效去除自来水中氯气、重金属、化合物等致病、致癌物，保留和补充人体所需的矿物质。

如果您也想改善用水提高饮水质量，赶紧拨打96060或登录我能网（www.wonengw.com）预约服务，专业工作人员将上门为您安装净水器。

钱坤

南艺后街交流会开幕在即 全国玩家、非遗传人慕名而来

距离9月30日的第十一届古玩交流会还有几天，南艺后街就接到了来自全国各地数以千计的玩家及藏友的电话咨询和摊位抢先预定。据了解，从去年开始受经济环境的影响，持续无序爆发性增长的收藏市场，终于在今年呈现理性回归，这让已经“憋屈”很久的各地玩家大呼“终于解放了”！

历史文化积淀深厚、物藏丰富的南京，被公认为全国四大历史名城，南艺后街更以其优良的环境、超高的人气成为华东最具规模、影响力的全国古玩交流街区。作为古玩艺术交流平台，从市民的角度出发，南艺后街致力于打造平民买卖交流的街区。除现有品种繁多的古玩、珠宝商品外，更一直在增强扩大字画交流区，让市民、学生和老师在周末到南艺后街买卖原创字画，打造“书画集市”。

据悉，此次古玩交流会的具体时间发布后，刚参加完南京名城会的剪纸、磁刻艺术、皮影艺术等各地非物质文化遗产艺术也慕名而来，想将自己优秀的艺术品呈现给南京市民。此时的南艺后街可谓是门庭若市，主办方靳总表示虽然会有压力，但是会将此次交流会的每个主题都做到最好！另外，10月18日起为期十天的南艺后街（石头城路99号）第六届全国奇石博展会也将展出各种奇石。

欢迎有兴趣的市民登录我能网（www.wonengw.com），搜索收藏能人“南艺后街”进行咨询或致电南艺后街025-68581888（交流会），68580999（奇石展会），前往观展。

贾曼艺

治疗前列腺 又有新技术

治疗前列腺炎不再困难，像做B超一样治好前列腺炎，就是前列腺多维汇聚技术。今年初，在北京钓鱼台国宾馆成功举办了前列腺多维汇聚技术新闻发布会，南京建国男科医院专家受邀出席此次会议，届时南京建国男科医院成为国内首批引进该技术的医院，为男性朋友治疗前列腺炎提供更好的医疗服务。

会上，中国工程院郭应禄教授等众多医学专家都针对这一新技术做了重要讲话，他们指出，前列腺疾病的病因相当复杂，前列腺多维汇聚治疗技术的问世，将打破这一僵局。科学含量高、临床疗效好，其“无创伤、非介入、多维治疗”方式具有传统治疗技术无可比拟的优势，已成为治疗前列腺疾病的首选技术。

在新闻发布会现场互动环节，就新技术临床应用效果方面，前列腺多维汇聚治疗技术临床研究专家李海松教授说，超声多维汇聚治疗仪主要是利用超声波来治疗前列腺疾病，而超声波具有方向性强，能量集中、定位治疗、直达病灶等优点，经临床试验观察未见不良反应，所以可以放心使用。

南京建国男科医院专家丁学刚主任说，作为国内一流的专业男科医院，我们不但拥有资深男科专家团队，设备也要先进，对于新的设备和技术我们会积极引进南京，让患者体会更先进的医疗服务。目前我院已成为拥有男科疾病检查、治疗设备最先进、最齐全的男科医疗机构之一，为创建一流品牌男科医院奠定了坚实地基础。我院一直关注此项技术的研究进展和临床应用，并将成为国内首批引进该技术的定点治疗医院，通过新技术的临床应用，将会使更多前列腺患者得到规范的治疗，在南京建国男科医院享受新技术带来的福音，摆脱前列腺疾病的困扰。

张弛

看男科 到建国
专业值得信赖
南京建国男科医院
——男人自己的医院——
读者热线：025-52238888
网 址：www.jg91.com

男科信箱

主办：中华男性健康关爱中心
特约解答：南京建国男科医院

鼓楼区读者问：小便完了后还会滴出，总有尿不尽的感觉，有时还有尿等待症状。大便用力的时候尿道口还会流出白色的东西，这是怎么回事？

建国男科医院主任医师郑世广：从你描述的症状看要考虑前列腺炎。前列腺炎症状繁多，包括会阴部、大腿根部等局部疼痛；尿频、尿急、尿分叉、尿道内灼热；性欲减退、阳痿、早泄等。男科经典技术“前列腺多维汇聚技术”是很好的治疗方法。你可以来我院前列腺特诊中心进行前列腺的分型确诊和专业治疗，以免贻误最佳治疗时间导致精囊炎、附睾炎、性功能障碍等并发症。

