今日天气



多云转晴
最高气温30℃
最低气温17℃
北风转南风2～3级

短期天气预报

22日夜间到23日白天	23日夜间到24日
	
晴间多云	多云间阴局部有小雨
30℃ — 17℃	26℃ — 19℃
南风2～3级	南风2～3级

●潍坊市气象台9月21日15时发布●

生活气象指数

●**过敏指数**：极易发
天气条件极易诱发过敏，易过敏人群尽量减少外出。

●**紫外线指数**：很强
紫外线辐射极强，建议涂擦SPF20以上、PA++的防晒护肤品。

阿尔茨海默病前期十个表现

如果家里老人出现以下一种或多种症状，建议尽早就诊，及时治疗。

1.记忆力下降，尤其近期记忆变差，反复问同一个问题。

2.难以执行熟悉的活动，原来会做的饭、会用的家电，慢慢不会了。

3.说话词不达意，话到嘴边想不起词，表达不清楚。

4.对时间和地点搞不清，分不清白天黑夜，容易迷路。

5.判断力下降，做决定困难，容易上当受骗。

6.未能按时处理事务，忘记缴费、吃药、赴约等。

7.把东西放错地方，放在奇怪的位置，还想不起来。

8.情绪和行为改变，变得易怒、焦虑、多疑，或者突然淡漠。

9.视觉和空间感出现障碍，看不准距离，东西放在眼前却像看不见。

10.性格变得孤僻，不愿出门，不愿和人交往，逐渐退缩。

需要提醒的是，出现这些症状并不等于确诊阿尔茨海默病，但建议尽早就医评估，不要简单归因于“老了”。

怎么区分正常衰老和阿尔茨海默病

1.健忘的程度和频率不一样。如果是阿尔茨海默病，健忘往往更频繁，比如每周发生好几次，而且家属提醒也想不起来。

2.是否伴随其他症状。阿尔茨海默病不只是健忘，还可能伴随性格改变，也可能出现视力问题、做事能力下降。阿尔茨海默病是一个综合表现，不是单纯忘事。

很多人认为阿尔茨海默病是老年病，这种观念需要改变。目前研究发现，阿尔茨海默病在出现症状之前15年到20年就已经开始。建议从40岁左右开始，要坚持健康生活方式，控制血压、血糖、血脂，保护听力和视力，多途径用脑，积极参与社交和体育锻炼。

残疾人可免费检测电动轮椅

本报讯（记者 张沁）9月21日上午，潍坊市“爱心助行 辅助器具维修适配点”揭牌暨轮椅捐赠启动仪式在潍城区天新医疗器械门店前举行。

据悉，该维修点由潍坊市残联依托天新医疗器械设立，面向全市持有残疾人证的电动轮椅用户，免收维修工时费，更换零配件仅收取成本价，并签署《诚信服务承诺书》，明确免费检测、小修即时、大修预约等服务条款。随后举行了轮椅捐赠交接仪式。天新医疗器械首批捐赠手动轮椅61台，按照15个县市区残疾人人口比例分配，重点保障低保户、一户多残、因病致贫家庭。此次活动是市残联深入贯彻落实残疾人康复服务工作的重要举措，切实解决了肢体残疾人出行难、电动轮椅维修不便的实际问题。

潍坊市残联也温馨提醒广大残疾人朋友：电动轮椅是日常出行的重要代步工具，涉及刹车、电机、电池等关键安全部件，维修保养切勿大意。请大家认准正规专业销售维修渠道，前往维修时携带好残疾人证，主动了解服务条款；切勿图省事、贪便宜，到非正规摊点维修或私自拆装改装，以免埋下安全隐患。



街边秋色

漫步昌乐永康路，抬眼便与秋日撞个满怀。栾树挂满橙红的果荚，在蓝天映衬下，细碎的小花还留在枝间，一树斑斓，把街边的秋意尽情铺展开来。 本报记者 石风华 通讯员 范成峰

