半价火车票出新规 儿童身高升至1.5米

儿童平均身高增长

1997 年铁道部出台的《铁路旅客运输规程》对儿童票的规定是：随同成人旅行、身高1.1 米至1.4 米的儿童,享受半价客票、加快票和空调票。超过 1.4 米时应买全价票。每一成人旅客可免费携带一名身高不足 1.1 米的儿童,超过一名时,超过的人数应买儿童票。随着生活水平提高,现在我国儿童的平均身高比前些年高出了几厘米。卫生部 2006 年 12 月 31 日发布的全国第四次儿童体格调查结果显示:6 岁组男童身高从 1975 年的112.3 厘米增加到 2005 年的 118.7 厘米,女童身高从 111.5 厘米增高到 117.7 厘米。30 年间,中国儿童的平均身高提高了 6 厘米。

半票身高调至 1.5 米

近日,铁道部已下发《关于调整儿童票身高的通知》,对符合购买半价条件的儿童身高做出调整,由 1.4 米提高到了 1.5 米,从 21 日起实施。按照铁道部新规定,能买半价票的儿童限高调整为 1.1 米-1.5 米,以儿童实际身高(脱鞋)为准。而原来的标准为 1.1 米-1.4 米,新标高上限放宽了 10 厘米。

铁路此次调整被人认为是“与时俱进”。而相关专家进一步认为:从社会发展趋势看,以年龄作为儿童购票标准比身高更为科学。该专家表示,国际上列车的儿童票多是以年龄为标准的:在确定儿童运费时,以乘车开始之日的儿童年龄为准。

须与大人座别相同

按照新规，身高 1.1 米至 1.5 米的小孩乘火车时,应随同大人购买座别相同的半价票、加快票及相应的空调票，但不能比大人下车晚。超过 1.5 米的小孩购买全价票。每一位成人旅客可以免费携带身高不够 1.1 米的小孩 1 名。超过 1 名时，超过的人数应买小孩票。身高不够 1.1 米的小孩单独使用卧铺时,只买全价卧铺票及相应空调票,不用买客票和加快票。

气象信息

12 月 23 日:晴,南风 1-2 级,5℃~-7℃

穿衣指数:6 级,适宜穿棉衣、大衣等。

感冒指数:4 级,容易感冒。

紫外线指数:3 级,中等。

日出时间:7 时 17 分,日落时间:16 时 40 分。

12 月 24 日:晴,南转北风 1-2 级,4℃~-6℃

晨练指数:4 级，不太适宜晨练。

出游指数:3 级，比较适宜出游。

日出时间:7 时 17 分,日落时间:16 时 41 分。

预知最新天气变化请拨打 12121

菜市行情

2008 年 12 月 22 日 单位:元/500 克

品名 \ 市场	二级批发市场	商厦零售价平均批发市场	大型菜市场	农贸菜市场
鸡蛋	[illegible]	3.10	3.10	3.00
豆角	[illegible]	3.50(平价)	3.50(平价)	2.80
西红柿	[illegible]	1.50	1.80	1.50
西瓜	[illegible]	2.00	2.00	1.80
冬瓜	[illegible]	2.00	2.20	2.00
黄瓜	[illegible]	2.70	3.00	2.50
茄子	[illegible]	2.50	2.80	2.50
土豆	[illegible]	0.90	1.00	1.00
大白菜	[illegible]	0.50	0.50	0.50
猪肉	[illegible]	9.00	[illegible]	9.50

市区空气质量状况

	2008年12月22日	2008年12月22日21点—2008年12月23日20点
空气质量级别	Ⅲ1	Ⅲ1
污染指数	111	<120
首要污染物	二氧化硫	二氧化硫
空气质量状况	轻微污染	轻微污染

■特别提醒 本周警惕“IE7 攻击代码”病毒

一个名为 “IE7攻击代码”的病毒本周特别值得注意，它通过微软最新的IE7浏览器的内存越界漏洞进行攻击,不但影响IE7浏览器本身,还影响以IE7为核心的外壳型浏览器。因此,瑞星反病毒反木马一周播报将其列为本周关注病毒。对此,专家建议用户:1、瑞星全功能安全软件2009独有“木马入侵拦截-网站拦截”和“网络攻击拦截”功能,无需用户安装补丁程序，即可有效防御针对该漏洞的木马病毒。2、安装卡卡上网安全助手6.0,其中的“恶意网址拦截”功能,可以在用户访问带毒网站时发出警告。 **据新华社**

■最新说法 奶茶不利心脏健康

最新研究提出，向提神的茶水中加入牛奶，或茶与牛奶(奶茶）同时喝，会破坏茶的所有有益健康的成分。试验显示，虽然茶通过增加动脉壁的收缩能力提高了血流速度，但牛奶却完全阻碍了这一有益健康的效果。大量饮用奶茶超过三个月，血脂肪及胆固醇都会升高。

便民电话

盗 警 110	交通肇事 122	急救中心 120	315热线 12315	供水总公司3030111	燃气热线 3232601	火车站问事处 7942222
火 警 119	电话故障 112	消协 5017911	供电服务 95598	有线TV维修3035903	客运中心 5972888	价格举报 12358

天津乐仁堂 YANG XIN ZHAI 养心斋

每逢周二刊出 第十六期

中新药业天津乐仁堂制药厂
全国咨询热线
800-818-8618
(座机免费)
400-651-8618
(手机可打)

别让心衰成冠心病的“终点站”

中华老字号 China Time-honored Brand 乐仁堂

中国是冠心病大国，有患者上千万，每年造成死亡人数50万。在这些惨难者中，多数都伴随着心衰结束了心脏微弱的最后一跳，这似乎成了一种必然。虽然心衰和冠心病关系密不可分，但也绝不一定事。从冠心病初期到出现心衰，这中间有相当长的距离，即使到了反复发作又不断缓解的时期，仍然有很大的余地和机会可以避免往心衰方向发展。但为什么还是有相当大多数的冠心病患者最终没能躲过心衰一劫呢?

