

“蛙”行千里母担忧 春节带娃出行“必备神器”

□本报记者 唐诗

最近，大家的朋友圈被一只小青蛙的旅行照刷屏了，旅行青蛙被称为佛系治愈手游，在旅行青蛙中玩家需要扮演的就是一位母亲般的角色，每天负责给自己的青蛙准备食物、幸运物、睡袋、照明灯等物品放入行囊中，因为青蛙随时都可以来一场说走就走的旅行。放下照顾蛙的游戏，现实生活中的新手妈妈们，是否为自己的娃准备好带他（她）出行时所需的物品了呢？其中不可忽视的一项就是出行常备药。

北京宣武医院药学部药师崔晓辉介绍，出行常备药，不但可以缓解孩子们的身体不适，还可以避免耽误行程，使出行更顺利。因此，崔晓辉药师推荐妈妈们为孩子的行囊中准备以下四类药品，以备不时之需，并且还亲手绘制了“蛙”版配图，好让年轻的妈妈们留意。



退烧药

崔晓辉药师介绍，小孩容易发热发烧，这也是旅游时孩子最常遇到的问题。旅行中遇到发热时妈妈们不要着急，可以先准备好退热贴、对乙酰氨基酚、布洛芬等。那么，儿童退烧药又如何

使用呢？

3个月以内的婴幼儿建议采用物理降温方法退热；3个月以上的婴幼儿及儿童体温大于等于38.5℃和（或）出现明显不适时，建议采用解热镇痛药；体温

在38.5℃以内时，最好不用药物降温。

对严重持续性高热建议采取解热镇痛药交替使用方法：如先用布洛芬10mg/kg，4小时后用对乙酰氨基酚15mg/kg；或者先用对乙酰氨基酚12.5mg/kg，4小时后用布洛芬5mg/kg，每4小时交替使用，疗程均不超过3天。



腹泻药

外出旅游时，由于地理环境、气候、饮用水硬度以及饮食的变化，人体很容易因为水土不服而引发腹泻，特别是儿童因肠胃娇嫩、适应能力和抵抗力较弱，更易因环境变化而导致腹泻。腹泻的一般出游常备药品是口服补液盐、蒙脱石、益生菌。

口服补液盐。从患儿腹泻开始，就给予口服足够的液体以预防脱水，给予口服

补液盐和其他清洁用水，在每次稀便后补充一定量的液体（小于6个月患儿：50ml；6个月至2岁患儿：100ml；2至10岁患儿：150ml；10岁以上的患儿随意）直至腹泻停止。如发现轻至中度脱水，应用ORS，用量（ml）=体重（kg）×（50~75），4小时内服完。4小时后评估脱水情况，然后选择适当方案。

蒙脱石。蒙脱石治疗儿

童急性水样腹泻可以缩短腹泻病程，减少腹泻排便次数和量，提高治愈率。蒙脱石治疗急性感染性腹泻病的用法和用量为：小于1岁的患儿每天3g，分2次；大于1岁的患儿每次3g，每天3次。

