

吃完夜市觉得发热、多汗、乏力、浑身疼？ 原因很有可能是肉没烤熟

布鲁氏菌病多通过不熟的牛、羊肉传染，市疾控中心昨发提示

□晚报记者 邢进 实习生 杜世民

炎热的夏天，很多人喜欢到夜市吃烧烤、喝啤酒，昨日，市疾控中心发布夏天健康提示：夏季吃烧烤应忌食未烤熟的羊肉、牛肉等，谨防患上“布鲁氏菌病”（简称“布病”）。市疾控中心地方病防治科科长魏建军说，

布鲁氏菌病是一种人畜共患传染病，羊、牛、猪是人类布病的主要传染源。

布鲁氏菌可以通过体表皮肤黏膜、消化道、呼吸道侵入肌体，吃烧烤时，如果人吃了不太熟的肉，或者生吃了羊肝就有可能患上这种病。

“人患布病后主要表现为发热、多汗、乏力、

骨关节和肌肉疼痛以及肝、脾、淋巴结和睾丸肿大等。”

魏建军提醒公众，如果想吃烤肉，最好到有卫生合格证的餐馆、饭店，在食用羊肉、牛肉（如涮羊肉、肥牛涮锅等）时要充分加热熟透以后再食用，以防得病。

如何预防布病，专家提醒：职业人群在对牲

畜进行检疫时，若发现有病畜，要及时地隔离和淘汰。同时根据工作性质加强个人防护，如穿工作服、胶靴，戴乳胶手套等。工作后要煮沸、消毒各种物品，或经消毒液处理后使用，对病死动物消毒后深埋处理。非职业人群要做到勤洗手，不吃生拌或未经煮熟的肉、乳类，物品要做到经常晾晒。

高考和中招结束已经有一段时间了，考后的焦虑症逐渐在各位学子身上凸显。

最近，郑州市儿童医院心理科每天都会接到20~30个关于高考心理方面的咨询电话，家长们的问题涉及孩子自闭、失眠、沉溺网络等问题。

如何帮孩子度过“考后心理焦虑期”？专家指出，家长要不责备，正确引导，合理安排孩子的休闲和学习。

晚报记者 邢进 实习生 杜世民 通讯员 刘妍

等成绩的日子，孩子是不是很焦虑？

本市一家医院心理科每天接到几十个咨询电话 如何帮孩子走出焦虑状态，专家给出建议

考后看心理医生
成学子“必修课程”

最近，郑州市儿童医院心理科的咨询电话里，不少家长诉说着，等待成绩揭晓、志愿填报、等待录取通知的每个环节是多么煎熬。孩子们有的把自己关在房间里不出门，有的沉溺网络，有的严重失眠。考试后孩子看心理医生已经成为一种“必修课程”

据郑州市儿童医院心理科主任焦敏介绍，每年考季过后，孩子由考前的极度紧张转为考后的焦急等待，有的出现情绪低落，焦虑纠结，患得患失，失眠伴有噩梦；有的为成绩不理想而自责，自我封闭，少言寡语；甚至，有的家长也会不同程度

地和孩子一样陷入焦虑状态。

家长可学习四点
帮你的孩子恢复正常情绪

焦敏指出，走出考场，吃、睡、玩成了考生们最关心的事，家长在孩子平时的生活中应尽量地做好以下几点：

一、考试结束后，考生及家长应将期望值调低，因为挫折感与期望值成反比，低期望值产生低挫折感，这是一种理性的自我保护策略。

无论孩子是一贯不努力，还是发挥失常，家长都要做到不埋怨、不训斥、不责备。因为孩子此时承受着前所未有的精神压力，责备和埋怨只会让他们的压力更大。

二、考后切不可完全放松，由考前的高度紧张感，转变为完全放松后，考生会产生一种无所适从的情绪，会引发情绪低落，甚至会产生抑郁情绪。应适度放松，合理安排生活，为即将面临的选择作准备。

三、建议试试“呼吸放松法”，在紧张的时候，将关注点向自己的一呼一吸间转移，以转移紧张。

四、家长及亲友的心理支持很重要。父母应多听孩子述说，帮助他们宣泄不良情绪。还可以带孩子看心理科，让孩子向大夫适度倾诉，卸掉心理包袱。另外，运动和外出旅游都是最有效的情绪疏导方式。



周悟空图

7月10日起 22路、67路、91路三条公交线路调整

□晚报记者 邢进

市公交总公司消息，7月10日起，对经过东三街的22路、67路、91路三条公交线路作出调整。

22路，由老鸦陈开往紫荆山方向增设站点：黄河北街红专路站、黄河北街红旗路站；撤销站点：东三街红旗路站、东三街黄河路站、东三街同乐路站、市儿童医院站、大石桥（石桥东里）站。

67路，由鑫苑名家开往火车站方向增设站点：农业路东三街站、农业路丰庆路站、丰乐路农业路站、丰乐路生产路站、郑州七十一中

站、南阳路黄河路站、南阳路岗杜北街站、南阳路大石桥站；撤销站点：东三街农业路站、黄河商品市场站、省妇幼保健院站、东三街红旗路站、东三街黄河路站、东三街同乐路站、市儿童医院站、大石桥（石桥东里）站。

91路，由毛庄蔬菜批发市场开往火车站方向增设站点：郑州七十一中站、南阳路黄河路站、南阳路岗杜北街站、南阳路大石桥站；撤销站点：寺坡站、丰乐路卫生路站、红旗路东三街站、东三街黄河路站、东三街同乐路站、市儿童医院站、大石桥（石桥东里）站。

