

今年中秋“十五的月亮十五圆”



静待中秋月圆时 新华社发 程硕 作

新华社南京9月8日电“一年月色最明夜,千里人心共赏时”,9月10日将迎来一年一度的中秋节。天文科普专家告诉记者,今年中秋是“十五的月亮十五圆”,中秋满月最圆时刻为9月10日17时59分。傍晚时分,一轮圆月升起,正是公众赏月佳时。

中秋节的起源和月亮密不可分。中科院紫金山天文台科普部主任张旸介绍,依据月球绕地球公转而确定的“月”有多种定义,其中一种根据盈亏周期而定的月叫“朔望月”,是农历确定月份的依据,其平均长度约为29.53天。农历的七、八、九月为秋季,农历八月十五在秋季中间,被称为“中秋节”。

月球绕地球转动一周的过程

中,从地球上,月亮呈现出不同相貌为“月相”。即月亮有时像细窄的月牙,有时像一轮圆盘。张旸说,月相变化周期的起点是一个具体时刻,称为“朔”,当天称为“朔日”。此时月亮处于地球和太阳的中间,对地面观测者来说无法看见。

月亮最圆的时刻称为“望”,当天为“望日”。“望”对应着每个农历月的大约中点处,此时月亮位于日地连线的延长线附近,正对地球的整个半球都被太阳照亮,因此地面上的人可以看到一轮满月。

“望出现在农历哪天,取决于朔的具体时刻,以及朔望间的时间间隔。”张旸说,以今年中秋为例,农历八月的朔发生于8月27日的16

时17分,朔望间的间隔为14天1小时42分,望发生在9月10日17时59分。当日正巧是农历八月十五,因此今年中秋“十五的月亮十五圆”。

满月并不一定刚好出现在农历十五,而是在农历十四至十七间都可能出现,因此中秋节不一定总“赶”得上月亮最圆的时候。近10年之中,公历日期最早的中秋节为2014年9月8日,当时的中秋月最圆时刻出现在农历八月十六9时38分;最晚的中秋节为2017年10月4日,对应的月圆时刻为农历八月十七2时40分。张旸介绍,从2021年开始,连续三年的中秋都会是“十五的月亮十五圆”。

(记者王珏玢、邱冰清、周润健)

“藿香正气冰中式”走红

医生提醒谨防网红饮料“费钱又伤身”

新华社沈阳9月8日电(记者于也童、洪可润)装满冰水的杯中倒入一支藿香正气水,或直接将藿香正气水倒入冰美式咖啡中,这种被网民戏称为“藿香正气冰中式”的饮料近日走红。

记者近日采访发现,在一些社交分享平台上,不少博主分享自制“藿香正气冰中式”的视频,并声称这种配方可“提神醒脑”“防中暑”,引发大量年轻人追捧。医生提醒,类似披着新奇概念和养生噱头外衣的网红饮料,不仅费钱还可能伤身,盲目跟风不可取。

记者自制“藿香正气冰中式”发现,加入藿香正气水以后的冰美式咖啡,混合着一股中药的苦味。记者看到,藿香正气水药品说明书的“注意事项”中明确指出,忌烟、酒及辛辣、生冷、油腻食物,饮食宜清淡。

网民对“藿香正气冰中式”也褒贬不一。沈阳市民王政达说,自己在网上看到这个配方后,在家里尝试了下。“咖啡味淡了,嘴里还有藿香正气的药味。也不知道有什么效果,反正流行就尝试了,还拍照发了朋友圈。”

这种“魔幻”混搭的网红饮品究竟能不能喝?是否对人体健康造成伤害?

沈阳市第五人民医院中西医结合科主任姜奥说,藿香正气水是一种药品,和咖啡“合二为一”的喝法是不正确的。有中药成分的药品服用是禁忌的,服用时应忌生冷、咖啡、浓茶,即便是加了水,也不能随便服用。此外,藿香正气水含有酒精成分,不能和头孢等消炎药一起服用。“藿香正气冰中式”非但不能提神醒脑,还可能引起不良反应。“如果长期食用还可能损坏肝脏。”她说。

如今,随着越来越多年轻人加入养生大军,不少“中药食品”应运而生。姜奥表示,养生食品、饮品中的中药成分多为概念性添加,很少能真正发挥药效。建议不要盲目跟风、盲目养生,保持良好作息、合理饮食和规律运动,才能真正对身体有益。

过敏性鼻炎为何频频来袭?

