



长沙未来几天
天气预报



今天

25-30℃ 中雨
微风



明天

26-29℃ 中雨转阵雨
南风



后天

27-33℃ 多云
南风

新闻热线电话:84326110



800002939



106580007846



http://sxdsb.voc.com.cn

三伏天要到了,冬病夏治正当时 50位读者可免费体验“敷贴”治病

本报6月27日讯 今日上午,家住东风路社区的肖娣来到湖南省中医院(中医附二)预约登记,准备继续贴“敷贴”冬病夏治。今年三伏具体时间分别是:头伏7月14日;中伏7月24日;末伏8月13日。哪些病适合“敷贴”治疗,贴“敷贴”要注意哪些问题?今日,记者就

此采访了相关中医专家。
“一般来说,冬病夏治可在整个夏季进行。”湖南省中医院内科教授朱莹提醒,中药贴敷疗法的最佳时间是夏令三伏天,根据节气前后3天的道理,其治疗日可顺应提前或推迟1到3天并不影响疗效,今年时间为7月14日-8月13日。

此外,6月28日,前50名打进本报热线0731-84326110的读者可以获得今年伏天免费6次敷贴的机会,幸运读者可留下姓名及身份证号码,再自行选择时间前往医院门诊一楼导诊台领取专享的免费敷贴卡,名额报完为止。

相关链接

哪些病 适合冬病夏治

呼吸疾病:慢性支气管炎、哮喘、慢性咽喉炎、过敏性鼻炎、肺气肿、小儿哮喘、小儿易感(冬天易感冒)等呼吸道疾病。

慢性消化系统病症:如慢性胃炎、慢性肠炎、脾胃虚寒性腹泻、消化不良、厌食、胃痛,小儿腹痛。

运动系统疾病:如风湿、类风湿性关节炎、虚寒性腰痛等。

冬季特有的疾病:冻疮、四肢冰冷、畏寒等。

平日体质虚弱者:一些免疫功能低下、亚健康状态的患者。

■记者 张春祥 实习生 杨琴 通讯员 廖艳苗 陶艳 张亚利

雨量不大,天气闷热 专家夏季防湿热高招

气象台消息:27日晚至29日,全省又将有一次小到中雨天气过程,局部大到暴雨。长沙虽然雨量不大,但天气较闷热。

中医专家指出,正值夏季,暴雨袭击,暑热夹杂,暑湿相连,很容易扰乱人的体温调节中枢及消化系统,导致出现头昏脑涨、倦怠乏力或自感发热等症状。再加上湿热的气候影响脾胃运化功能,让人食欲不振,胃口不佳。

这种情况,专家建议夏季解暑的时候不能忘记祛湿。平时除了要注意饮食清淡外,每天喝上1-2支太极藿香正气液之类的“除湿”药品,不但能防治暑湿引起的头昏、乏力等症状,还能轻松解决生冷油腻食物引起的肠胃负担。而且太极藿香正气液不含酒精,牌子老、质量可靠,外出开车喝着也很放心。



小记者夏令营活动 火热征集中

本报6月27日讯 夏令营只属于孩子吗?

不,它同样可以成为父母们亲子互动、释放压力的美妙之旅。7月9日,跟我们一起来参加“星城亲子夏令营”吧!

具体的行程安排是:活动第一站,我们将去到著名的湘绣之乡沙坪。在沙坪吃过精美的自助餐后,我们再开往活动的第二站:五星级休闲农庄大明山庄。统一晚餐后,进入当天活动的最高潮:篝火晚会。

本次活动由长沙市人民政府主办,三湘华声全媒体小记者俱乐部全面负责亲子家庭的招募。因涉及往返交通及中晚餐,我们需收取部分成本费用,本报小记者会员(含初级会员)特别优惠为100元/人,小记者家长为120元/人。非本报小记者及家长分别为120元/人、140元/人。详细行程安排查询小记者频道(<http://xjz.voc.com.cn>)。 报名电话:0731-84329123 或 15116383431找王老师。 ■记者 朱晓华



安稳觉

6月27日,长沙某医院,两个孩子躺在窄窄的休闲椅上,进入了梦乡。坐在中间的大人左瞧瞧,右看看,小心地呵护着,让宝宝们睡个安稳觉。

记者 武席同 摄

夏季人才交流会周六举行 4000岗位等你挑

招聘 本报6月27日讯

记者今日从省人力资源和社会保障厅获悉,2011年湖南省夏季大型人才交流会将于7月2日(周六)在湖南省展览馆举办。这是在毕业生就业冲刺阶段举办的一场年度品牌大型人才招聘会,目前已有包括工程机械、电子电气、计算机、生物制药、酒店食品、贸易咨询等行业的200多家单位报名参会,提供岗位4000余个。

■记者 刘璋景 实习生 张小婷

团费优价,进店少,食宿好,玩迪斯尼,参观香港大学,有自由活动的时间,送夜游维多利亚海湾...

