

古城冬来始供暖 出行防病需添衣

采暖期

在寒冷的冬季,集中供暖已成为我市主要的采暖方式,而从供暖设计到运行管理以及采暖效益都与气象条件密切相关。国家标准采暖通风与空气调节设计规范规定:“普通民用建筑和生产厂房及辅助建筑物的采暖期应按累年日平均气温稳定小于等于5℃的起止日期及间隔天数确定。”一般采暖期定于11月15日至次年3月15日,但由于大气运动的非周期性,各采暖年度间气候冷暖的早晚及强度都不相同,最早与最晚可相差1个月余,1992-1994年属偏早年,1995年至今属正常或偏晚年。今年11月份以来,由于冷空气活动频繁,雾霾天气日数偏多,使得气温持续走低,日温差减小,人们普遍感觉寒冷。恰逢采暖期临近,我市从10日开始日平均气温在6℃左右,已经接近或达到需要采暖的标准。

入冬早

从11月4日开始,我市的日平均气温达到连续5天低于10℃,进入了气候学上的冬季。由于今年天气冷得早,冬天也比往年来得早一些,而且气温也比常年偏冷一点。今年世界气象组织公布最新一份厄尔尼诺和拉尼娜现象监测报告说,目前拉尼娜现象已经形成并有可能持续至明年第一季度。报告说,监测数据显示,今年太平洋、赤道、地中海东部海域海水温度比以往低1.5℃,这种偏差与历史上出现拉尼娜现象时期相比,属于中等程度。在拉尼娜年很容易出现冷冬热夏,即冬季气温较常年偏低,夏季偏高。各种迹象表明,我市今年秋雨较多,冬季寒冷,经过多年的暖冬之后,市民尤需注意做好今年的保暖工作。

冷空气

进入本月我市冷空气活动频繁,4日以来日平均气温比常年偏低1.5℃,最低气温仅2-3℃,最高气温仅11-12℃左右。14日起受东移较强冷空气和暖湿气流共同影响,我市部分地区有雨夹雪,而后气温明显降低,15日市区为1℃-8℃。广大市民需注意防寒保暖,预防疾病,出行时关注最新天气预报。市气象台预计未来一周我市冷空气活动仍然较频繁,云量增多。16日早晨最低气温会降到零下;18-19日又有一股冷空气影响,有大风降温天气。具体预报:17日晴间多云,-1℃-10℃。18日晴转多云,-1℃-10℃。19日多云转晴,偏北风3-4级,2℃-12℃。20日-21日晴,2℃-14℃。

高震 源源

菜市行情

2007年11月14日 单位:元/500克

品种	1级规格	2级规格	3级规格	4级规格
西红柿	3.10	3.10	3.10	
豆角	3.00	3.00	3.00	
西红柿	0.90-1.05	2.00	1.50	1.50
黄瓜	1.40-1.60	1.50	1.80	1.80
茄子	1.60-1.70	1.60	2.20	1.80
青椒	1.90-2.10	2.30	2.00	2.50
芹菜	1.90-2.10	2.00	2.50	2.50
土豆	0.65-0.75	1.00	1.00	1.00
大白菜	0.25-0.35	0.60	0.50	0.70
猪肉		9.50	11.00	10.50

保定市部分居民生活必需品价格周报

报告单位:保定市物价局

报告日期:2007.11.13 单位:元/500克

品种	规格	11月13日	11月6日	11月13日	11月6日
面粉	一等	1.85	1.85	1.85	1.85
大米	一等	2.80	2.80	2.80	2.80
猪肉	瘦肉	14.00	15.00	15.00	15.00
猪肉	肥肉	8.5	5.5	5.0	4.5
猪肉	五花	5.5	5.5	4.0	3.5
猪肉	后腿	4.5	5.5	5.0	4.5
猪肉	前腿	4.5	5.5	5.0	4.5
猪肉	排骨	15.0	15.0	15.0	15.0
猪肉	猪头	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪尾	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪心	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肝	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肺	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肚	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪大肠	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪小肠	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪头肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪尾肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪心肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肝肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肺肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肚肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪大肠肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪小肠肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪头肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪尾肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪心肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肝肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肺肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪肚肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪大肠肉	1.0	1.0	1.0	1.0
猪肉	猪小肠肉	1.0	1.0	1.0	1.0



请不要乱丢商品

在某超市内,笔者看到有人竟将一些物品扔在长条凳上便扬长而去。据超市的工作人员介绍,部分消费者选好物品后,在结账前又随意丢弃在超市内的现象经常发生,希望消费者能将不需要的商品放回原位。张树刚 摄

酱、汤料产品小常识

酱、汤料是每个家庭不可缺少的调味料,不仅味道鲜美,而且还富有营养。酱产品主要分为黄酱、面酱和复合酱。一般以甜面酱和黄酱为常见产品。

消费者在购买酱类产品时要注意:

- 1、要注意明示的储存条件,并且无“胀包”现象。
- 2、观察色泽应为红褐色或棕褐色,有光泽。
- 3、香气浓郁,有酱香和酯香,无不良气味。
- 4、鲜美醇厚,咸甜适口,无酸、苦、涩、焦糊等异味。

消费者在选购汤料产品时要注意:

