

秋季，草木花粉也会导致过敏

本报讯（记者 马丹）夏末秋初，明明开花的植物并不多，为什么有些人也会像春天花粉过敏般鼻涕眼泪流个不停？事实上，花粉过敏的罪魁祸首并不一定是五彩缤纷的花，容易导致过敏的花粉通常来自树木或者杂草，而且，夏秋季节转换，天气变得日趋干燥，秋季的杂草、树木花粉致敏性更强。

花粉分为虫媒花和风媒花。虫媒花的花粉颗粒大，不易随着空气飞散，而风媒花的花粉大多肉眼不可见，很容易在空气中传播，容易引起人的过敏症状。容易招蜂引蝶的百花其实大多都是虫媒花，而看上去和花完全不搭界的木本、草本植物，其实才是可能引起你鼻涕、咳嗽、皮肤红肿的“元凶”风媒花。

气象专家说，气象条件对花粉的传播有重要影响。一般来说，大风会刮散空气中悬浮的花粉，下雨则会将空气“洗净”，天气晴朗、微风拂面的日子很是宜人，却也使得花粉更利于传播。“夏秋季节转换过程当中，空气逐渐干燥，也会让花粉更自由地飞散。”

秋天正越来越接近。除了花粉外，还有许多秋季特有的天气元素，也是容易触发过敏的“开关”。比如，一种特殊的鼻炎——血管运动性鼻炎就源于人体对温度变化的敏感，换季时候，冷热空气的刺激会引起明显流鼻涕、打喷嚏等过敏症状。冷风也会引发过敏，一部分荨麻疹患者会在气温骤降或接触冷水之后触发“风疹块”，局部皮肤会出现瘙痒性的水肿和风团。

如何减少或减轻换季时引发的过敏症状？专家表示，在天气晴朗、微风习习这样的花粉高浓度时段里，易感人群最好减少外出，减少开窗，避免和室外过敏原接触。如果一定要在室外，就需要做好防护，包括戴上口罩、眼镜等，回家后做好鼻腔、皮肤清洁。此外，出现过敏症状也要及时就医。

路边“小白伞”可能有剧毒

专家提醒：切勿采食不熟悉的菌类

近日，广东一户人家因食用野生蘑菇，致家中外婆、妈妈和一名3岁孩子抢救无效死亡。在申城，湿热的天气加之连续降雨，不少市民发现小区的树根旁、绿地、公园里都长出了野生小蘑菇。这些蘑菇有的色泽鲜艳，也有的一身素衣，有的像一把小伞，也有的是球形等。

食用菌味道鲜美且容易与众多食材搭配，是很多人的心头爱。不过，野生菌烹饪方法不正确或误食毒菌，很可能带来致命危险。民间流传的“教你辨别毒蘑菇”的方法，并没有科学依据。

没见过的就别吃

上海海洋大学食品学院教授陈舜胜介绍，在目前已经鉴定的蕈类中，可以吃的有近300种，有毒的大约有100种，可导致人死亡的有10余种。“野生蘑菇种类繁多，且很多外观难分彼此，所以不认识和不确定的蘑菇千万不要冒险采食。”他提醒。

毒蘑菇大多会造成肝肾损伤、神经损伤、肠胃炎、皮炎等症状，严重的还会致人死亡。那有没有办法来分辨蘑菇是否有毒呢？陈教授坦言，肉眼鉴别蘑菇是否有毒非常困难，在这方面目前没有任何简单可靠的方法。

有人觉得，鲜艳的蘑菇都是有毒的，无毒蘑菇的颜色都很朴素。经常为这一印象

做注解的，是毒蝇鹅膏——“红伞伞、白杆杆”的形象也确实构成了“我有毒，别吃我”的潜台词。但陈舜胜指出，在长三角地区，还有像“小白伞”这样的，虽然外表朴实无华，散发微微的清香，但其实也有剧毒。同样，也有一些可食蘑菇“颜值”与“实力”并存——所以，在有关蘑菇的谣言中流传最广、影响最大的“靠是否鲜艳来分辨是否有毒”，行不通！