4个区域近日要停水 看看包括你家没

□晚报记者 邢进 实习生 杜世民

本报讯 为配合城市供水管网施工，昨日郑州自来水投资控股有限公司发出通知，将对部分区域停水或降压，提醒市民在夏天做好储水准备。停水或降水区域包括：

1.拟对宏达东路与花园路交叉口实施停水，附近区域降压供水。时间：7月7日21:00~7月8日7:00。

1万册爱心书籍免费送学子

□晚报记者 裴蕾 实习生 施杨

本报讯 昨日下午，市第七十四中，郑州慈善总会《成长》赠书仪式举行，郑州慈善总会印发了1万本针对青少年心理健康的书籍，免费赠送给我市的初中生。

为了给更多的学子提供心理方面的辅导，

2.拟对祥盛街以北、万安街以东、民生路以西实施停水，附近区域降压供水。时间：7月7日21:00~7月8日6:00。

3.沙口路（农业路—东风路）段实施停水，附近区域降压供水。时间：7月6日20:30~7月8日8:30。

4.拟对二七宾馆（解放路到正兴街）实施停水，附近区域降压供水。时间：7月7日9:00~7月8日21:00。

郑州慈善总会联合郑州涵博心理咨询有限公司共同印发了这本《成长》书籍，涉及“珍爱自己，快乐成长”，“人人都可以梦想成真”，“父母：走出误区，用心关爱”，“老师：活用原理，学以致用”等内容。

据悉，此次赠书活动是郑州慈善总会“关爱学子相伴成长——青少年心理援助”项目的一部分。

7.17 永乐 12 周年庆之门店篇

创新门店经营 永乐电器领跑中原 12 年



根据相关部门公布的数据，河南永乐电器在2010年度再次成为河南省家电零售行业的销售冠军。至此，河南永乐上演了连续12年保持行业之冠的神话。永乐遍布河南各个区域的37家连锁店，就是这个神话的书写者。无论是营业面积、经营业绩、产品丰富度、服务专业性，永乐37家门店始终以旗舰店标准位居行业榜首。

优雅环境+体验营销 构造愉悦购物之所

永乐电器的连锁店均开设在核心商圈的有利位置，交通便利。在购物环境上，永乐卖场提倡快捷、舒适、明亮、简洁，无论是卖场结构的整体布局还是各类展示区的商品陈列都按照消费者购物习惯进行科学精细的规划。整个商场使用最高的装修标准，消费者信步其中，在装修时，永乐都采用环保材料，注重为顾客打造一个环保的环境。在卖场内，永乐将统一设综合服务区，集结收银、会员服务、提货、试机、咨询、配件展示、商品美容、客户诉求处理等多种功能为一体。不仅在硬件设施上保持行业领先，永乐各连锁店在经营理念上也独具创新。永乐采用的是完全的体验式营销模式，店内将着重采用真机展示和实际操作结合，增强卖场与消费者的互动，消费者可以零距离的接触、试用自己想购买的商品。使门店具有了更多

的内涵，满足消费者的充分选择、购物舒适、专业咨询、一站式购齐、快捷购物、完善服务保障等几乎所有的需求。

2 万余种商品 打造“一站式”卖场

消费者选择卖场首先会考虑卖场的信誉和保障，其次就是卖场商品是否有较高的丰富度，从而扩大其选择范围。永乐电器的商品丰富度在行业内是最强的，无论高端还是低端商品，一应俱全，是所有供应商新品的首发平台。近年来，永乐在商品结构上进行了精细化的调整，在保持彩电、空调、冰箱、洗衣机等传统电器优势的同时，将着重加强手机、数码、电脑等3C品类的商品和大量关联性配件商品，在厨卫、小家电等生活电器方面，按照消费者的需求和购物习惯进行更加细致的分类，因此，无论是传统家电还是3C、生活家电都将得到充分的体现。据统计，河南现在家电连锁卖场平均单店经营商品数量仅为4000余种，而永乐电器的商品数量平均为10000余种，旗舰店商品数量达20000余种。

配备专业服务团队 保证服务质量

永乐电器的每家门店均配备了独立的后台服务系统和先进的信息系统，并建立相应的监督系统，完善回访机制，积极主动解决售前、售中、售后的全部问题，永乐在各卖场设置了“诚久管家”，他们不仅为消费者提供各种卖场信息和服务，同时对与家电的安装、使用、清洁、处理各环节提供专业建议，为消费者提供全面的家电维修和使用方案。让消费者需求在门店终端都快速解决，达到消费者的满意。由于消费者的信任与喜爱，永乐电器先后荣获“消费者信得过商场”、“河南市场最受消费者信赖的零售商”、“河南连锁商业最具影响力家电卖场”等荣誉。

樊无敌/文

力学矫正 脊椎侧弯
免费咨询 现场指导
电话：13014532476

速治白斑病
特邀北京知名医院白癜风专家亲诊，采用：“中西合璧”疗法速治各型白癜风、表皮细胞移植、光疗、无痛黑色素细胞培植、穴位埋线快速控制，外涂8天见效(168元/盒)，均配合高科技生物制剂标本兼治，稳定期7-10天恢复，发展期21天控制。
电话：0371-66371120 网址：www.66371120.com
地址：郑汴路与货栈北街交叉口向北桥头右路边警机关门诊