

立冬了,咋还这么热?

降水相对较少,最强秋燥袭湖南

“鼻孔都要冒烟了,血往上涌,难受!”11月10日中午,在拦出租车的张先生把外套搭在肩上,长衫高高挽起。

午后,长沙28℃的高温让很多人感到一股说不出的“燥”意。太阳没有夏天毒辣,却干得让人受不了,这种天气还要持续到啥时候?

■记者 胡信锋



11月10日,长沙市岳麓山脚,阳光金灿灿的,今日长沙最高气温28℃,仿似初夏。 记者 李丹 摄

这是明显的秋燥

“这是明显的秋燥症。”省气象台台长黎祖贤表示,“小暖春”天气很正常,这种天气容易出现秋燥症状。其主要原因是降雨偏少,吹的又多是北风、偏北风,从北方过来的风很干燥,越吹越干,人们会感觉燥热,容易出现皮肤干裂、口唇溃疡、咽喉肿痛、流鼻血、大便燥结等症状。

不过,这种天气昼夜温差也大,白天热得难受,晚上又冷。未来一周冷空气活动频繁,但由于相对湿度小,冷空气势力薄,主要以降温为主,不排除局部有零星降水的可能。“平均降温6℃左右,最高降温可达10℃以上,届时会缓解秋燥。”

晴朗少雨森林火险升级

风干物燥,为高森林火险埋下伏笔。从10月25日开始,全省森林火险等级节节攀升。10日,湘中、湘南部分地区已达五级最高级森林火险天气等级。

省气象科学研究所专家解释,5级是最高级森林火险等级,处于该等级状态的地区极易发生森林火灾,要禁止携带火种进入林区,严禁野外用火,停止林区各种引起火花设施的运作。据气象卫星遥感监测,9日14点56分,我省境内有3个高温点,分别位于益阳安化、衡阳常宁及永州宁远地区。专家提醒,近期湖南晚稻和棉花收割完成,农民烧稻草炼山的农事活动较频繁,农村、城郊尤其要加强火源管理,严防火险发生。

生活表情



阳光足浴

11月10日,长沙市河西石岭小区。午后温暖的阳光照进小茶馆里,一位顾客嫌太阳太晒,躲在窗帘后面午休,让脚丫享受一下阳光足浴。可是,脚是享受了,却把不文明的行为“展现”给大家。 记者 李丹 摄



燃气热水器要节能 尽量减少开关次数

燃气热水器怎么节省能源?近日,长沙市能源局在官方网上公布热水器节能妙招,大家赶紧来看看吧。

1、生活用水的温度设定不宜超过50℃。人们冬天洗澡的水温一般在42℃左右,而夏天在37℃左右,而快速燃气热水器的防结垢特性也决定了当生活用水的设定水温超过50℃时,热水器水结垢的可能性就会大大增加,而水垢的产生必然会影响设备的换热效率。

2、在洗澡的过程中尽量减少水龙头的开关次数。因为每开关一次热水龙头,热水器就要启动一次,在重新把水温加热到你想要的温度前,至少有7秒钟的时间,这段时间内又有大量的冷水白白地浪费掉,而且浪费燃气。

3、注重快速燃气热水器的保养。水垢和主热交换器的积碳,都会使换热效果降低,为了延长快速燃气热水器的使用寿命,并能有效地节能,用户应每年保养一次快速燃气热水器。据统计,三包期后,如果用户注重保养的话,每年大约可节能6%。

■记者 贺卫玲 实习生 邓珂



长沙马王堆蔬菜市场10日价格行情

白萝卜	1.40
包菜	1.30
大白菜	0.90
红椒	3.80
红萝卜	1.50
茄子	2.50
青椒	1.90
蒜苗	5.50
土豆	2.30
西红柿	3.20
小葱	4.50
小白菜	0.70
洋葱	2.00
哈密瓜	4.90
猕猴桃	7.00
苹果	8.00
水晶梨	2.90
西瓜	5.50
活鸡	13.50
活鸭	12.50
鸡蛋	9.00
鲜牛肉	38.00
鲜肉	18.90
草鱼	8.80
鲫鱼	9.10

单位:元/千克(公斤)

■记者 胡信锋 整理

邮政 亚运期间向广州寄邮件 需出示身份证

近日,记者从省邮政公司了解到,广州亚运会和亚残会期间,湖南邮寄邮件、包裹往赛区城市时必须出示本人身份证,并认真登记,否则将不予收寄。

省邮政工作人员介绍,为确保广州亚运会的安全,国家邮政局、国家安全部、公安部、海关总署日前联合发出通

告,在广州亚运会和亚残会期间,各地寄往广州、佛山、东莞、汕尾4个亚运赛区城市的邮件、快件和包裹,要求用户出示有效身份证件,并认真登记寄递物品、收件人和寄件人信息,一律要实行实名登记制度并接受开箱检查。

