



“连花清瘟”又遭热炒？ 药学专家：它并不能预防新冠！

近日，全国多地药店出现排队购买感冒药、退烧药的现象，“连花清瘟卖断货”话题也一度登上微博热搜。

连花清瘟到底能否预防新冠肺炎？它对症治疗的是什么病？服用时需要注意什么？11月23日，中国优生优育协会临床药专业委员会常委、甘肃省妇幼保健院药学部主任虎亚光接受记者采访时进行了科学解析。

虎亚光介绍说，连花清瘟由金银花、连翘、薄荷脑、炙麻黄、炒苦杏仁、石膏、板蓝根、绵马贯众、鱼

腥草、广藿香、大黄、红景天、甘草组成。功能为清瘟解毒，宣肺泄热。日常用于治疗流行性感属热毒袭肺症，症见发热、恶寒、肌肉酸痛、鼻塞流涕、咳嗽、头痛、咽干咽痛、舌偏红、苔黄或黄腻。也用于轻型、普通型新型冠状病毒肺炎引起的发热、咳嗽、乏力。

对于服用连花清瘟的不良反应，虎亚光说，监测数据显示，连花清瘟胶囊（颗粒）可引起胃肠道不良反应，如恶心、腹泻、呕吐、腹痛、腹胀、口干，以及皮疹、瘙痒、头晕等。

日常服用连花清瘟需注意什么？虎亚光提出了7条建议：

1.连花清瘟胶囊（颗粒）中的连翘、金银花、石膏等均为偏寒之药，饭前空腹服用会刺激脾胃导致脾胃虚弱，甚至引起腹泻，建议在饭后半小时服用。

2.出现药物过敏，应立即停药。有些人对药物中的某些成分过敏，服用后可能出现皮疹、皮肤瘙痒等症状。

3.不宜长期服用，疗程7-10天。体质偏寒，脾胃功能较弱者服用容易伤及脾胃，出现乏力、食欲减退、腹泻等症状。

4.不适用于风寒感冒者，如表现为鼻塞、流涕、咽痒、恶寒等

5.连花清瘟中含有麻黄的成分，可能会引起血管收缩、心率加快，所以高血压、心脏病患者慎用。

6.服药期间不宜同时服用滋补性中药，如黄芪、当归、党参、白术、枸杞等。

7.服药期间忌烟酒及辛辣、油腻、生冷寒凉的食物。

虎亚光表示，中药的使用需要辨证论治。普通大众切勿盲目跟风，不要大量、非理性抢购一些没必要的药品。

奔流新闻·兰州晨报记者欧阳海杰

■ 抗疫·暖故事

他们用心守护 温暖街坊四邻

近日，兰州市“三社联动”项目试点社区及乡镇（街道）社工站社工组织开展了各类线上活动，丰富居民居家生活。线上歌唱比赛，用歌声聚人心，增添乐趣、排解情绪；线上云课堂，专业老师带领孩子们体验沉浸式音乐会，收获快乐与知识。结合当前疫情防控形势，开展相关宣传工作，号召大家科学防控。

线上音乐会 凝聚正能量

突如其来疫情打破了辖区居民平静的生活，在这段特殊的日子里，兰州小草爱心社会工作服务中心联合七里河区光华街社区，在线上举办了一场歌唱比赛，用音乐凝聚疫情防控正能量。

活动发布后，大家纷纷将拿手歌曲上传到活动群里，涌现出很多优秀的作品。有的居民还在群里打趣道：“这给我们的居家生活增添了很多乐趣，为这个冬天带来了温暖、鼓舞和力量。”此次比赛还设置4个奖项，兰州小草爱心社会工作服务中心为获奖选手准备了丰富的奖品：蔬菜包、禾

尚头面条、酱油、醋等，获得了大家的交口称赞。辖区居民涂女士说：“疫情不能出门本来挺郁闷的了，能有这样的活动帮我们排解一下情绪，真的挺好的，你们的工作很周到！”

线上云课堂 拉近与小朋友距离

为了解决疫情期间孩子与家长产生焦虑情绪的问题，社工根据大家的需求，为孩子们开设了“线上云课堂”。11月14日，西固区先锋路街道社工站“线上云课堂”开课了。

上课的时间到了，刘老师早早就在会议室等候大家，通过视频微笑着和大家打招呼。刘老师唱起了早就准备好的歌曲《大树桩你有几岁》，“小河边有一棵大树桩，树桩上一圈圈真漂亮”刘老师一遍遍地唱，孩子们认真地学。

一个小时的课程，孩子们跟着老师沉浸在这场奇妙的线上音乐会中。

居民供暖遇难题 社工调解暖民心

冬季供暖关乎百姓民生。目前正处在供暖初期，安宁区安宁西路街道社工站时刻关注居民需

求，通过专业的社工力量服务辖区居民，满足群众需求，用爱心温暖人心。

近日，安宁西路街道长风社区接到居民反映家中暖气冰凉，原因是他们住的是老楼房，暖气不是分户式供暖，需要将顶层住户家中的暖气阀门打开进行放水排气，楼下住户家里的暖气才会热起来。但因邻里矛盾，顶层住户不配合，导致此单元一楼到七楼的暖气都不热，得知这一情况后，社区领导非常重视，由社工和社区工作人员一同进行了入户走访。

