

今日大风猛吹 明日气温大跳水

昨日白天以晴为主,风力不大,15时市区气温为12.8℃。今日多云转晴,上午到前半夜有西北风4—5级,阵风7—8级,个别地区风力将达到9—10级,最高气温12℃,最低气温-2℃,体感温度最高10℃,最低-4℃。目前,陆地大风蓝色预警、海上大风黄色预警、寒潮蓝色预警及脑卒中气象风险黄色预警都在

生效中。

今日到下周三,冷涡后部冷空气将持续影响本市。明日夜间到后日白天,还有北风4—5级,阵风6级。气温也将逐步下降,明日最高气温5℃,最低气温-5℃,北部地区最低气温降至-9℃。下周二到下周三最高气温0℃—2℃,最低气温-6℃左右,北部地区-9℃左右。

此次降温幅度大,且体感温度还要略低于实际温度,市民务必注意防寒保暖。

下周四起气温缓慢回升,下周四到下周六最高气温4℃—7℃,最低气温-1℃—-3℃。

近期,本市已进入儿童流感“特别高活跃期”,家长需要特别注意孩子的保暖和防护。 记者 王婷



近日,由中铁十八局负责施工的16个滨海新区老旧小区提升改造工程全面展开,此次改造采用“样板引路”模式,通过精细化施工,提升居民居住品质。 记者 张磊 摄

越抓越痒 越痒越抓

冬季皮肤问题咋这么多?

新华社北京11月29日电(记者 侠克)随着气温下降,叠加北方地区开始供暖后空气干燥,不少人出现皮肤瘙痒、脱屑等问题,很多人笑称“脱衣服时像下雪”,“越抓越痒、越痒越抓”。

皮肤科专家表示,冬季是皮肤病多发的季节。与春季皮肤过敏不同,冬季的皮肤问题多与皮肤屏障受损及水分丢失有关,日常要做好皮肤护理,注意保暖、保湿,同时要避免过度清洁和过度去角质。

首都医科大学附属北京友谊医院皮肤科副主任医师张蕊娜说,冬季最常见的皮肤病是干燥性皮炎,表现为皮肤干燥、脱屑、粗糙,炎症较重时可能出现轻微红斑或小裂口,好发于小腿、手臂等四肢部位。不少患者反映,晚上脱衣服时会感觉身上扎痒,尤其小腿部位瘙痒明显,严重时脱衣如同“下雪”般掉皮。

干燥性皮炎与低温环境下皮肤水分蒸发加快有关。张蕊娜介绍,皮肤干燥时,外层保护膜变得松散缺水,如同砖墙缝隙变大,灰尘、过敏原及刺激物更易侵入引发炎症;同时,皮肤小血管在冷环境中收缩,

进入温暖环境后又突然扩张,反复收缩扩张易导致皮肤发炎,使皮炎湿疹加重。

皮肤长时间暴露于低温环境也会造成损伤。北京积水潭医院皮肤科病科主任医师张凡说,许多北方的年轻人不愿意穿秋衣秋裤,保暖措施不够,穿着单薄,容易在手指末端、鼻尖、耳廓等部位出现冻疮。“常有年轻女孩子来看病,手指发痒红肿,像‘小胡萝卜’似的,耳朵也是紫红色,这就是出现了冻疮。这是由于寒冷天气下血液循环弱,局部缺氧、缺血导致。”张凡说,如果已经出现冻疮,一定要先注意保暖,特别是户外工作者、冬季爱好户外运动的人员都应该注意做好皮肤的保暖。

其他常见皮肤病也会在冬季更易发病。张蕊娜说,俗称“牛皮癣”的银屑病容易在冬季加重;此外,荨麻疹中的寒冷性荨麻疹也是冬季高发类型,接触冷风或冷水后容易出现风团、瘙痒,这是由于皮肤受到冷刺激会激活皮肤肥大细胞释放组胺而引起的。

专家表示,保护皮肤,日常护理是关键。对于皮肤病患者,不建议

过度清洁,特别是冬季。老年人因为多存在干燥性皮炎,建议一周洗澡1至2次即可,洗澡时水温不宜过高,时间不宜过长,不建议用力搓澡或用磨砂膏,会损坏皮肤保护膜,导致油脂过度流失,加重瘙痒症状。

张凡表示,冬季洗澡后要注意保湿的“黄金三分钟”,即在身上水气还没完全擦干净的“三分钟内”就要开始保湿,这样可以立即锁水,并选择合适的保湿用品。

专家提示,对于皮肤出现轻微红斑或炎症,如何正确处理需视严重程度而定。若仅为轻微发红,可先采用冷湿敷,同时停用刺激性护肤品,如含有高浓度果酸、水杨酸的产品,让皮肤“歇一歇”,给皮肤自我修复的机会。

“若在家自行处理两周未见好转就要及时就医,此外,如果症状持续影响日常生活和工作,或症状加重,比如皮疹快速播散,皮损处突然发生变化,进入急性期,也要高度重视并及时就医。”张凡说,部分皮肤病需用激素类药膏,短期小面积使用无需过度担心,不用“谈激素色变”,只要在专业医生指导下合理使用即可。



荧屏早知道

电视剧

■ 天津卫视

19:30 为了一句话(25—26)

罗五和两个兄弟在吃肉喝酒,被问到怎么一起越狱的,杨百顺有没有一起来,罗五说他们俩不能在一起。罗五说要上茅房,这两兄弟就一起跟着,其实就是监视罗五。杨百顺还在火车上看热闹呢,罗五又杀人逃走了,警察没抓到,就抓了另一个老大。罗五想起和香香一起生活的场景。

专题

■ 天津卫视

21:20 非你莫属

从集团最年轻副总到长白山人参品牌创始人,王淑范的人生因母亲的病逝而转向。她与相识3天便认定彼此的丈夫携手踏上创业征程。本期特别策划“创业面对面”,带观众一起走进这段由爱滋养的“参”情故事。

36岁的张曼曼,高学历,做过推销员、流水线工人、瑜伽教练、带货主播等工作,贯穿在她全职宝妈的生活中。她在节目中希望找到一份适合的工作,对未来没有明确认知的她,能否赢得更多企业家的青睐?

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:为了一句话

21:20 非你莫属

■ 新闻频道

18:30 天津新闻

18:57 都市报道60分

■ 文艺频道

19:35 多彩剧场:我哥我嫂

21:40 相声大会

■ 影视频道

17:30 傍晚剧场:古村女人

19:00 强档剧场:野山鹰

■ 都市频道

19:45 健康直播间

20:55 都市生活剧场:多大点事儿

■ 体育频道

18:00 旗开得胜

22:25 直播:德甲第12轮 汉堡VS斯图加特

■ 教育频道

19:25 问律师

20:10 百医百顺

(节目如有变动 以当天播出为准)

明日演艺

★剧目:相声专场

明日19:30 名流茶馆

★剧目:相声专场

明日19:30 谦祥益文苑

★剧目:相声专场

明日19:30 天津市西岸相声剧场

★剧目:相声专场

明日19:30 民园相声茶馆

★剧目:相声专场

明日19:30 哏都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日20:00 武清怡笑坊相声会馆

(么家佳)