■记者 胡抒雯 实习生 刘宇慧 通讯员 刘园园

家政 催乳师将有“身份证” 首届全国催乳人员CETTIC职业培训长沙开班

本报11月10日讯 坊间俗称的催乳师将摘掉“自封头衔”,拿正规证书。今日,由人力资源和社会保障部中国就业培训技术指导中心主办的首届全国家庭服务人员之催乳人员、母婴保健人员CETTIC职业培训开班仪式在湖南中医药大学举行。这意味着中国首批催乳人员、母婴保健人员将经过系统培训、考试、颁发证书后正式上岗。

记者了解到,目前催乳人员并没有被收录进国家职业目录,也不在卫生部门管理范围之内,催乳人员上岗多持按摩师证、月嫂证或自封高级催乳师名号,凭借母婴护理经验或按摩经验为产妇催乳,水平良莠不齐,按伤产妇乳房的事件时有发生,业内人士呼吁催乳行业亟待规范管理。

据介绍,这60名学员来自全国各地,参加为期15天的培训,经考试合格后将统一颁发证书。学员培训后将举行首次全国统一考试,考试合格证由中国就业培训技术指导中心颁发全国催乳人员CETTIC职业培训合格证书。

■记者 张春祥 实习生 刘萍

大爷来信问: 便血如何治疗?

大便出血是肛肠疾病最常见的一种症状,虽然很常见,但却极易被人们忽视。

近日,解放军第163医院肛肠专家收到一位张大爷的来信,他在信中请教专家,想了解大便出血的治疗方法有哪些?为此,解放军第163医院肛肠专家介绍,通过目前最先进的韩国肛门镜检查,就可以找到便血的真正病因,患者就可以根据病因采取相应的治疗方法了。具体来说,治疗便血常见病因及治疗方法如下:

内痔出血: 无需开刀手术,在解放军第163医院肛肠科采用“美国PPH微创手术”即可治愈,手术时间仅10分钟左右,无痛苦,不影响患者生活与工作;

肛裂、混合痔、肠息肉出血: 解放军第163医院肛肠科专家介绍,采用卫生部重点推荐的“安氏微创疗法”,借助微创的小创口,从病灶底部进行剥离,彻底祛除病患,消除便血根源;

结(直)肠炎出血: 治疗肠炎,解放军第163医院肛肠科临床开展的中医疗法治标又治本,采用免疫修复疗法,将中医治本的优势与西医见效快速的特点结合起来,在治疗肠炎的同时提高人体免疫力,消除肠炎复发的根源;

直肠癌出血: 传统手术治肠癌,往往是将肛管、直肠一刀切,患者只能依靠人造肛门维持。现在采用保肛术,在祛除病灶的同时还能保住肛门功能,取得一箭双雕的效果。

电话预约,可免费查肛肠病

我们在走访中,从解放军第163医院肛肠科获悉,天冷以后肛肠疾病患者大量增加,主要是大家在饮食、长久处于站姿或者坐姿等原因导致痔疮或诱发肛肠疾病。163医院肛肠科专家介绍,肛肠疾病种类多,症状相仿,如果没有先进的检查设备,仅凭粗略的检查,可能产生误诊、漏诊,给患者带来更多的痛苦。

目前,解放军第163医院肛肠科为庆祝建院70周年,大型惠民活动“16类肛肠疾病免费普查”正在火热进行中,如果大家被以下症状困扰,可以及时到医院接受一次免费检查:便血、内痔、外痔、混合痔、肠炎、肛瘘、肛裂、肛周脓肿、肛门肿块、肛门瘙痒、肛门流脓、肛门潮湿、慢性腹痛、腹泻、便秘等。

本次普查免挂号费,免肛肠常规检查费,内痔、外痔、混合痔、肛瘘、肛裂、肛门肿块、肛门流脓7类患者每人还可获得300元的手术费用减免补贴。

解放军第163医院肛肠科免费普查活动报名、预约电话:0731-88850608,或大家直接前往开福区洪山桥路1号(解放军第163医院门诊综合楼三楼)了解详情。

亮阁门窗
创新品质服务

本报首席律师 长沙市优秀律师
湖南首届公诉人与律师辩论赛冠军
湖南金州律师事务所 陈平凡
全国优秀律师事务所 律师
本报首席律师免费咨询热线:13397516088