白下区读者问：我今年28岁，性生活时总觉得力不从心，时间大概就一分多钟，是不是得了性功能障碍，该怎么治疗呢？

建国男科医院副主任医师丁学刚：您出现的问题应该从两个方面来说：勃起功能和射精功能。如您所述勃起硬度维持不久，确实是勃起功能出现的异常，但如果尚能完成性生活，还不属于阴茎勃起功能障碍（ED）；射精功能方面，您的情况就可以归于早泄了。要解决这些问题，首先要找到引发的病因。这方面因素很多，包皮过长、婚前手淫过频或是由于一些其它疾病造成，如慢性前列腺炎等，明确病因，才能有针对性的治疗。建议您及早到专业男科医院进行系统诊治。

工程师,学历,MBA,工程硕士 海征教育
江东中路欧洲城 68151181,68156376

大智会计 会计出纳就业班 总账+用友软件班 会计证 84275470

中华培训 电脑、会计、自考
1.会计证 2.会计继续教育 3.出纳+总帐+报税+用友 4.英语0-4级、日、韩语 5.电脑培训 6.一年半自考大专、三年制中专+大专
www.njzhonghua.com
地址：①中华路 52335096 ②热河南路152号 ③长虹路 ④四牌楼

服装培训 对外招生 10月6日开学 （推荐工作）
政府补贴失业者学费。全科培训，教学规范，合格发证。
南京白下路314号金陵科技学院北大楼209室
电话:025-84418824,86632398 http://njzyfzpx.cn

学尔森教育® www.shsunedu.com
中专/专·本 国家承认、电子认证 随到随学、快速取证、1年~2.5年制
经济师·会计师 培训、评审申报一站式服务 助理/中级证，全国证签约确保取证
监理师
建造师 随报随学、循环上课、快速取证
安全 三类人员A.B.C证 权威证书，从业必备
八大员
室内设计师
工程师 职称
造价师/员
项目管理师 高通过率，快速取证
南京新街口学校：中山东路9号天时国际大厦9楼H座 025-83289772/83289773/83289770
企业团报服务：南京市地铁二号线奥体东站4号口内 地铁商铺ATD-12 南京市政务服务中心：025-86307067、025-86307049
考证就读学尔森

生活直通车
搬家服务

搬家服务

喜顺 83433888 人、车多、厂、厢、长短途、全市连锁、特价
喜顺专业、搬琴、搬家。86455277 优
喜顺 厢、30起、全市连锁。86653506
喜顺 家、学校。84461508 拆装家具、空调.84233480 长途特优
喜顺 搬家、厂。86032666 特低
喜顺 迈尧、下关。85503004 厢
喜顺 鼓楼、河西。86278226人多，价低。
喜庆 半价。85436939 长途、家
喜顺 免楼层。86279339 厢、优
喜顺 搬家、厂、河西80起、厢。86666942
喜顺 河西、鼓楼。86279827 人多、特低
喜顺 厢、拆装、家具、空调、长途。86050222
双喜 搬家，价低，长途，起重。84299982
喜顺 厢，拆装家具。83434208
喜顺 家、厂。86654540 拆装家具、规模大、长途特优。
栖霞 下关、仙林。85318119 厢
喜顺 免楼层。86612038 厢、优
河西 龙江、奥体、鼓楼。86270339 家、低
喜顺 鼓楼、搬家、优。86279888
双喜 搬家，长途，诚信，价优。84444559
五星 150/元搬家，让您省心。66077975
光华门 马群、厢、低。84490675
喜庆 搬家、厂、起重、长途优。85329990
下关 家。58817553
下关 58818039 包满意
迈皋桥 栖霞 厢。85332209 低
喜顺 搬家、拆装、人、车多。86475997 长途全国
中央门 尧化门。85336058 厢
下关 58806685 包满意。
福临门 搬家。85380289
秦淮（专业起重队）家、厂。85692985
江宁 厢。52159499
迈尧 栖霞。85432686 厢、优、低
喜顺 66028078 专业；搬家、单位、仓库、专业、拆装、免楼层。
南湖 鼓楼。86494881
双喜 30起。52426462
迈皋桥 尧化门、仙林、马群、家。85331216 优
江宁 家、厂。52022388
福临门搬家
拆装、琴、起重、厂。85629290
下关 搬家。58818165 包满意
秦淮 家。52621185
卫岗、马群、麒麟门 厢。84272986
益民 搬家。86222038
下关 桥北、家。58808846
益民 搬家。86669485
城东 84870067专业搬家、拆装家具。
江宁 家。52158321
喜顺 搬家、厂。52435526
双喜 长途、家、厂、价廉、拆装。13912990679
雨花 江宁、家、拉货。52404113
下关 家。58811712
下关 家。58826201
鼓楼 86276231 厢