- 1、要根据各自喜好,辨清汤料用途,汤料除了用于冲泡方便食品外,有的还可以直接冲泡饮用。
- 2、冲汤后应带有品名固有香气,鲜味醇厚,无焦糊、油哈喇等异味。

健康提醒

尽早识别精神疾病

如何早期识别精神疾病的一些症状呢?专家介绍,主要有以下几个方面:性格变得与平时不一样了,行为作派变化明显或者变得让人不可理解了,说话的方式方法变得不正常了,总之,如果一个人现在与过去相比,像是变了一个人,明显与众不同,那他就可能患上了精神疾病。必须到专科医院诊治,否则会使症状恶化,增加治疗难度,增加复发机会,增加自杀危险性,社会功能减退,造成精神残疾。

气象信息

11月15日:阴有雨夹雪转多云,北风2到3级,7℃-1℃;
穿衣指数:6级,适宜穿较薄的棉衣、皮夹克、大衣等。
洗车指数:1级,不适宜洗车。
感冒指数:3级,容易感冒。

北风2到3级,9℃-1℃;
晨练指数:3级,较适宜晨练。
日出时间:6时44分;日落时间:16时46分。
预知最新天气变化请拨打12121

龙海大药房
11月24日-30日
燃情二载 超值回报
电话:3343861 2053558 5069667

市区空气质量状况

	2007年11月14日	2007年11月14日20点-2007年11月15日20点
空气质量级别	II	II
污染指数	52	<80
首要污染物	可吸入颗粒物	可吸入颗粒物
空气质量状况	良	良

人民币市场汇价

时间 11月14日

外币名称	中间价
100美元	743.21
100欧元	1087.39
100日元	6.6808
100港币	95.459
100英镑	1542.38

便民电话: 盗警 110 火警 119 交通肇事 122 电话故障 112 急救中心 120 消防 5017911 315 热线 12315 供电服务 95598 供水总公司 3030111 有线 TV 维修 3035903 燃气热线 3232601 客运中心 5972888 火车站问事处 7942222

北京同仁堂润肺止咳丸 疗效验证优惠活动 一大盒原价 132 元现价 99 元

三百年品牌,三十万患者验证,北京同仁堂润肺止咳丸,根除咳嗽不再是梦。

肺毒的发现——咳嗽病的真凶

同仁堂专家通过对上千例患有慢性咳嗽病的患者进行跟踪和临床研究发现,在不当地的生活环境和不当的生活习惯中,在人的肺部积聚大量的毒素,如烟、粉尘、有毒的气体、致病细菌等对呼吸系统进行长期的刺激,使肺部积累的毒素不断增加。时间一长,就转化成为毒性强烈致病菌,在医学上称为肺毒,它们堵塞肺管,侵蚀气管,支气管粘膜,不断制造垃圾,从而导致咳嗽病的反复发作。肺毒不清,咳嗽病不会康复。根据这一发现,同仁堂专家提出了

“清肺毒、修气管、养肺泡”三步疗法,在乾隆46年乐显扬七世孙乐以中为乾隆太子永琰(后来的嘉庆帝)所诊治的古方的基础上,现在在中药科技和多年的临床经验,根据中药的“君臣佐使”的组方理论,于1993年推出了专门针对于咳嗽病治疗的北京同仁堂润肺止咳丸。

第一步:清肺毒 清肺化痰

同仁堂润肺止咳丸可释放清毒因子象吞噬细胞一样吞噬气管、支气管及肺部病菌和毒素,使痰液不再产生,告别咳嗽病。

第二步:修气管 止咳平喘

同仁堂润肺止咳丸进入人体后,可快速到达患病部位,消灭致病细菌,修复

受损的气管、支气管黏膜,使咳嗽症状迅速得到缓解,使呼吸正常进行。

第三步:养肺泡 防止复发

同仁堂润肺止咳丸,含有大量的营养成分,活化并滋养肺泡,增加肺泡的含氧功能,提高肺动力,使咳嗽病不易复发。

同仁堂润肺止咳丸对气管炎,急慢性支气管炎、哮喘、支气管扩张、肺心病、肺气肿、肺炎、尘肺、烟肺、等咳嗽病引起的咳嗽、痰咳、气喘、咽喉刺痒、久咳不止、憋气乏力、胸闷气短、胸肋作痛等,疗效确切。请马上打24小时咳嗽康复热线0312-3390070 指定经销址:火车站南行300米路西济善堂药店,同仁堂润肺止咳丸活动时间:11月16日-18日。

帕金森又称震颤麻痹,根源在于大脑中的多巴胺神经元受损,导致多巴胺分泌不足。因此,修复受损神经是治疗帕金森的关键!

神经节苷脂(简称GM)是国际公认的一种修复神经、促进神经再生的特效物质。它分子量小,极易透过血脑屏障,直达病灶部位,修复受损神经,从根本上治疗帕金森。我国中科院用生物技术提取出神经节苷脂,并首创

帕金森手抖 病在大脑

口服剂型脑力健。经上海第二医科大学附属新华医院、上海医科大学附属医院等各大医院临床观察:脑力健对帕金森病的总有效率高。一般服用脑力健2个月,患者精神好转,失眠、出虚汗、便秘等症状明显改善;3-4个月,震颤和肌强直开始缓解,失眠等症基本消失;服用5-6个月后,受损的多巴胺神经元基本修复,自身能重新分泌多巴胺,口服西药开始逐渐减量,最终告别对西药的长期依赖。脑病康复热线:2283478

