

# 剃龙头 讨彩头 扶龙须 沾龙气

# 二月二龙抬头

昨天3月13日,农历二月初二。民谣有云:“二月二,龙抬头,大财小钱往家流;大仓满,小仓流,好运刚刚起了头;二月二,剃剃头,剃掉烦恼和忧愁……”

在南京,“二月二”最知名的习俗,莫过于“理发去旧”。除此之外,还有很多与“龙”有关的食俗,让“吃货”们兴奋不已。

现代快报记者 曾恺

## 二月二,龙抬头 剃个头,讨个喜

传说,冬眠的龙被春雷惊醒,抬头飞腾升天,行云布雨,迎接春天到来,所以称为“龙抬头”。今年“二月二”的前一晚,正巧春雨赴约,很多人感叹“果然龙抬头了”。根据习俗,正月里不宜剪头发,熬到“二月二”,孩子要“剃喜头”,保佑健康;大人叫“剃龙头”,辞旧迎新。

很多家长在微博上晒出了宝宝剪头发的照片,“剃剃头,剃掉烦恼和忧愁”。

“我自己动手给宝宝剃了个头,希望能借着‘龙抬头’,保佑孩子健康成长,长大以后出人头地。我小时候,每到‘二月二’,外婆、妈妈就会给我剪头发。”小周谨遵守习俗,给两岁的宝宝剃了个“龙头”。

“我约了理发师剪头发,今天可是‘二月二’,怎么也得剪几刀。”春节回老家前,李小姐剪过一次头发,熬过了正月,刚好该修剪一下了。



二月二,娃娃剃个头 现代快报记者 马晶晶 摄

## 二月二,待女儿 老丈人款待女儿女婿

“二月二”,南京还有个习俗,可能很多年轻人不知道,那就是“二月二,待女儿”——女儿、女婿带着礼物回娘家表孝心,老丈人则摆上一桌好菜盛情款待。

说到这个习俗,南京市民俗博物馆资料研究部副研究员徐龙梅笑了起来,“旧时讲究出嫁的女儿在正月里都得呆在婆家,终于熬到二月二,‘家家户户接女诉冤仇’。出嫁的女儿可以回家向父母诉诉苦、撒撒娇,也可以借此机

会约三五好友一起踏青,话家常。父母则会劝慰自己的孩子,怎么勤俭持家,孝顺公婆,妯娌和睦。”徐龙梅解释,“现在女儿回娘家,早没了这份寓意。就是女儿、女婿提着礼物回娘家,共享天伦,老丈人备好酒席好好招待女婿。”

张女士听闻这个习俗,有些惊讶,“回去跟老公说说,以后‘二月二’咱都争取回娘家,让老丈人好好款待他。”

## 吃食上也要沾沾“龙气”

为了沾沾“龙气”,“二月二”这天,在饮食上也有讲究。

在微博“吃货吧”里,各地网友晒出当地“二月二”食俗。比如,东北人要吃猪肉头,“龙抬头、吃猪头”;上海网友说,他们吃里脊肉,外号“过江龙”,寓意今年宏运无限;在浙江,不少网友则表示有“撑

腰萝卜撑腰糕”的说法,“二月二”要吃萝卜、年糕,意为来年身体健康……”

民俗专家介绍,“二月二”的饮食多以龙为名,即使是寻常食物,这一天也有不同叫法。比如,水饺叫“龙耳朵”,米饭叫“龙子”,煎饼叫“龙鳞”,吃面条叫“扶龙须”。

天气变幻无常,让人欢喜让人忧

## 忧 现在这一波感冒 咳嗽的不多 嗓子疼的多

昨天,南京最低气温只有5摄氏度,仿佛又回到冬天。由于气温难以琢磨,许多人穿衣犯了难,免疫力也跟着下降。这两天,门诊患者增加了一至两成。

### 这一波感冒,嗓子疼的患者多

南京同仁医院耳鼻喉科医生任妍妍介绍,门诊量增加了不少,很多人是着凉感冒导致喉咙疼,还有人因为上火鼻出血。“这两个病平时不容易碰到一起,但南京的天气一会夏天,一会冬天,病情也开始多种多样了。”任医生建议,在干燥、早晚温差大的时段,注意保暖的同时要预防上火。多喝水冲洗鼻腔,还可以把红霉素眼药膏抹在鼻腔内。

南京同仁医院呼吸内科主任林云辉介绍,最近感冒的以中小小学生居多。这一波感冒症状多为全身无力、头痛、头晕、嗓子疼,而咳嗽、流鼻涕的反不多见。据来医院就诊的学生说,一个班大概有二三十人感冒了。林云辉提醒市民,应多开窗通风,多喝水、注意休息。

### 春眠不觉晓,失眠的也不少

不少人近日出现了失眠症状。市中医院脑病科主任中医师王敬卿介绍,春季是失眠的高发期,青壮年、学生占了一



医院输液大厅座无虚席 现代快报记者 李雨泽 摄

大半,在排除器质性疾病外,可以查一下甲状腺是否亢奋。通常这类病人属于阳亢型,心火比较旺,易激动。在治疗上,首选心理疏导,同时可选用去心火的中药进行调理。此外,按摩耳廓有助于调节全身功能,睡前泡热水澡、喝牛奶也有利于睡眠。

