

# “世界过敏性疾病日”来临之际专家提醒

# 黄梅天防螨 晴热天防晒



## 天天健康

你是过敏体质吗?有多少过敏原在“折磨”你?每到夏季,医院呼吸科、皮肤科等相关科室,过敏性疾病病人尤为常见。7月8日是“世界过敏性疾病日”,医学专家提醒,夏季衣服穿得少,裸露的皮肤与空气和日光接触多,容易引发过敏。根据季节特征,防过敏可着重从除螨、防晒、慎吃这三方面入手。

### 小心室内螨“作祟”

梅雨季尚未结束,申城正在经历一年中湿度最高的时期,同时也

是过敏性疾病发作的小高峰。记者近日从本市医院了解到,皮肤科、呼吸科等相关科室里,咳嗽、哮喘、鼻痒及皮炎的病人不少。

“夏季是一年室内过敏最高发的季节,尤其是黄梅天,室内闷热、潮湿,导致螨虫大量繁殖,很容易引起过敏症状。一旦出现病程较长、不发热的‘感冒’症状,应考虑过敏的可能性。”上海交通大学医学院附属仁济医院过敏科主任医师郭胤胤说,过敏原有成千上万,我国每年过敏者的数量都在增加,室内过敏的发病率也越来越高。

“黄梅天,螨虫最容易藏身的地方之一就是陈年凉席。”复旦大

学附属华山医院皮肤科主任医师杨勤萍说,对螨过敏的病人最好避免睡凉席;如果一定要使用,应当用开水彻底烫洗、吹干、暴晒。此外,勤洗床单枕套,居室要通风换气保持干燥。

### “日光病”较为高发

“夏季,皮肤科门诊的日光性皮炎病人很多,其中不少是对光过敏。”杨勤萍说,很多市民都知道“日光病”,紫外线一照射,皮肤就会红、痒、痛,这可能是光照诱发的,但也可能是光敏性食物和药物引发的。除了面部,这种光变态反应还会发生在其他裸露的皮肤上。

杨勤萍指出,对于一些高血压、精神疾病患者来说,他们所服用的不少是光敏性药物,如晒后出现不适,应注意避光,同时前往医院更换药品。这类过敏患者夏季还应当避免食用光敏性食品,如莴菜、芹菜、无花果、菠萝、芒果等。“晚上吃可能没事,但白天一吃完,照了太阳光,就有可能过敏。”

此外,部分化妆品经过紫外线照射后,同样可能致敏;还有人会对合金的金属饰品过敏,在大量出汗后,会增加过敏症状。如果日晒后皮肤不适,又无法辨别过敏原,可在前往医院进行光斑贴试验,以确认过敏原。 本报记者 左妍

## 米老鼠图书角 落户浦东图书馆

本报讯(记者 杨玉红)坐在迪士尼城堡前,捧着迪士尼双语绘本,小读者们仿佛正漫步在米老鼠童话世界。日前,一个色彩缤纷的迪士尼图书角落户浦东图书馆,给读者带来别样的体验。

蔚蓝色的夜空,漫天都是小星星,不远处,还有一座用五颜六色木板拼搭成的童话城堡……迪士尼图书角刚开放,便吸引了一批小读者。为传播阅读乐趣,度假区还向图书角赠送了超过500本迪士尼故事读物,激发年轻读者的阅读兴趣。

上海迪士尼度假区与上海浦东图书馆的合作已有多年。2013年起,度假区志愿者定期在图书馆举办“迪士尼亲子故事会”和“迪士尼电影项目”。

此外,暑假前夕,度假区与上海市教育委员会青少年保护工作组携手,在17所小学开展了“迪士尼热爱安全——水中安全智多星”活动。超过2000名小学生参与活动,一起观看了《水中安全智多星》动画教育短片,并在上海迪士尼度假区志愿者的带领下进行了关于水中安全的互动游戏。

## 轨交3号线新列车“包大人”试跑

### 本月底北段最短间隔缩至10分钟

本报讯(记者 金志刚)酷似黑脸包公的地铁新列车“包大人”已上线。目前仅1列“包大人”在3号线上试跑,3号线暂时还不能缩短运营间隔,等7月底多列“包大人”同时上线,再采用新运行图,江杨北路至长江南路区段早高峰最短间隔将缩至10分钟。