还有人认为，毒蘑菇经高温烹煮或与大蒜同煮可以去毒。陈舜胜表示，不可信！“以‘小白伞’为例，它的毒性成分是毒伞肽，包括至少8种结构类似、骨架为8个氨基酸构成的环状肽。毒伞肽的稳定性很强，煮沸、晒干都不能破坏这类毒素，人体也不能将它降解。”大蒜则更不靠谱了，大蒜里的活性物质有一定的杀菌作用，但对毒蘑菇完全无能为力。陈教授还提醒：有些可食蘑菇含有少量加热后会分解的有毒物质，必须烹煮至熟透，否则食用后可能导致不适，吃火锅的时候尤其要注意。

“我们的生活中有很多常见的菌类是能放心食用的，比如香菇、杏鲍菇、鸡枞菌、茶树菇、猴头菇、金针菇等等，实在没必要去挑战‘未知风险’。”陈舜胜说。

若中招尽早就医

同济大学附属东方医院急诊内科主任

唐伦先告诉记者，多年来，医院也接诊过零星的菌类中毒病例。“菌类中毒的症状是比较多样的。”唐伦先介绍，“临床中最常见的是肠胃炎型，患者会出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻或全身无力的症状；严重者则有血压不稳、脱水及电解质紊乱的表现。”

此外，毒蘑菇中毒后也可能引起对肾脏的损害，此时血液中肌酐和尿素氮升高，临床表现为少尿或无尿。唐医生还表示，毒菌种类不同，也可能造成对肝功能和神经功能的损害。“有些人误食后，会出现兴奋、视物模糊、幻觉等消化道症状之外的表现，这是毒菌对神经系统造成了伤害。”

如果在食用菌类后出现中毒症状了，怎么办？唐伦先说，如果量不大，可以采用大量饮水、刺激喉部等方式催吐——这是因为毒素被吸收有一个过程，这样能减缓有毒物质的吸收。“如果家里备有甘露醇等促排的药物，也可服用。但有些人吃了毒蘑菇后，本身就会出现腹泻症状，此时人体电解质紊乱，可饮用少量的盐糖水来防止脱水。”

唐医生说，一旦出现食用野生菌中毒的情况，应尽早就医。如有中毒人员食用的野生菌样本，可带去医院供救治参考。她提醒市民：不要采食不熟悉、来源不明的菌类；加工烹调时要炒熟煮透。

本报记者 郗阳

21日新增新冠肺炎本土病例16例

据新华社北京9月22日电 国家卫健委22日通报，9月21日0—24时，31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团报告新增确诊病例41例。其中境外输入病例25例（云南14例，上海6例，福建2例，广东2例，四川1例），含2例由无症状感染者转为确诊病例（福建1例，四川1例）；本土病例16例（福建13例，其中厦门市11例、莆田市2例；黑龙江3例，均在哈尔滨市）。无新增死亡病例。新增疑似病例2例，均为境外输入病例（均在上海）。

当日新增治愈出院病例37例，解除医学观察的密切接触者797人。

境外输入现有确诊病例532例（其中重症病例5例），现有疑似病例4例。累计确诊病例8868

例，累计治愈出院病例8336例，无死亡病例。

截至9月21日24时，据31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团报告，现有确诊病例984例（其中重症病例14例），累计治愈出院病例90231例，累计死亡病例4636例，累计报告确诊病例95851例，现有疑似病例4例。累计追踪到密切接触者1182333人，尚在医学观察的密切接触者16770人。

31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团报告新增无症状感染者9例（均为境外输入）；当日转为确诊病例2例（均为境外输入）；当日解除医学观察14例（均为境外输入）；尚在医学观察的无症状感染者342例（境外输入333例）。