社工和社区工作人员首先来到顶层的居民家，在交谈的过程中，了解到老人家里夏天安装了空调，因空调外挂机滴水和一楼的两家住户产生了矛盾，老人气不过，不同意物业工作人员上门排气。得知原因后，社工和社区工作人员随即到一楼的两户居民家中进行调解。沟通过程中摆事实讲道理，做居民中间的协调者，化解矛盾。最后在社工的耐心劝说下，老人同意让物业公司工作人员上门进行检修排气。

奔流新闻·兰州晨报记者 玄丝雨

驻守干部链接爱心企业 何家庄社区居民收到爱心“蔬菜包”



入冬以来，兰州气温骤降，兰州市城关区铁路东村街道何家庄社区的“80后”驻守干部彭纓一直坚守在社区防疫第一线。

卡口点值守、协助医护采集检测、给居民配送物资……在做好社区疫情防控工作的同时，他又积极链接资源，为驻守地社区30户居民送去了爱心蔬菜包。

42岁的彭纓，来自兰州市工信局中小企业服务中心。11月16日，彭纓积极对接爱心企业甘肃富顺源商贸有限公司，共同为何家庄社区平房区的居民

捐赠了600斤、总价值2000元的蔬菜。

运送蔬菜的大货车抵达社区后，彭纓和社区工作人员第一时间将蔬菜进行分装打包，并送到了辖区30户居民手中。

疫情期间，兰州市城关区铁路东村街道何家庄社区充分发挥“社工委”平台优势，集合驻守干部、退役军人、志愿者等多元力量，为辖区居民做好各项服务保障工作。

文/图 奔流新闻·兰州晨报记者 张艾萍

邻里守望 小区居民纷纷加入志愿服务队伍

“我们居民志愿服务队7个人，大家都尽心尽力，配合得也很好，他们有的人可能比我付出的更多。”这两天，兰州市城关区东岗西路街道农民巷西社区志愿者朱宁大哥收到一封来自社区的感谢信，他谦虚地说道。

“我可以帮助小区里独居老人。”“我来帮忙核酸扫码吧”自本轮疫情发生后，长城电工家属院多位居民在社区和朱宁的倡议下，主动加入志愿服务队伍。朱宁说，志愿者绝大多数都是我们小区的居民，邻居之间互相帮助，彼此守护。

“记得2021年疫情防控期间，有一位中年大哥出现在卡口帐篷内，他对几位社区工作人员说，看大家这么辛苦，我蒸了些包子，你们饿了垫垫。”农民巷西社区书记李亚楠告诉记者，当时，我们正在忙碌，都没顾上问这位好心人叫什么名字。

后来，疫情再次发生后，他又第一时间找到社区说：要志愿者吗？当得知社区正急需人手，他二话不说，穿上红马甲，就帮我们值守起了封控楼院。

这位大哥就是朱宁。从此，他成为社区的一名“编外”职员，

疫情发生的时候，总是第一时间就来报到，管控压力增大时，不仅自己来，还和院子里的几位邻居组建了居民志愿者小分队，从核酸检测维持秩序、管控单元物资配送、环境消杀，接送医护……他们发挥着各自的力量，为楼院的安危撑起了一片天。“每次听到他们说‘院子里有我们，你放心吧’的时候，我们感动万分，内心也更踏实了。”李亚楠说，所有的居民志愿者，你们的汗水和笑容，温暖着每位社区工作者，我们由衷地感谢大家。

奔流新闻·兰州晨报记者徐静雯

一只船社区 让救助有速度更有温度

连日来，兰州市城关区东岗西路街道一只船社区根据省民政厅发布的《疫情期间全省各地社会救助申请办理有关事项的公告》，全面开展摸底排查，掌握辖区内受疫情影响的群众生活状况，对基本生活陷入困难的群众主动救助，确保出现急难时，早发现、早介入、早救助。

同时，通过多渠道对疫情期间临时救助申请条件进行公布，确保群众了解掌握救助政策，同时增强值班调配，及时处理申请诉求。

截至目前，一只船社区共发放救助物资3户、救助现金24户。同时，社区工作人员详细询问困难群众的身体状况和生活情况，有困难及时和社区沟通，社区会尽力帮助解决，在特殊时期真正当好群众的“知心人”“暖心人”“贴心人”。下一步，将继续密切关注特殊困难群体的生活动态和各项民生需求，采取更细致、更管用的措施，全面落实各项救助政策，全力以赴做好民生保障工作。

奔流新闻·兰州晨报记者徐静雯