



今天
小雨 北风3-4级
气温:3-8℃

明天
多云 北风3-4级
气温:2-7℃

后天
晴 北风
气温:2-8℃

长沙生活

长沙市供水公司 0731-85133333
长沙电力投诉 95598 长沙新奥燃气 95158
价格举报电话 12358
长沙市公共客运管理处 0731-84303488
长沙城管投诉热线 0731-88665110
国安网络 0731-82772222

新闻热线电话:84326110 80002939 106580007846 http://sxdsb.voc.com.cn

“大雪”到,未来三天降温8-10℃

湘北部分地区或出现小雨夹雪

本报12月6日讯 根据国家天文台出版的《中国天文年历》,12月7日9时29分将迎来今年的大雪节气。记者今天从省气象台了解到,7-9日我省有一次强降温、降水及风力加大天气过程,其中湘北部分地区将出现小雨夹雪,过程降温达8℃~10℃。

今晨长沙、株洲等66个县市轻雾蔓延,阴沉的天空下云层加厚,能见度也受到一定影响,驾车出行注意开启防雾灯,减速慢行。不过,好在今天雾气整体浓度不大,未影响到省内高速公路和机场的正常运行。

才收拾好的厚外套、帽子、手套、围巾又要统统派上用场。昨天开始,强冷空气

携小雨侵入湘中以北地区,导致当地气温下滑。昨天全省平均最高气温13.7℃,较前一天(4日)略有下滑。湘北一带气温更低一筹,昨日最高温仅8至9℃上下。冷风沁雨不断传递着冬天的消息,今晨省内最低温普遍降至7℃左右,湘南汝城最低气温仅3.6℃。

气象专家表示,虽已到了“大雪”节气,但近日内,我省除湘北部分地区可能出现小雨夹雪外,真正的大雪暂时还不会降临。而“大雪”节气内,冷空气活跃,气温降低,公众要防寒保暖,“寒从脚下起”,尤其要加强脚部保暖。

■记者 胡信锋 通讯员 谭萍

火锅烫菜最好冷了再吃



越来越接近“隆冬”,热腾腾的火锅似乎最能勾起大家的食欲。但市民陈洁女士就因为周末连吃了两次火锅,嘴唇居然莫名肿了起来,还开始脱皮。无奈之下到口腔门诊去治疗,医生说,她这是患上了“唇炎”。吃火锅容易上火,但究竟怎样吃,才能将这种“威胁”降到最低?

“吃的次数不要太频繁,虽然火锅可以御寒,但一个月吃三到四次就好,经常吃对牙周、口腔、肠胃都会有伤害。”长沙新华口腔门诊口腔科的主治医生王伟告诉记者,因火锅温度过高,更容易引起口腔溃疡等“火锅病”。

王医生建议,吃火锅时,菜、肉从翻滚着的锅里夹出后,在碗里冷却到24-25℃再吃。因为对口腔起保护作用的口腔黏膜很薄,一般只能承受50℃至60℃。而火锅汤料一般在100℃以上,滚烫的时候就入口,这样很容易烫伤口腔、舌部,损伤口腔黏膜,进而引发口腔溃疡等疾病。

“冬季唇舌本来比较干燥,在食材选

择方面,尽量清淡,多吃萝卜、海带、蘑菇等清淡类,不要吃太咸、过于辛辣刺激。多吃含维生素的菜,这样吃可以减轻口腔溃疡等口腔疾病的发生。”王伟医生表示,吃火锅时,最好不要搭配浓度高的白酒,这样会加重对口腔、肠胃造成刺激和伤害。

提醒

吃火锅注意事项

- 1、儿童、老年人的体质较弱,宜选择钙含量较高的滋补浓汤类火锅;患有慢性咽炎、胃肠炎、胆囊炎、胰腺炎、皮肤病、痔疮等疾病的市民不宜选择辣味火锅;
- 2、孕妇吃火锅应减少次数,偶尔吃也一定要把肉片烧熟煮透才可食用。这是因为羊群中弓形虫的感染率大概是61.4%,孕妇感染弓形虫病毒,可通过胎盘传染给胎儿,影响胎儿脑的发育,严重者还可造成流产、死胎、脑积水或无脑儿等畸形;
- 3、吃火锅忌时间太长,时间应控制在1个半小时以内,不要喝剩余的汤底。忌火候不当,有人为了鲜嫩,肉半生不熟就下肚,很不卫生。应待肉完全熟透后再吃,以便杀死食物中所带的细菌或寄生虫卵。