最贴心的港澳游 & 暑假其他旅游专线

去港澳旅游是很多人的愿望,但一些关于港澳旅游的负面报道,让大家困惑,如何才能用一个适中的价格的得到快乐舒适的港澳游?在此,我们用对自己家人出行的贴心安排,给你一个最好的答案。

- 一、港澳六天自由行的费用大约2800元/人,我们从长沙出发全包价格仅仅1680元/人。
- 二、“六天空程”只安排半天的时间逛2个购物点,而且绝对不强制消费,完全是自由购物。
- 三、全程安排三星级以上的酒店双标间,干净舒适。
- 四、专门为孩子们安排了迪斯尼的游览,也安排了香港大学的参观,让孩子们在快乐中励志。
- 五、在香港很多品质极好的名牌商品低至一折起,我们留出了足够的自由活动时间让大

家去淘打折名品。
六、常规行程中的自费项目:乘游轮夜游维多利亚港湾,这次我们把它加入在行程之内,不需额外付费。

线路安排:

1、香港、澳门单卧单高铁六日游 1680元/人(另有幼儿、学生、老人等不同价格。家庭套票给予优惠)

2、香港、澳门、厦门三地联程八日游 2480元/人(另有幼儿、学生、老人等不同价格。家庭套票给予优惠)

出发时间:7月9日、16日、23日

因办理港、澳通行证通常需要10个工作日左右,请尽早报名。

暑假出境专题旅游

韩国、济州岛四飞五日游
费用:3980元/人,另有幼儿、学生、老人等不同价格。
出团日期:6月29日 7月10日 7月13日

泰国精彩五晚七天(长沙直飞)
活动费用:成人2980元/人,另有幼儿、学生、老人等不同价格。
出团日期:6月19、24、29 7月4、9、14、19、24、29,8月3、8、13、18、23、28

普吉5天4晚游(长沙直飞)
费用:成人3999元/人。另有幼儿、学生、老人等不同价格。
出团日期:7月3、7、11、15、19、23、27、31

纯玩别墅巴厘岛5天4晚
费用:成人4880元/人。另有幼

儿、学生、老人等不同价格。

出团时间:6月28日

沙巴岛双飞五天四晚
参团费用:4380元/人
参团日期:7月7/14/22/27日
自由费用:4180元/人
自由日期:每天
注:港澳及境外线因办理通行证及护照签证等,需要20个工作日左右,因此请提前报名。

国内暑假专题旅游

北京双卧七日游
出团时间:7月12日、18日、25日、31日
活动费用:1.2米以下儿童1200元/人 16岁以下学生:1680元/人 成人:1780元/人

昆明大理丽江双飞六日游
活动费用:成人1880元/人,另有幼儿、学生、老人等不同价格。

户外拓展夏令营

北海海滨拓展夏令营6天活动
活动内容:住帐篷面朝大海、做沙雕发挥想象、打水枪模拟战争、做活动感悟成长
费用:2280元/人(7至17岁学生)
出团日期:第一期7月11号-第二期7月25日

浏阳菊花山庄、皇龙峡拓展夏令营4天活动
活动内容:住舒适客房、吃环保食品,玩溯溪探险,基地做拓展训练游戏
费用:788元/人(7至17岁学生)
出团日期:7月4日、11日、24日
特别给以的超值享受:设家庭特惠旅游套票,送甜蜜家庭影楼套照。

旅行社总部:长沙市芙蓉区荷花路79号东玺门,24小时咨询电话:0731-84881616 84881606,可上门办理报名手续。

市区各报名地点: 电话:84163311 火车站门店:长沙市车站中路478号(火车站邮电银行右侧),电话:82330333 家润多门店:长沙市家润多朝阳店一楼大门口处,电话:82235522 人民路门店:长沙市友阿百货公司一楼总服务台左侧,电话:85217333 星沙门店:长沙市星沙开发区卜蜂莲花商场二楼扶梯处,电话:84022023 赤岗村门店:长沙市曙光路赤岗村家润多收银处,电话:88683458 东塘门店:长沙市东塘广场平和堂右侧,电话:82529788 邵东分公司:邵东县城邵东大道31号,电话:0739-2626016 拓展夏令营专线:电话:0731-84138951 活动承办:湖南中旅假日旅行社 LHUN01149 湖南省中国旅行社 LHUNGJ00003