

# 新年新气象,新的一年从“头”开始

□牡丹晚报全媒体记者 艳粉 淑娅

“民间有“正月不理发”的习俗,人们都是赶在大年三十前修剪头发,以新形象迎接新年。2月5日一早,牡丹晚报全媒体记者走访我市几家美发店看到,美发师们都很忙碌,顾客扎堆理发、烫发、染发。美发店也延长了营业时间,并开通预约服务,而美发价格有所上涨。

美发店被“踏破”门槛

临近春节,很多菏泽市民都在头发上做起文章,大大小小的理发店开启了“过年模式”,生意渐渐火爆起来,理发师们既忙碌又高兴。临近过年理发、美发的人越来越多,需要排队等位,价格也会有所上涨。  
“店里现在不让进太多人,顾客都是预约,提前一两天和美发师约好时间,到了时间直接到店就能做头发,这几天的时间已经预约满了,不再接

受预约了。”2月5日,牡丹晚报全媒体记者来到位于市武汉路皇家丽人美发工作室,老板陈志强如是说。随着生活水平的提高,人们变得越来越讲究,春节前扎堆收拾头发,把自己最漂亮的一面展示出来。  
“往年进入腊月前来做发型的顾客就有很多,今年高峰来得相对晚一些。”陈志强说,一方面因为学生放假,不用接送孩子,更适合前来做头发,另一方面不少顾客担心疫情不能出门,新的发型无法与更多的人分享。“我一个人加班加点一天能为10名顾客做出发型,在完成数量的情况下,质量一点儿也不能放松,这些都是我的老顾客了。”陈志强说,烫染高峰一直持续到腊月29。  
“业绩好不好,看这个月的用水量就知道,近1月我店里已经用了11523升水,平时也就是2000升,高出好几倍。”陈志强说,年前是美发行业的黄金时段,除了爱美女士烫染头发,还有受民间“正月不理发”的习俗影响,大多市民年前集中剪发。  
随后,牡丹晚报全媒体记者又走访了城区几家理发店,同样理发师都在忙碌着。特别是临近春节这一周时间,基本都在加班加点地为顾客理发、烫染头发。

价格上涨,预约高效便民

牡丹晚报全媒体记者了解到,临近春节,理发的价格也相应上涨,特别是腊月十六之后,很多店里的会员价会上涨一部分,比如原来20元的,现在30元,而非会员价格更高,同样烫染的价格也有所上涨。不过为了更好地为顾客服务,减少顾客等待时间,商家基本都推出了利用微信、电话预约的方式,这样也更加高效。  
牡丹晚报全媒体记者了解到,今年较为流行的烫染发型:男士为摩根烫,女士为法式烫。近年来,菏泽理发店的价格有所上涨,但服务种类、服务设施逐渐趋向多样化、量化和个性化,更能满足不同顾客的个性需求。



将损坏的助力车装车运回公司

## 春节期间,公共助力自行车“不打烊”

本报讯(牡丹晚报全媒体记者 云华) 春节期间,市民在走亲访友、上街游玩时,城市公共助力车成为短途出行的新选择。牡丹晚报全媒体记者获悉,今年春节期间,永安行菏泽分公司将安排员工轮班值守,保障我市20000辆公共助力车照常供市民使用。

2月5日,在市人民路中央公馆附近,一辆中小型箱货运输车停在助力车站点旁,2名巡检人员正将部分助力车推到路边并准备装车运走。牡丹晚报全媒体记者发现,这部分助力车除去电力不足或使用存在故障之外,部分车辆外观已经被损坏。其中,一辆助力车前轮已经被扭曲变形,另一辆助力车车筐被撞碎,上一个使用者还车时,直接将其挂在车把上。

运维主管谷金良介绍说,当天,他们除了要将损坏或存在故障的车辆运回公司、缺电车辆现场更换电池之外,还要负责调度。“如果此处站点多出来的车辆较多,另一处站点车辆较少,我们会将此处站点没有还到桩内、多出来的车辆统一装车运走,放到助力车较少的站点,以补充可正常使用的助力车数量,满足附近市民骑行需求。”谷金良说,像这样的巡检、调度工作是需要持续进行的。