新华社记者王炳坤、张逸飞、武江民

此起彼伏的喷嚏、彻夜难眠的鼻塞、怎么都不够用的抽纸……又逢9月,对许多人来说,和秋天一起到来的不只是降温,还有恼人的鼻炎。

互联网买药平台数据显示,立秋以来在线购买过敏性鼻炎相关药品的顾客大幅增加。为何每年入秋鼻炎患者都显著增多?记者对此进行了调查。

每逢秋高“气”不爽

生活在辽宁大连的王子晨,今年早早地就“嗅”到了秋天的气息,白天是打不完的喷嚏,晚上是擤不尽的鼻涕,最难受时,喉咙、眼睛跟着一起痒。经医生诊断,他才知道自己患的是过敏性鼻炎。

秋天是过敏性鼻炎的高发期。沈阳市民李女士有10余年的鼻炎病史。每年一过立秋,她就感觉身边“病友”多了起来,地铁里的喷嚏声不绝于耳,办公室里一聊起鼻炎,大家就似乎找到了共同话题,医院看病时专家号也常常一号难求。

在沈阳医学院附属中心医院,秋季过敏性鼻炎患者占耳鼻喉科总患者数近30%。医院提供的数据显示,患者数量从8月初起就开始逐渐增多,一般到10月中下旬开始减少,11月基本就很少了。

在“我们都是过敏性鼻炎”豆瓣小组中,近期发帖量和关注度逐步增加,目前已有1.6万余位病友分享病情和防护方法。常有人在深夜或凌晨发帖:“又被憋醒了”。在美团买药平台上,8月以来,鼻炎线上问诊量月环比增长31%,每天有超过5万人购买过敏性鼻炎药品。

儿童成为秋季鼻炎的“重灾群体”。中国人民解放军北部战区总医院过敏反应科主任柴若楠介绍,今年立秋以来,过敏性鼻炎问诊患者中每天有20名左右是儿童患者,已成为秋季过敏性鼻炎的主要问诊人群之一。

柴若楠说,相较于成人,儿童过敏性鼻炎更容易伴发鼻窦炎、中耳炎、咳嗽甚至哮喘。“鼻炎之害,不容小觑。”

隐形过敏原给呼吸带来困扰

为何一“嚏”知秋频频影响人们的生活?专家介绍,秋后早晚温差大,空气干燥,本身就很容易诱发鼻炎,加上人们身边的过敏原不断增多,给呼吸带来隐形困扰。



对症下药 新华社发 朱慧卿 作

花粉是过敏性鼻炎的过敏原之一。随着全球气候变暖,温室效应加剧,花粉季节在延长,花粉产量也在增加。中国医师协会变态反应医师分会会长尹佳介绍,有研究发现,一株豚草每年可以产生数以亿计的花粉颗粒,会向一些地方大量入侵和扩散。

耳鼻喉专家表示,8月到10月是北方地区的秋季花粉期,过敏体质人群吸入花粉后,常伴有嗅觉丧失、眼痒、流泪等症状,严重的甚至会引发鼻窦炎、中耳炎等疾病。

但即便躲进高楼大厦,人们也难逃过敏原的“追击”。相关研究显示,室内空气中可测得的有害物质并不在少数,如涂料、油漆、墙布等会散发出酚、甲醛、石棉粉尘等,厨房产生的烟气和炒菜油烟中也含有一些污染物。

“在东北,尘螨是诱发儿童变应性鼻炎最主要的过敏原。”柴若楠说。

近几年来,沈阳医学院附属中心医院耳鼻喉科副主任富公弼明显感觉,在医院接待的病人中,由宠物引起的过敏性鼻炎比例也在增加。“城市中饲养宠物的家庭越来越多,猫、狗的毛发、身上带的尘螨都是过敏性鼻炎的潜在致病因素。”

相比季节性变化、过敏原增多,人们的免疫力却在下降。锦州市中心医院副主任医师孙建华说,人体的免疫系统是一个逐步发育并受到训练的过程。在城市化的发展中,人们与自然环境的接触减少,也减少了与潜在过敏原接触的机会。

“在身体发育过程中免疫系统没有得到足够的锻炼,患过敏性鼻炎的概率自然也随之增高。”孙建华说。

治疗还需对症下药

过敏性鼻炎反反复复,很难根治。医生提醒,如果有相关症状,一定要到正规医院检查确认病后,再对症下药。

柴若楠说,如果能确认自己的过敏原,应尽量减少与过敏原的接触。例如,有花粉过敏史的人群,外出时应佩戴好口罩和防护眼镜,防止花粉进入眼睛及鼻腔。外出回家后可以用水清洗鼻腔、清洁手部和脸部,并更换沾染花粉的衣物,去除身上可能携带的花粉及其他过敏物质。

药物依然是抑制鼻炎的主要手段。孙建华说,确诊过敏性鼻炎后,需要在医生的指导下用药治疗,不可以擅自盲目用药。目前的治疗药物有糖皮质激素、抗组胺药物等。

富公弼建议,如果是季节性过敏性鼻炎患者,最好记住自己发病的日期,在医生指导下提前两周预防性地吃抗组胺药物,这样会缓解发病周期的症状,症状重、持续久的患者应及时去医院进行脱敏治疗。

除了药物干预,保持室内空气清新也很重要。环保专家提醒,应该多使用负离子发生器净化空气,经常开窗通风,保持空气清新流动;此外有相关过敏原的患者,应避免接触皮毛、地毯、羽绒制品,尽量用吸尘器清洁环境。

做好科学绿化,对鼻炎预防也不可或缺。辽宁大学环境学院教授付保荣说,城市绿化既要考虑生态效应,也要考虑尽量避免引进不适宜当地气候条件,或可能增加环境中过敏原的树种,“在城市绿化管理中,也应该合理配置,减少致敏树种的比例。”

新华社沈阳9月8日电