益生菌。益生菌对治疗儿童急性感染性腹泻具有疗效，尤其是对病毒感染导致的水样腹泻具有显著疗效，在疾病早期给予疗效会更明显。



滴眼药

崔晓辉药师建议准备红霉素眼药膏和10毫升小包装的生理盐水。

红霉素眼药膏属于非处方的抗生素药膏，在药店里不需要处方就可以买到。出

行途中孩子有可能会害眼疾，眼睛有黄色分泌物，怀疑细菌感染时可以用红霉素眼药膏；鼻腔内干涩溃破时，可以涂抹红霉素眼药膏；皮肤上有流黄水的小脓包时，也

可以涂抹红霉素眼药膏。

小包装的生理盐水，可以用于孩子游泳、泡温泉或异物入眼后冲洗眼睛时使用，也适用于冲洗皮肤上的小伤口。



抗过敏药

环境的转换会产生过大地域差异，也会在出行中使孩子发生过敏反应。有的孩子会出现全身的疹子，瘙痒难忍，严重影响旅行的心情，抗过敏药能快速有效

的缓解症状，也是出行必备药品之一。一般常用的是氯雷他定，或者西替利嗪的滴剂/糖浆剂。

游戏中要给青蛙的旅行准备好行囊，生活中出行期间也别忘了

记为孩子配备上述四类药品，做好保障就可以踏实地带着宝宝游山玩水了。

我的小青蛙今天又出门旅行啦，你的呢？

丰台工商分局 多措施做好登记业务信息公开工作

丰台工商分局坚持以服务基层、服务群众为重点，以公开为常态、不公开为例外，不断创新载体、丰富内容、拓展方式，深入推进登记注册服务公开，推动简政放权，打造服务型工商。

一、拓宽信息公开载体

随着公众获取信息方式向网络载体转变，丰台工商分局登记科也不断加强网络载体建设，以提高信息公开工作效能。一是借助分局门户网站平台，发布关于登记注册业务动态、相关文件，并建立快捷链接，方便群众登陆市场主体登记注册平台及预约平台。二是通过北京电视台等新闻媒体、电子触摸屏和大厅张贴公告等方式主动公开登记注册相关文件及便利服务举措。三是各工商所提供网上登记注册服务功能，服务群众办理登记注册业务。

二、丰富信息公开内容

丰台工商分局登记注册科结合“先照后证”、“五证合一”、

全程电子化、简易注销等商事登记制度改革等重点工作，及时向社会发布动态信息，让群众了解和监督登记科落实上级部署，实际履行市场准入职能的情况，同时借助媒体平台向社会公开登记注册相关的重要信息，保障群众对工商工作的知情权。丰台工商分局专门建立e服务大厅，设置6台电脑一体机以及自助打照机，专人指导申请人开展网上预约、名称申请、企业登记、打印执照和全程电子化等，为企业开展全程帮办服务，努力推进登记注册无纸化、申报审批智能化和营业执照电子化。

三、树好窗口形象，推进政务公开

实行政务公开以来，登记科将政务公开工作融入日常工作之中，通过成立工商登记服务中心扩展业务办理渠道，减少办事环节，增加办事透明度，既方便了群众，又树立了良好的工商形象。同时，还主动向群众提供登记方面的表格和范本电子版，并提供打印和服务功能，切实让企业感受到工商登记服务的便利。

（于航）



北京乾沅印刷有限公司工会法人资格证书正本在原工会主席处保管。因公司多次搬迁，加之原工会主席已经去世，现在无从查找。特此声明。
北京乾沅印刷有限公司工会
2018年1月22日



蛋壳颜色和营养无关

蛋壳的颜色与其包裹着的蛋白和蛋黄的形成没有什么关联，而我们所需要的营养，基本都是来自于蛋白和蛋黄。

在鸡蛋的形成过程中，影响蛋壳颜色的色素主要是原卟啉（又称卵卟啉），由母鸡的蛋壳腺合成。这些色素沉积于蛋壳外层和壳上膜形成了我们所看到的鸡蛋颜色。

合成原卟啉能力是由遗传因素决定的，所以蛋壳颜色主要受遗传因素的影响。对同一只母鸡来说，蛋壳颜色深浅是比较固定的。天然食物或商品饲料中获得的色素，并不能被沉积到蛋壳中，如果在鸡饲料里添加核黄素

和β-胡萝卜素，蛋黄的颜色会变深，蛋壳却未必。

而且母鸡合成原卟啉的遗传能力，由于存在个体差异，即使相同品种的鸡蛋壳颜色也有一定的差别。因此，当母鸡随着年龄增长而蛋的重量不断增大时，有限的色素就会分布到表面积扩大的蛋壳上，导致蛋壳颜色变浅。

蛋壳的颜色与其包裹着的蛋白和蛋黄的形成没有什么关联，而我们所需要的营养，基本都是来自于蛋白和蛋黄。所以，挑选鸡蛋还是不要太过看重蛋壳的颜色，仅凭颜色也很难判断哪种鸡蛋更有营养。因此在鸡蛋的选择上，还是以新鲜为好。（王桂真）