

# 晋源区推出购车普惠活动

本报讯(记者 毕晶晶)3月22日,晋源区“匠心出行 工会护航”购车普惠活动启动仪式在新晋祠路万国汽贸园内举行。此次活动挑选了4个有代表性的汽车品牌、28个有竞争力的车型,涵盖高、中、低端市场,满足不

同消费者的需求。

据悉,此次购车补贴活动通过国家补贴、汽车厂家让利等优惠举措,让消费者切实得到实惠。上汽大众、上汽奥迪、广汽埃安、上汽荣威汽车四大品牌联合参与,包含上汽大众—

帕萨特家族、途昂家族、上汽奥迪—Q6、广汽埃安—SP、上汽荣威—全新i5等20余个系列。从即日起至3月31日,消费者在国家以旧换新补贴基础上,还可额外享受1万元至15.88万元的厂商补贴,以及2000元至1万

元的店内优惠。此外,活动期间工会会员享有专项补贴,购车可享500元现金红包,并赠送全车贴膜、维修保养工时7.5折、续保专项100元/年等优惠服务。



3月21日是第25个世界睡眠日,北京大学第一医院太原医院在门诊楼大厅进行义诊,提供便携式睡眠呼吸监测,喉内窥镜、鼻内镜检查,血糖检测,量表评估及用药咨询服务。

张澍宏 摄

## 大风侵袭后 洗车有窍门

本报讯(记者 于健)大风天气过后,如何正确清洗车辆?3月16日,记者走访多家汽车4S店,维修人员提醒广大车主,风沙天气后及时对车辆进行清洗和维护十分关键,切勿直接使用高压水流,避免车身漆面出现划痕。

大风天气下,大量沙尘附着于车身表面,若不及时清理,危害不小。在清洗车辆时,维修人员特别强调,车主切勿直接使用高压水流。车身附着的沙尘在高压冲洗下,如同细微砂纸,会加剧漆面磨损。建议车

主先用舒缓的低压水流冲洗,初步去除沙尘,再进行常规洗车操作。擦拭车辆外观时,应选择柔软的麂皮布或海绵,顺着一个方向轻柔擦拭,避免车身漆面出现划痕,保护车辆颜值。

车辆内饰及各显示屏表面也会落满沙尘。车厢内相对封闭,在湿度影响下,沙尘若不及时清理,极易滋生细菌、霉菌,散发难闻异味,危害车内人员健康。同时,沙尘颗粒质地坚硬,直接擦拭易划伤面板和屏幕。清洁时,建议先使用吸尘器去除表面灰尘,再用

软布和专用清洁剂,仔细擦拭座椅、中控台、显示屏等部位,打造清洁舒适的车内环境。

此外,相关零部件的检查与更换不容忽视,空气滤清器和空调滤清器尤为重要。空气经空气滤清器过滤后进入发动机参与燃烧。风沙天气中,微小尘土颗粒吸附在空气滤清器上,会降低发动机进气量,导致发动机功率下降、积碳增多、油耗升高,甚至引发车辆抖动。因此,风沙季后,车主务必检查空气滤清器状态,必要时及时更换。

## 走进气象世界 探索自然奥秘

本报讯(见习记者 孙佳敏 文/摄)3月23日是第65个世界气象日,太原市气象局在市青少年宫举办专题科普报告会与“小小气象讲解员”体验活动,带来一场别开生面的气象知识盛宴。

“大家看,这张图片呈现的是去年夏天的强降水过程,这些箭头是雷达回波移动的方向。”气象专家讲解多普勒气象雷达的探测原理,剖析雷电形成过程,并结合实际向现场听众传授应对防范举措。现场的小朋友听得全神贯注,踊跃提问发言,气氛热烈。随后,家长和小朋友们走进气象知识专题展览馆与地震体验馆,在工作人员讲解下,认识各类气象观测设备,了解其在气象数据采集