■记者 李琪 实习生 睦文丽



“冷”笑话 12月6日,长沙蔡锷路,天气寒冷,一对情侣边走边说笑,仿佛感谢这样的天气,能让人走得更近一点。 记者 武席同 摄

荷花路、长沙大道明日停水

停水 本报12月6日讯 记者从长沙市供水有限公司了解到,为配合长沙市地铁施工的建设,该公司将于12月8日23:00至12月10日7:00进行荷花路改管并网工作,届时荷花路(万家丽路-东二环)沿线两厢地区将停水。

此外,为配合市政管网配套设施建设,该公司还将于12月8日21:00至12月9日2:00进行沙湾路改管并网工作,届时长沙大道(万家丽路-花侯路)沿线两厢地区将停水,临近地区水压、水量将减小,请用户做好储水准备。

■记者 李琪 实习生 睦文丽

长沙火车站部分区域20天全封闭施工

交通 本报12月6日讯 记者了解到,长沙火车站今日启动车站提质改造工程建设,工期为二十天,预计12月底完工。工程实施内容包括:车站雨廊路面、售票大厅地面、候车室厕所、车站钟楼等。施工期间,将采取全

封闭施工。长沙火车站负责人介绍,此次施工是为改善城市窗口形象,完善长沙火车站硬件设施服务功能,为2012年春运旅客出行提供更舒适的环境,根据广铁(集团)公司安排部署进行的。 ■记者 朱玉文

雨雪大雾天易发车祸 断肢急救技巧看仔细

生活提示 北京急救中心近日表示,冬季雨雪大雾天气多发,易造成车祸事故,受伤者可能出现断肢的现象。若断肢伤者早期急救得当,可以最大限度地保留功能,否则可能导致肢体功能丧失,因此进行合理的现场急救尤为必要。

专家表示,若遇到断肢患者,首先应及时呼叫急救中心,请专业人员处理。专业人员到达前,在救治断肢伤者时必须注意以下三点:首先要防止人为加重损伤,一旦手、足等部位被机器卷入后,应立即停止机器的运转。在现场,应就地取材,利用现有的木板、树枝等,将伤肢作适当固定;其次,要尽量减少伤口受污染,应用清洁的(最好是消毒过的)纱布或干净的布类,将伤口尽早包扎起来,以达到伤口隔离、减少污染的机会;第三,要及时有效地止血和迅速安全地转运。

■据新华社

毒蛇入药出奇迹 痛风好啦

——1-3天排酸止痛、30天强力溶解痛风结石、2-3个月全面恢复正常尿酸代谢功能,痛风从此不再复发

现代文明带给人们物质享受的同时也带来了让人痛苦不已的一种富贵病——痛风;

几十年来,为了治愈该病,人类想出了局部封闭、抑酸排酸、溶解痛风结石、修复人体紊乱的肝肾功能及代谢系统等各种办法,,可由于以往科学的局限,只能单纯止痛活血或单纯溶晶排酸,虽有一定效果却不甚理想,有的止痛快却不彻底,有的毒副作用大伤肝又伤肾;还有的见效缓慢费时;许多患者只能年复一年的在手脚巨痛中反复煎熬……!!!

众所周知,毒蛇自古以来就被当做治疗风湿及疑难杂症的良药广泛采用;其中,蝮蛇更是由于其超强的交尾能力(交尾时间可达6-24小时)被医家视为调理肝肾的最佳蛇药;两千多年前的古医书《神农本草经》记载:蝮蛇治半身枯死、手足脏腑间重疾,功效甚奇……;

1984年,俄国科学家鲁霍夫斯基发表的论文《蝮蛇与痛风治疗》揭开了人类利用蝮蛇强大的肝肾调节功能治疗痛风的序幕;1996年,法国科学家福雷史泰尔的论文《蝮蛇治痛风 1600例》首



次对蝮蛇治疗痛风的效果进行了肯定,2003年,北京乐元堂开始在大连旅顺口蛇岛(我国黑眉蝮蛇主产地)设立生物研究所,并与国内外顶尖的骨病专家、代谢学专家一起合作;2007年,在最新的CS基因分离提取技术帮助下,我国首个痛风特效生物新品【黄精蝮蛇胶囊】终于研制开发成功。

【黄精蝮蛇胶囊】是采用高新技术从蝮蛇、黄精等几十种动植物中提炼而成的全生物制剂,全面针对痛风病根,具有调理肝肾、通络活血、养正清酸等多重功效,可迅速排酸止痛、溶解痛风结石、修复紊乱的尿酸代谢系统,不仅速效更加长效;厂家特别承诺:买五赠一,一盒无效,全额退款。咨询:0731-82038115 长沙市内免费送货,省内货到付款,全国邮购

一盒无效 分文不要