

切洋葱不辣眼, 这里有妙招

夏天出汗是正常的, 但是为什么睡着了不出汗, 而睡醒了就出汗呢?

不学不成, 不问不知。提问是发明的起点, 是人类进步的源泉, 生活在城市中的你有没有遇到什么困惑呢? 有没有什么让你百思不得其解的事情呢? 那就来参加“问晚报”吧! 每周的今天, 你都可以在这里提出你的问题, 我们将和强大的智囊团一起为你寻找答案。交流分享, 开动脑筋, 了解生活, 关注城市, “你问我答”是你在这个城市发蒙解惑的最佳平台。 郑州晚报记者 李丽君 实习生 常素杰

1 如何缓解牙疼?



市民王先生问:最近牙疼, 疼起来真难受, 有没有什么方法可以缓解疼痛?

网友“下雨的天空”回答:敢不敢嚼个花椒, 在龋齿处, 疼痛可以缓解的。

网友“安静”回答:做上下牙的叩击, 速度由慢到快, 轻重以能忍受为度, 坚持15至10分钟, 疼痛可消除, 我上次牙疼时就是这样做的。

市民张女士回答:我来介绍些小偏

方吧: 1.用棉球蘸点水或者清凉油放在牙痛处; 2.拿冰块放在“合谷”穴上(手背虎口附近), 略做按摩, 也挺有效的; 3.弄点小苏打放入病齿孔内, 一两分钟, 也行; 4.用盐水或酒漱口几遍, 有助于消毒和缓解疼痛。

市民林先生回答:咬碎一朵丁香花, 填入龋齿空隙, 几小时后牙痛即消, 而且较长时间内不再发生牙痛, 丁香花可在中药店购买。

市民王大爷回答:大蒜捣烂, 温热后敷在疼点上, 能治疗牙髓炎、牙周炎和牙痛等症状; 把味精水含在口中一会儿然后吐掉, 连续几次也管用; 咬一片生姜在牙疼痛的地方也中, 这方法挺安全可靠的。

市民郑来福回答:牙疼时含一口凉水, 就能有效缓解牙疼。这是小时候奶奶教我的方法, 奶奶牙疼时就经常用的方法。牙疼时感觉火辣辣的, 凉水的冰凉感可以掩盖疼的感觉。或者把一粒花椒放在牙疼处, 也可以缓解牙疼, 花椒是麻的, 可以减轻疼痛感, 有点类似“麻药”的原理。还有一个方法是含一口酒, 酒的感觉是辣, 它用辣的感觉掩盖疼的感觉。不过这都是治标的方法, 不能除根, 最好的方法还是去医院检查。

牙科医生程女士回答:用水摩擦合谷穴或用手指按摩压迫, 可缓解疼痛; 牙若是遇热而痛, 多是积脓引起, 用冰袋冷敷颊部, 疼痛也能缓解; 顽固牙痛最好服些止痛片。但也只是缓解, 止痛不等于治疗, 牙齿太疼应及时到口腔医院进行治疗。平时也要注意口腔牙齿卫生, 早晚坚持刷牙、饭后漱口, 这样既可以按摩牙龈, 又可以改善牙周组织的血液循环, 减少牙病。

2 怎样切洋葱才能不熏眼?



市民郭女士问:每次切洋葱都泪流满面, 有啥方法切洋葱不熏眼吗?

网友“feixiang”回答:切洋葱时在砧板旁点支蜡烛可以减少洋葱的刺激气味, 效果不错哦! 屏住呼吸也行, 这样洋葱的味道就不会通过鼻子传到脑神经, 就不会流泪了。

市民王女士回答:戴着泳镜切洋葱就没事啦, 将洋葱浸入热水中3分钟后再切也行, 或者放微波炉稍微叮一下, 皮好去, 切起来也不流泪了。

网友“美食杰”回答:把洋葱对半切开, 泡一下凉水再切, 或者把冻洋葱放在清水中浸泡, 不仅切时不刺激眼睛, 而且可使洋葱复鲜。另外, 把洋葱放在冰箱冷冻室冻一分钟再切也行。

市民张女士回答:切的时候, 把刀或洋葱不断地放冷水中浸一下。用食盐、食用油或者胡萝卜片擦刀, 都可解决刺眼的问题。

网友“waly”回答:如果已经被洋葱熏得“泪流满面”时, 可打开冰箱冷冻柜把头伸进去一下, 只要稍感到脸部凉凉的就会停止流泪了, 试试看吧。

3 晒黑后如何变白?



市民马小姐问:我是个很容易晒黑的人, 好不容易用一个冬季养白的皮肤, 一到夏天就完蛋了, 有没有办法让夏天晒黑后快速变白呢?