电子驾驶证申领、核验指南

本报综合消息 针对近期不少人关心的电子驾驶证在哪里申领、租车和购买保险时怎么辨别证件真假等问题，公安部交通管理局日前发布一份操作指南。

电子驾驶证通过全国统一的“交管12123”App申领，全程免费、全国通用。个人用户登录“交管12123”App，点击首页“电子证件凭证”即可申领电子驾驶证。

公安部交管局介绍，电子驾驶证具有以下特点：

统一性——电子驾驶证通过“交管12123”App发放，式样全国统一，在全国范围内有效。

实时性——电子驾驶证通过全国公安交管电子证照系统生成，动态显示驾驶证状态、交通违法记分等信息，实时出示、实时核验。

安全性——电子驾驶证的二维码采用加密和数字签名技术，扫码后通过全国公安交管电子证照资源库比对验证证照信息。

如何核验电子驾驶证？

公安部交管局表示，首先要认准动态二维码。电子驾驶证的二维码实时更新，截图、翻拍、打印的二维码超时失效，无法通过核验。

同时，也可以通过“交管12123”App扫码核验。打开“交管12123”App，点击首页右上角“扫一扫”，扫描对方出示的电子驾驶证二维码，即可核验证件状态和信息内容。

如何选购、佩戴中药手串

本报综合消息 近年来，中药手串成了年轻人的“腕上养生”新宠。线上关于“合香珠”“中药手串”的推荐贴层出不穷；线下市集与中医文创店里，中药手串也备受年轻人青睐。中药手串有何养生功效？消费者又该如何选择、科学佩戴？

中国中医科学院针灸研究所主任医师黄涛介绍，目前，市场上的香珠主要分为两大类，一类是由纯天然单一香材制成的珠子，属于传统的香珠品类，例如由檀香木或沉香木制成的香珠，一串上等沉香或檀香珠子价格可达数千元甚至上万元。

还有一类是近年来兴起的“合香珠”。“‘合’即‘合和’之意，它将多种能够发出香味的物质材料通过特定工艺合制而成。这种制作方式的核心在于‘配伍’，即根据不同材料药性特点进行科学配比。”黄涛说。

除了承载文化内涵外，中药手串确能发挥辅助调理、温和固本之效。其作用路径主要有二：一是鼻嗅芳香疗法，二是借助皮肤微渗透与经络刺激。然而，需明确中药手串的“治愈性高于治疗性”。中国中医科学院针灸研究所北京国际针灸培训中心副主任佟晓英强调，中药手串的价值更多在于借芳香气味令人心神愉悦、安宁。应更多关注其适用场景与适用体质，而非夸大功效。它并非治疗性产品，而是一种温和固本的辅助调理方式。

黄涛建议，有几类人群不宜佩戴中药手串，尤其需要警惕劣势珠子对健康产生的负面影响。一是重度过敏、哮喘、过敏性鼻炎急性期人群；二是皮肤有破损、湿疹、严重皮炎人群；三是孕妇、小孩不宜佩戴中药手串。

如何鉴别中药手串？

一是看价格。使用优质药材制作的中药手串成本较高，价格太低的手串，需要警惕。二是看外观和做工，优质香珠质地致密，经抛光打磨后有光泽感。而手搓、加工不够精细的珠子，会显得粗糙、容易开裂。部分天然药材制成的香珠会带有颜色，但不会那么艳丽，劣质珠子颜色会更为鲜艳，这是添加色素的缘故。长期佩戴添加了劣质色素的手串可能造成重金属渗透并在体内累积。

最关键的判断方法是闻气味。“好的香珠香味沁人心脾，能一下渗到肺腑。如果一闻觉得生理不适，大概需要警惕。”黄涛说，真正的沉香珠或檀香珠，刚开始闻是没有香味的，用手捂一会儿或轻轻搓一下，香味才能出来。中医讲究的就是含蓄内敛，如果扑鼻而来一股浓烈的味道，也需要警惕。

零售价每份1元 地址:潍坊市奎文区文化路1801号 邮编:261041 广告业务:8196151 发行业务:8196001 经营许可证:3707004000003号 潍坊市融媒体中心印刷:0536-2511515