“包大人”的美名源自这种新列车车头为醒目的黑色调,让人联想起“黑脸包公”。列车还设置黄、紫双色带,车厢报站显示屏还具有动态切换功能,今后这种新列车将在3、4号线互相借调补充运能。它的开行时刻并不固定,将灵活穿插进日常运行图中。

据地铁运营方称,“包大人”的车头和侧面,与普通3、4号线列车不同,均显示班次终点站。列车内也有LED屏、走字屏和车内广播,提示线路以及和终点站方向。如果乘错,3、4号线有9个共线车站,可在前方车站下车等待后续列车。

## 上海自贸区咖啡交易中心揭牌

### 三年内打造世界第三大咖啡交易中心

本报讯(记者 胡晓晶)作为上海自贸区内首个现货类国际贸易平台,昨天下午,由中国(上海)自由贸易试验区、上海市商务委、上海市金融办等联合设立的上海自贸区咖啡交易中心正式揭牌。该交易中心计划在3年内打造出亚洲最大的咖啡交易市场。

中国电子商会电子交易平台专委会副会长兼常务副秘书长王键诚认为,咖啡交易中心设在自贸区的最大优势,就在于咖啡通关的

速度会明显提高,比如1至2天就能实现快速通关,可有效提高咖啡豆的质量;同时,目前云南的咖啡豆定价至少比世界水平低5%,但一旦中国的咖啡交易量与纽约和伦敦看齐,中国就能拥有自主定价权。对此,上海自贸区咖啡交易中心负责人王振东承认,以前中国的咖啡主要从日本和韩国进口,咖啡交易中心成立后可实现从咖啡生产大国巴西、哥伦比亚等国的直接采购,能降低约10%的咖啡豆成本。

据悉,上海自贸区咖啡交易中心将充分利用自贸区在金融、贸易及政策方面的优势,构建以“中咖网”交易平台、咖啡创新金融、创咖基地等五大板块的创新发展模式。其中,将在沪筹建的国内首家24小时营业的创客咖啡基地项目。未来,上海自贸区咖啡交易中心将把目标定在2年内实现840亿元人民币的交易量,占全国咖啡总交易量的80%以上;在3年内超越新加坡成为世界第三大咖啡交易中心。

## 在土旅行团 调整部分行程

### 驻土使馆提醒 游客减少单独活动

本报讯(记者 杨玉红)近日,土耳其境内发生多起针对中国的游行示威活动。昨天,记者从沪上多家旅行社获悉,团队游览并未受到影响,部分行程调整,避开游行区域。

中国驻土耳其共和国大使馆网站发消息称,近日,土耳其境内发生多起针对中国政府的游行示威活动。其间,一些在土中国游客受到骚扰。中国驻土使领馆提醒在土中国游客注意安全,特别是不要接近或拍摄游行队伍,并减少单独外出。

昨天,记者从携程旅行网获悉,携程目前在土耳其的636名游客全部安全,团队游览正常进行,行程进行了调整、避开游行区域。春秋旅游有关人士表示,目前,该公司在土耳其的团队非常安全。领队提前做好提醒说明,提前告知游客不可离开团队单独行动,远离事发地点;遇到游行队伍,听从领队及当地导游指挥,不看、不听、不拍照。

从今年2月起,土耳其对中国公民实施电子签新政,中国游客只需要网上填写个人资料并付费,便可以轻松拿到土耳其个人旅游签证,出行更加便捷,形成“土耳其旅游热”。目前,国家旅游部门未通知取消或暂停土耳其旅行,各大旅行社土耳其线路的预订和发团仍正常进行。

### 体彩公告

排列3第15180期		
中奖号码:	0 2 0	
直选	5838注	1040元
组选三	3743注	346元
排列5第15180期		
中奖号码:	0 2 0 2 0	
直选	128注	100000元
超级大乐透第15077期		
中奖号码:	01 16 17 22 28 + 02 09	
一等奖	3注	9859169元
二等奖	68注	83173元
三等奖	512注	5031元
一等奖基金积累数为: 1410707518.58元。		