网友“莉莉花开不败”回答:用美白沐浴露, 涂美白产品, 注意防晒, 其实晒后用酸奶敷脸挺好的。

网友“潇湘妃子”回答:多喝点牛奶, 喝剩下的抹身上, 少出去晒, 用芦荟涂抹皮肤效果也不错。

网友“小燕子”回答:将番茄捣烂滤汁, 涂于脸部, 20分钟后洗净, 每天做几次, 可使皮肤变白, 还兼治雀斑。另外, 白菜帮切成片状, 贴于面部, 也有使黑色皮肤转白的功用。

网友“月眷轮回”回答:把醋和盐用水溶解, 比例大概是水:白醋:盐=9:3:1, 用调好的混合液把毛巾润湿, 擦在脸上, 早晚各一次。如果要多

擦个一两次也没问题啦, 效果不错哦, 而且见效很快, 皮肤会变白, 痘痘也会不见了。

市民郭小姐回答:把草莓榨成汁, 拌入蛋清, 每2至3天擦一次; 将香蕉弄成糊状, 倒入全脂牛奶, 再加入少量水, 比例大概是2:5:1, 拌匀后抹脸上并轻轻拍打, 20分钟后洗掉就行了, 效果都挺不错的。

百度经验:多吃水果, 特别是含有维生素C、E、β胡萝卜素的食物, 都可以美白皮肤, 让你快快白回来。另外, 九层塔、香菜(芫荽)、韭菜、红豆等食物容易让皮肤感光, 吃这些东西易使皮肤晒黑或是晒出斑点, 尽量少吃。多喝水, 每天最少饮2000CC的水, 保护皮肤, 也保护肾。作息正常, 尽可能在晚上11点以前就寝, 错过了美容觉时间, 要快快白回来就没那么容易了。

4 为什么睡着了不出汗?

市民赵女士问:夏天天热, 可为啥一睡醒就一身汗, 睡着就不咋出汗呢?

网友“幸福的人”回答:充分说明了心静自然凉的道理。

市民林先生回答:睡着了全身心放松, 体温就会降下来了, 自然就不出汗了。

网友“莉莉花开不败”回答:睡觉的时候人的意识不那么敏感, 睡醒后意识重新恢复, 对热当然也更加敏感了, 所以就很容易受环境影响出汗啦!

网友“虾米”回答:这个情况应该是体寒, 要远离空调, 尤其在出汗的时候不能用空调、电扇直对着吹凉风。

郑大一附院中医坐诊医生回答:这个属于阳虚, 一般情况下阳虚多是由病程日久, 或久居寒凉之处, 阳热之气逐渐耗伤, 也可能因气虚而进一步发展, 长期体虚造成的。阳虚主要表现为乏力、腰酸、四肢发冷、畏寒, 甚至还有水肿, 严重时还会气短, 如果比较严重的话应该及时到医院诊治。这种体质的人平时作息要规律, 不吃辛辣油腻的东西, 可以吃些西洋参、生脉饮之类的药物。



灵芝堂坐堂中医赵大夫回答:是属于阳虚, 肾脾阳虚, 刚好与阴虚相反, 阴虚的人容易盗汗。阳虚体质进补要遵循轻补、温补的原则。多食含铁丰富的食物, 如猪肝、猪血、瘦肉、奶制品、豆类、大米、苹果、绿叶蔬菜等。适当补充酸性食物则有利于铁剂的吸收, 酸味食物有山楂、奶酪、橄榄、苹果等, 山楂可以用来煮汤或炖肉, 解油腻, 润秋燥。宜吃咸味的豆类、栗子、猪肉、猪腰、虾、墨鱼等, 可以加少量桂皮、八角等热性调料来炖煮。脾胃阳虚的人, 要在大餐之后吃点萝卜青菜搭配, 防止虚火内蕴。作息上也要注意, 23点前睡觉是底线, 子夜是养阳的最佳时机, 中午最好午睡一会儿, 还要注意保暖。

下周问题早知道

- 1.手机电池用到什么程度充电比较合适?
- 2.白T恤怎么样才能越洗越白?
- 3.什么样的水果适合做冻制水果冰淇淋既好吃又健康呢?
- 4.劳动合同期满后, 仍在原用人单位工作, 个人不愿意续签劳动合同, 用人单位是否应支付劳动者双倍工资?

参与方式

- 1.拨打《郑州晚报》热线电话96678, 通过电话传递你的问题。
- 2.将问题或答案直接发送邮件至邮箱(niwenwoda1949@163.com), 答案请标清楚是哪一个问题答案。