黑龙江新增本土病例3例

本报综合消息 9月21日0—24时，黑龙江省新增新冠肺炎本土确诊病例3例（哈尔滨市巴彦县3例）。自9月21日24时起，将哈尔滨市巴彦县兴隆镇（兴隆林业局有限公司街道办事处）利民家园小区、安民家园小区调整为中风险地区。

9月21日，哈尔滨市政府新闻办举行疫情防控新闻发布会，就哈尔滨市经营场所和

离哈人员有哪些特别要求做出说明，同时提示广大市民，应进一步绷紧疫情防控这根弦，提高疫情防控的主动性，主动核查本人及近亲属近期行程，若与阳性感染者活动轨迹有交集者，应主动向所在社区（村屯）、工作单位报备。

哈尔滨市政府已明确公告，市内的洗浴、影院、剧院、歌厅、舞厅、足疗店、游戏厅、网吧、室内体育健身场所、室内儿童游乐项目、位于地下室或半地下室的小旅店、各类线下教育培训机构等空间相对密闭场所均暂停营业。

哈尔滨市政府提醒广大市民要做到“非必要不离哈”；确需外出的，通过哈尔滨太平国际机场、铁路、公路以及客运站出行的人员，应及时了解目的地疫情防控工作要求，持48小时内核酸检测阴性证明，并做好自身防护。

根据疫情防控情况，9月22日起，哈尔滨全市幼儿园、中小学校（含中职学校）各年级停止线下教学一周，转为线上教学。

国家卫生健康委已派出工作组，赴哈尔滨指导疫情处置工作。

上海市经济管理学校
普职融通 协调发展
www.sems.cn

江苏银行“G60科创贷”
专项支持科创企业成长
详情咨询：021-22258253



足不出户，尽享便捷

智能财富管理 助力共同富裕



智能化全民财富管理时代已经来临，居民对财富管理的需求从单一保值增值，逐步向专业化、多元化方向转变，谁会是全民理财的新宠呢？

建设银行自2018年创新推出的“龙财富服务平台”，经过多次迭代升级已具备财富体检、智能投顾、财富资讯、资产负债全景图等一揽子投资理财功能。值此“十四五”规划开局之年，“两个一百年”奋斗目标的历史交汇期，建设银行更举全行之力，全面推出以“共建财富理想”为主题的财富季活动，将财富管理服务从传统高净值客户延伸和融入至百姓日常生活，为客户提供更加安全可靠的资产配置渠道，开启全民财富管理时代。

据专业人士介绍，建设银行2021财富季推出数百款精选金融产品，重点针对年轻客群、职场客群、老年客群、普惠商户客群、县域客群、私人客群等不同客户类型匹配资产配置策略；通过打造车生活、跨境服务、安心悠享、社区商圈等线上活动专区，涵盖衣食住行等各个消费领域，减费让利优惠，全方位陪伴客户积累财富；通过直播、视频、图文等方式，推出包括龙财富早报、机构探店、投资学堂等在内的海量财富资讯，生动传递财富管理理念和价值，普及投资者教育知

识；通过全面构建“财富小镇”活动主平台，创新推出游戏化玩法，任务型激励趣味形式，引导客户学习金融知识，激励客户定期财富体检，养成财富管理习惯，积累“财富值”实现个人的不断提升。

客户仅需打开“中国建设银行”手机APP或通过微信关注“约惠魔都上海建行”，点击底部菜单“慧服务——财富季”，即可进入活动主会场。在实现“财富值”不断提升的同时，更有机会获得建设银行“CC豆”奖励，兑换话费、会员卡等十余款丰富实用的奖品。

从年初的全民造福季，到奋斗季再到财富季，建设银行理财惠民活动丰富多变，获得社会的高度关注和广泛好评。建设银行将以国有大型商业银行之担当，推进共同富裕、提升百姓福祉，将“建行龙财富”全面升级为个人客户的财富管理统一品牌，向大众传达专业、普惠的财富管理服务理念，建设银行邀您前往财富小镇，与你共建财富管理。