通讯员 钱文娟 徐婷婷  
现代快报记者 刘峻

## 喜 栖霞山山茱萸提前盛开

快报讯(通讯员 李宏 记者 沈晓伟)最近天气乍暖还寒,栖霞山上的植物“不知所措”了。在栖霞山景区,山茱萸进入盛花期,比去年早开了半个月。同时,栖霞山的飞燕草、二月兰、婆婆纳、玉兰花、海棠、大杏梅等都提前进入赏花期。

山茱萸是一种中草药,气味辛辣芳香,性温热,可以治寒驱毒。古有取茱萸缝入布袋,用来辟邪的说法。山茱萸还是“六味地黄丸”的重要成分之一。但景区提醒,“是药三分毒”,请游客不要随意采摘,更不能随意食用。



山茱萸 栖霞山景区供图

# 银屑病(白庖)

银屑病(白庖)是一种常见的慢性复发性炎症性皮肤病,病程经过漫长,如不及时治疗,易有反复发作倾向,对患者的身心健康影响严重。银屑病好发于裸露部位,如头部、四肢、前胸、后背等部位,其皮损表现:红斑基底,银白色鳞屑,易痒,病程迁延,是足给患者带来身心痛苦和经济负担,尤其青少年男女,肥瘦兼有,皮损多,且伴有美观、婚嫁、择业、就业、婚恋带来大的负面影响。

**温馨提醒:**要避免银屑病(白庖)的发生,应注意各种诱发因素,不同的个体诱发因素也不相同。若能避免或及时给予干预,可减少或避免银屑病的发生和复发。首先,患者应以坦然的心态面对疾病,其次,努力使自己乐观开朗,保持良好心态,及时规范治疗,树立战胜疾病的信心。

### ◆ 治疗先消毒, 提高免疫力 三管齐下治顽癣更彻底

银屑病(白庖)皮损状态多样,而发生在不同部位,发病多与免疫功能紊乱、内分泌紊乱、精神因素有关。传统治疗在病因检测不明的情况下,用大量西药,激素等把体表的病变清除,不但对病因,且造成皮肤损伤。现代中医专家对银屑病研究,发现:病在血毒根在肝毒,治肝必先解毒,五淋之毒不排,银屑病难根治。因此,从银屑病的治疗入手,在清除血毒的同时,对内腑进行深层排毒和治理,使体内肌体的表皮细胞生化机能恢复正常,三管齐下才能真正有效治疗银屑病。

文:储文玲

### 银屑病(白庖)患者,大多数在阴历正月,一般冬季加重,成为冬季加重银屑病;少数患者的病状在夏季加重或复发,而在冬季减轻或消退,成为夏季加重型;更有少数患者因既往治疗过于频繁或病程日久,其病情加重,往往在夏季加重,其病状分为三期:

(1)进行期:皮损不断出现,皮损面积不断扩大,皮损泛发,瘙痒明显,压之可有出血,常伴发汗,针刺、搔抓、手术等均可导致皮损的扩散,且具典型的银屑病表现,称为同形反应。

(2)静止期:皮损稳定,既不扩大,也不缩小,基本无新皮损出现,皮损颜色淡红,炎症减轻,鳞屑减少,或共干燥,脱屑。

(3)消退期:皮损缩小或变平,颜色变淡,鳞屑基本消退,皮损减少,或消退,皮损消退或痊愈。

### ◆ 心理调节很重要

银屑病(白庖)的各种诱发因素中,精神和心理因素对病情的发生和发展起重要作用。精神因素是成人最突出的致病因素。另外,患病后对疾病的错误认识,如自卑、恐惧、焦虑、抑郁等,也会引起银屑病的加重。

这种错误认识在临床上经常遇到,曾有一位患者,从诊断为银屑病(白庖)之日起,他到处求医治疗,中药、西药各种疗法都尝试了,但就是不见好转,他感到非常痛苦,甚至产生了轻生的念头,在一年中他不敢接近同事,而且工作很自卑,非常惭愧,心理压力可想而知。他患银屑病一天不消,就可能无法面对今后的工作和生活。后经一位患银屑病多年的病友介绍来到我院,根据病情给他开了几个疗程的中药结合西药,治疗,用了涂擦等疗法,当治疗10天后,病情得到控制,并明显好转,一个疗程后,皮损开始消退,两个疗程后皮损几乎全部消退,且经一个疗程的中药巩固治疗,通过定期复查,至今没有复发。

南京华肤医院 | 皮肤科专家  
治皮肤 找华肤  
全国连锁 品质保障  
—— 专业值得信赖 ——  
专治皮肤病的医院  
电话: 025-8368 5566  
网址: www.njpfyy.com  
地址: 南京市鼓楼区铁路北街177号