### 中国福利彩票 “七乐彩”全国开奖公告第2015077期

一、本期销售额为6346302元  
二、中奖号码:  
基本号码 03 06 09 07 20 28 17 29  
特别号码  
三、中奖结果:  

奖等	中奖注数	每注金额
一等奖	1	1483550元
二等奖	8	26491元
三等奖	194	2184元
四等奖	674	200元

### “天天彩选3”、“天天彩选4”开奖公告

开奖日期 2015年7月6日

◆天天彩(选3)  
销售期号 第2015180期  
中奖号码 7 0 2

◆天天彩(选4)  
销售期号 第2015180期  
中奖号码 8 5 2 9

类型	中奖注数	每注金额
直选	140	1040元
组选3	0	346元
组选6	629	173元

本期投注总额 666744元。

组选4	0	2500元
组选6	0	1600元
组选12	0	800元
组选24	87	400元

本期投注总额 152264元。  
上海市福利彩票发行中心

### “东方6+1”开奖公告

开奖日期 2015年7月6日  
销售期号 第2015077期  
中奖号码  
基本号码 生肖码

5	9	4	4	9	7	蛇
---	---	---	---	---	---	---

奖等	中奖注数	每注金额
一等奖	0	0元
二等奖	0	0元
三等奖	2	10000元
四等奖	57	500元
五等奖	688	50元
六等奖	20727	5元

本期投注总额 727558元  
未中高奖等奖级累计 57361942.10元  
上海市福利彩票发行中心

今日天气  
7月7日 周二  
上海

19~23°C  
中雨,东北风4-5级  
昨天温度实况  
17.3-21.2°C

空气质量指数  
AQI 34良  
PM2.5 15.9微克/立方米  
(上海环境热线截至上午10时)

日照指数  
1级/弱  
(不需要防护)

感冒指数  
1级  
(不易感冒)

晾晒指数  
上午4级(不适宜)  
下午4级(不适宜)

空气湿度  
今夜95%  
明日75%

7月8日周三	7月9日周四	7月10日周五	7月11日周六	7月12日周日	7月13日周一
阵雨转阴到多云	阴有阵雨	阴到多云有阵雨	阴有阵雨	多云到阴有短时阵雨	多云到阴
22-26°C	23-29°C	24-30°C	25-31°C	26-31°C	25-31°C

### 上海明日部分区县温度预报

徐汇区 20-26°C	奉贤区 20-26°C
闵行区 20-27°C	松江区 20-27°C
嘉定区 20-26°C	金山区 20-25°C
宝山区 20-26°C	青浦区 20-26°C
浦东新区 20-26°C	崇明县 19-25°C

(本栏气象信息由上海中心气象台今日上午8:00提供)

### 长三角城市

南京	雷阵雨转小到中雨	18/24°C
扬州	小雨转中雨	18/24°C
泰州	小雨转中雨	18/22°C
镇江	中雨转中到大雨	18/23°C
南通	中到大雨转大雨	19/23°C
常州	阵雨转中雨	18/22°C
无锡	中雨	19/23°C
苏州	雷阵雨	18/23°C
湖州	中到大雨	18/23°C
嘉兴	阵雨	18/22°C
绍兴	小雨	18/22°C
杭州	阵雨	18/21°C
舟山	中雨转阵雨	19/23°C
宁波	阵雨转多云	18/22°C
台州	中雨	20/22°C
温州	大雨	21/24°C

### 世界部分城市

伦敦	中雨	17/23°C
巴黎	中雨	20/27°C
法兰克福	多云	17/32°C
罗马	阵雨	22/35°C
雅典	晴	22/34°C
莫斯科	中雨	12/19°C
卡拉奇	多云	30/34°C
东京	多云	21/26°C
曼谷	雷阵雨	26/35°C
新加坡	阵雨	26/33°C
河内	中雨	24/31°C
开罗	晴	22/34°C
旧金山	小雨	13/18°C
纽约	雷阵雨	22/30°C
悉尼	小雨	9/14°C
首尔	多云	20/30°C