工作人员现场为学生发放纪念品。

中的作用,通过台风、暴雨等极端天气的成因及应对方法,加深对气象知识的理解。在“小小气象讲解员”体验活动中,“小讲解员”们自信且有条理地讲解着

各类气象知识。来自解放南路小学的吴婉婷兴奋地表示,这次活动学到很多书本外的知识,沟通表达能力也得到锻炼。

## 市妇幼保健院早孕门诊开诊

本报讯(记者 刘涛)市妇幼保健院3月19日传来消息,该院早孕门诊开诊。该门诊将根据拟生育女性、早孕异常女性、拟人工流产女性等不同孕早期女性的具体情况,提供“咨询—评估—指导”一站式服务,为育龄期女性提供优质、适宜、安全、可持续的早孕关爱综合服务。

针对拟生育女性,门诊提供备孕及孕早期问题专业咨询、胚胎早期发育健康状况监测、应对腹痛和阴道流血等医疗服务,对自然流产和胚胎停育等早孕异常女性,提供专业指导和医疗处置,从多学科角度为女性妊

娠提供科学备孕指导。

针对确需流产的女性,门诊为其做好流产前咨询、安全的计划生育技术服务,以及流产后的避孕咨询和生育力保护。对因医学因素或者非意愿妊娠行人工流产的女性,在手术前做好一对一咨询,确定手术方式和流产后避孕咨询服务;对因医学因素人工流产女性指导合理生育间隔和优生优育咨询。

该院医生提醒,如有就医需求,患者可关注“健康山西”微信公众号,点击“预约挂号”,选择“太原市妇幼保健院院长风院区”,选择“早孕门诊”,完成预约挂号。

## 三类人群少吃南瓜

本报讯(记者 刘涛)老张连续几天身体不舒服,经了解,老张家人买了不少南瓜,每天变着花样做南瓜美食。没过几天,老张出现嘴苦、腹胀、食欲不振的情况。经检查,竟是南瓜惹的祸。3月23日,山医大一院中医科主任郭洪波提醒,食用南瓜虽然好处多,但并非人人适宜,湿热体质者、胃热炽盛者、气滞中满者要少吃。

“老张属于湿热体质,而南瓜性温,对湿热体质的人来说,过多食用南瓜会加重体内湿热之邪,导致身体出现各种不适症状。”郭洪波表示,中医认为,南瓜性温,味甘,具有补中益气、健脾暖胃的功效。对脾胃虚弱的人来说,南瓜是一种非常好的食疗食材,它可以增强脾胃的运化功能,促进食物的消化吸收,改善食欲不振、消化不良等问题,南瓜口感软糯,容易消化,即使是肠胃功能较弱的人也能轻松食用。此外,南瓜还含有一定量的钾元素,有助于维持心脏和肌肉的正常功能。

“尽管南瓜有这么多好处,但并非人人适宜。”郭洪波提醒,有三类人群要少吃南瓜。

第一类,湿热体质者。这类人常常表现为面部油腻、口苦口干、舌苔黄腻、大便黏滞。南瓜性温,湿热体质的人吃完后,会加重体内

的湿热之邪。不仅会让脾胃的负担加重,导致食欲不振、腹胀、消化不良等问题更加严重,还可能引发其他不适。如果湿热之邪表现在头面部,可能会导致痤疮、粉刺等皮肤问题,向下焦发展,则可能引起小便短赤、阴囊潮湿等症状。

第二类,胃热炽盛者。这类人通常会有口臭、牙龈肿痛、口渴喜冷饮、大便干结等。南瓜性温,食用后会助长胃热,使胃火更加旺盛。胃热上炎,会引起口腔溃疡、咽喉肿痛等问题,胃热下行,则会加重便秘症状,给身体带来极大的痛苦。此外,胃热炽盛还可能影响睡眠质量,让人烦躁不安,难以入眠。

第三类,气滞中满者。这类人群常常感觉腹部胀满、胸闷不舒、情绪不畅。南瓜性温,且有一定的滞气作用。气滞中满者食用南瓜后,会使气机更加阻滞,加重胀满不适的症状。同时,气滞还可能影响气血的运行,导致身体出现疼痛、麻木等问题。情绪不畅也会加重气滞的症状,形成恶性循环。

“这三类人群最好少吃或不吃南瓜,以免给身体带来不必要的负担。对于其他适宜食用南瓜的人来说,也应适量食用,不可贪多。”郭洪波提醒。