

浙江老年报



幸福养老
浙里更好

浙江日报报业集团
ZHEJIANG DAILY NEWS GROUP

2023年6月
星期五 癸卯年四月廿二

9

国内刊号: CN33-0097
邮发代号: 31-56 第2180期

地址: 杭州市体育场路178号
邮箱: zjlnbxw@126.com

本报热线: 85310998

浙里养

WEEKLY

详见
浙里养周刊
第2-8版



安度梅季

本报记者
戴虹红

“快要入梅了。”这几天,虽尚未官宣,但不少家庭已打起“预防针”,除湿机、烘干机等都一一准备妥当。每年六七月份,长江中下游一带会出现降雨量大、日照时间少、湿度大的气候现象。这种现象被称为“梅雨”,因此时物品极易受潮霉烂,又被称作“霉雨”。

每到梅雨季,环境变得又湿又黏。许多人感到提不起精神,睡不醒、吃不香,胸口闷闷的,消化也不好,有一种身体被掏空的感觉。体质较弱的老年人在这一时期尤其会感到不适。

记者从省内多家医院了解到,这段时间因天气多变而产生的健康问题扎堆。有些老人出现肠胃不适,有些老人全身出疹子,还有一些患有心血管疾病的老年人情绪出现“偏离”。

医生介绍,有些病症是因为中医所讲的“湿气”惹祸,有些则要判断究竟是因病致郁还是因郁致病。无论如何,规律的生活节奏、良好的生活习惯都是老年人保持身心健康平稳的基础。本期浙里养周刊,我们请教名医、专家,为老年朋友送上一份梅雨季里祛湿去霉、呵护身心的健康指南。

图据CFP

朵雲軒藏及春拍精品展暨2023春拍征集 杭州站

2023年6月10日-11日 10:00-17:00 杭州索菲特西湖大酒店 B1层宝石厅 上城区西湖大道333号

征集范围: 中国古、近现代名家书画、成扇、海派书画精品、朵雲軒旧藏等; 瓷器、古玩杂件、文房用品、名家篆刻、名家篆刻等, 名人信札, 印谱, 手稿, 画册出版权等; 油画、当代艺术、版画, 雕塑等。

上海朵雲軒拍卖有限公司

地址: 上海市延安西路1088号1号楼3楼 电话: 021-61229066 61229188 邮编: pdm@duoyunxuan.com 广告

常年征集



征集电话

征集地址

征集时间