心衰是“将就”出来的

治好冠心病就不会发生心衰。对于冠心病的治疗，长期以来最主要的手段就是利用各种办法（药物、介入、手术等）扩张和疏通冠状动脉，增加对心脏的供血量，以缓解心肌缺血状况。这就是所谓“通”法治疗。这些方法曾把无数车命从死亡边缘挽救回来。

遗憾的是，单以通法治疗的效果并非尽如人意：患者各种虚症日益加重，急症缓解后又反复发作，甚至支架、搭桥手术后一个时期又会出现相当比例的血管阻塞等等。因此所有通法治疗往往只解决了燃眉之急，而冠心病发展的进步只是被延缓而没有终止；并且随着心脏虚弱状态的不断加重，往往朝着心衰越走越近。

养心治本，截断通往心衰之路

由此看来，单一的通法治疗有它的局限性，很难从根本上解决心脏衰竭、心功能不断下降的问题。最近几年，现代医学已经发现——即使冠脉扩张、血流量增加后，长期缺血造成的心肌细胞损伤短时间也不能恢复，收缩力仍然很弱。尽管手术清理堵塞的冠脉血管突然通开，血流甚至会将很多心肌细胞“泡”死，再也活不过来。因此目前更多的专家也已着手研究如何帮助缺血损伤的心肌细胞尽早恢复功能的办法。

其实祖国医学对于冠心病早有更全面的认识。中医不仅看到了以“通法”增加对心脏供血一分必要的一面，同时更看到了心脏本身甚至全身机体的虚衰、损伤并非一“通”即好的事实。因此治疗冠心病不仅要采用丹参、三七类的活血化瘀药物来治标、通常血管；更要采用具有养心作用的药物来治本、改善心功能。

如果说手术、活血化瘀类药物主要是消除心痛刺痛等急症的话，养心治疗更加着眼于冠心病对于心肌、心脏以及整个机体的慢性损伤。对于长期衰弱的心肌、心脏：不是填鸭般饲养，而似母乳于婴儿；不是洪水漫灌土地，而似雨露滋润禾苗；不是假外物以支撑，而似君子修身以自强，让治疗更针对根本。若能持之以恒地坚持养心治疗，则冠心病的各种症状将被逐渐消灭，心脏乃至机体正气将日益旺盛，病愈有望，则心衰差距必作冰雪消融。

通脉养心丸，让心脏重现生机和力量

综观目前市场上的冠心病治疗药物，多是丹参、三七为主要成分的急性治标药物，这些药物对心脏往往没有明显的补虚治本作用。以养心治本见长的代表性药物，非天津乐仁堂生产的通脉养心丸莫属。

通脉养心丸是集古典和宫廷两大良方经后世名家完善而成，经现代药理科学实验证明，通脉养心丸具有如下的疗效作用：

改善心脏区供枝循环从而抗心脏缺血，改善心脏细胞内代谢，对心脏缺血性疾病具有保护作用；显著延长心脏生存时间、提高心脏生存率；促进受损心肌的恢复，改善心功能；减少肾腺甘油肌酶；减少心绞痛发作频数；使冠心病患者心电图改善和恢复正常等等。

治疗冠心病只“通”不行，更要“养”！让通脉养心丸的卓越品质帮助冠心病患者，截断通往心衰之路，让您的心脏重现生机和力量。

通脉养心丸--两大经典古方：1+1>2

很多服用过通脉养心丸的朋友都会惊叹它为什么有如此好的疗效！这就要从中医的两个方剂“生脉散”和“炙甘草汤”说起，不要小看这两个方剂，精微对中医药有所了解的人可能都知道，它们是中医药中以“养心治本”的方法治疗心脏疾病的最经典方剂。

其中“生脉散”由人参（或党参）、麦冬、五味子组成，是一个有817年历史的著名古方，有“补气养心”的功效。不但能够抗心肌缺血，而且具有促进受损心肌恢复、改善心功能及抗心律失常作用。

而“炙甘草汤”又名复脉汤，出自《伤寒论》，距今已有近2000年历史。是张仲景治疗心动悸、脉结代（心律失常）的名方。此方由地黄、甘草、阿胶、麦冬、桂枝、大枣等组成，具有“滋阴养心”功效，不但能够抗心肌缺血，而且具有抗心律失常作用。

再来看一下通脉养心丸，正是在这两个方剂的基础上，加龟甲等滋阴药物和鸡血藤等行血补血药物而成的。因此在功效上不但增强了原来方剂的滋阴补气作用，同时又具有了一定的通畅血脉作用。达到了1+1>2的治疗效果，从而成为治疗冠心病、心律失常等心脏疾病的经典中成药。

中新药业天津乐仁堂制药厂

经销药店：万宝堂连锁（保广、时代、裕华、阳光小区、长寿、万寿、西万、天成等每逢周六日会员购药8.8折）一笑堂连锁 康源平民连锁 益民民药连锁 金诺西郊大药房 华兴大药房 东方大药房 安泰药房 安德堂大药房 保府大药房锐达大药房 伟康大药房 普康大药房 金康大药房 宁康大药房 新华药店 保北医药安泰药店 金诺汉方大药房 古城医药大药房 裕宝堂大药店等药店