据悉,根据市民工作、生活规律,由小区附近站点取走的助力车,中午或夜间时会集中于办公

## 春节将至,这些“健康攻略”请查收

□牡丹晚报全媒体记者 艳粉

春节作为我国最重要的传统节日,是走亲访友、阖家欢聚的时刻。在新冠疫情防控常态化的情况下,市民应更加注重健康过年。为此,牡丹晚报全媒体记者采访了业内人士,整理出一份健康攻略,助市民健康过年。

### 气温忽高忽低,应及时增减衣物

今年春节天气较往年偏高,据天气预报显示,春节前后我市最高温度达20℃。

“偏热的气候,导致病毒复制加剧,而冷空气来袭,出现忽冷忽热,造成人防御力下降,所以容易出现患感冒。”市中医医院肺病科主任伊修彪建议市民:冷热适度,及时添

加衣物,但是切记,虽然说春捂秋冻,但不可过,适当捂是可以的,但是绝对不可以过度,如果捂过了,一直出汗,毛囊张开,更容易感冒。此外,市民注意居住环境应遵循宁湿勿干的原则,因为干燥的环境会造成我们的呼吸道纤毛系统受伤,大大降低呼吸道的

防御机制。春节天气以干燥为主,所以饮食要注意春季防春燥的饮食保脾胃。

伊修彪表示,春季为人体五脏之一的肝脏当令之时,这时候要少酸增甘保脾胃,适当食用辛温升散的食品有利健康,脾胃弱的朋友春季可以多吃山药、莲子粥、大枣。

### 春节儿童更需格外呵护

春节假期,家庭聚会、聚餐会增加,而家长忙碌起来可能会忽视孩子,疏于照顾,儿童更易生病或发生意外。那么春节期间,家长如何照顾好孩子呢?对此,牡丹晚报全媒体记者专门采访了市中医医院儿科二病区医生任光明,他表示,假期里,家长更需警惕儿童消化道疾病、传染性疾病以及一些意外的发生,家长需引导孩子适度用眼,保护视力。

牡丹晚报全媒体记者从我市多家医院了解到,近期门诊消化道疾病患儿数量明显增加。春节假期聚会聚餐增加,少不了大鱼大肉、零食、饮料的刺激。“孩子自制力差,消化功能弱,如果家长再不加以控制,很容易引起消化不良,出现呕吐、腹痛、腹泻等胃肠道疾病症状。”任光明表示,孩子暴饮暴食,饮食不节制、不规律,很容易导致急性

胃肠炎,甚至出现急性胰腺炎、胆囊炎等情况;如果食物不洁净,导致诸如诺如病毒等感染;如果孩子进食后活动过度、过食生冷饮料,加重胃肠负担,很容易出现腹痛;过度食用零食,主食减少或不足,容易导致儿童营养不均衡。

因此,任光明提醒家长,春节假期期间,虽然聚餐多、美食多,但仍要遵循“有规律、有节制、有均衡”的“三有”原则,以不超过平时饮食量为度。如果孩子出现上述胃肠道疾病症状,应及时到医院就诊,以便及时治疗,尽早痊愈。

春节期间,人群的聚集流动增加,公园游玩、逛商场购物可能少不了。但目前国内新冠肺炎疫情仍处于严格防控阶段,同时又是传染性疾病,如流感病毒等高发期,加之孩子抵抗力不强,容易出现流感、喉炎、扁桃体炎、肺炎等情况。因

此,家长带孩子外出时要提前做好预防措施,如戴口罩,少去商场、电影院等人群密集的场所,采用“六步洗手法”洗手,室内通风、加强空气流通等措施。

任光明表示,春节期间,瓜子、糖果、坚果等零食进食量增加,儿童好奇心强,自主能力差,意外伤害的概率较成人明显增大,家长更应注意孩子发生异物卡喉的情况。

适度用眼,保护视力。任光明表示,寒假,特别是春节,孩子的空闲时间多了,很多家长放任孩子看电视、手机、平板电脑等电子产品,这些对儿童的视力发育是极为有害的。“连续看电视、玩游戏4~5个小时,就能使人的视力暂时下降30%左右,久而久之,眼睛因过度疲劳极易诱发形成或者加深近视。”任光明表示,各位家长应将儿童看电视的时间控制在1小时以内,不要用眼过度。