

**明日大暑,午后少出门**

节气

7月23日5时41分,带来滚滚热浪的大暑节气将正式登场。午后最热的时候,人们要尽量减少外出,如果一定要出门务必做好防晒措施,随身携带防暑药物等。

■据新华社



提醒

尽量少用湿纸巾

入伏后,市民使用湿纸巾越来越频繁。医疗专业人士提醒,湿纸巾或多或少含有化学添加剂,谨防引发接触性皮炎损害健康,更不要用它擦拭眼睛等敏感部位。

■据新华社



热线

本报便民服务热线	96258
长沙市供水公司	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	84303488
长沙城管投诉热线	88665110
国安网络	82772222



游园

百名读者获赠省植物园门票

2014湖南世界名花生态文化节“夏之恋”暨湖南首届恐龙科普展即日起至9月15日在省森林植物园举行。本报联合省植物园送出的100张门票找到“主人”,本报近日将电话通知获赠门票的幸运读者,前往省植物园北门领取门票。

■记者 王文 彭可心

动物园夏令营送出5张免票

7月底,本报联合长沙生态动物园举办的小记者夏令营活动将跟小朋友见面。通过本报热线96258、本报官方微博、微信选出来的5个免费体验名额21日出炉,陈琪琳等5名小朋友获得了免费体验的机会。

■记者 王文 彭可心



健康

脊柱病患者注意后天有咨询会

7月24日下午3:00-4:30,中南大学湘雅二医院风湿免疫科将在精神科七楼会议室举行强直性脊柱炎健康宣教及咨询会。该活动由中南大学湘雅二医院风湿科主办,欢迎强直性脊柱炎、脊柱关节病、长期腰痛等风湿免疫患者免费参加(预约电话400-820-8725,请周一至周五9:00-18:00拨打)。

■本报记者

**气温直奔35℃ 开空调前先洗洗**

“有感觉没?这两天气温暴热,晚上一开空调就吹出一股霉风。”空调专家建议,夏季使用空调前,先对空调做一次全方位的空调清洗,这能减少患病的机会。

“这两周气温升起来了,女儿放了暑假,家里空调几乎24小时都在使用,这几天女儿白天有点咳嗽,还伴有低烧,医生检查后判断是典型的儿童空调病”,家住河西的贺女士在听了医生的建议后,立即拨打96258预约专业空调清洗服务。

最近一段时间,长沙气温急速上升,最高达到了35摄氏度,开始进入了典型的桑拿模式,很多家庭开始启用空调。96258空调清洗林师傅就介绍,“儿童空调病”并非仅仅由于单纯的室内外温差所致,儿童长时间呆在空调间里,家用空调中积存的大量粉尘、病菌刺激呼吸系统是诱发儿童“空调病”的重要原因。林师傅说,“杜绝空调污染首先要有正确的清洁意识,摒弃传统的抹布清洁习惯,一定要对空调进行专业的深度清洗,过滤网、散热片等空调内部设备都要清洗、消毒,让病菌无处藏身。”



★96258的空调清洗采用自主研发生产的专业空调清洗剂清洗,能起到杀菌、除异味、增效节能的作用,也不会对机器本身造成损害。内机是空调清洗的主体,空调清洗主要清洗过滤网、蒸发器、出风口、滚轮及外壳。

现象。还要火势小,否则电梯很容易形成烟囱效应,有毒气体全部往这里钻,人很容易窒息。

【误区二】向上跑

发生火灾后,人们会习惯性地向上跑,这种习惯也可能害了你。往上跑只存在于两种情况:一是你所在的位置在地下室;二是往下跑的通道已被大火或者烟气封堵。除了这两种情况外,你都应该选择往下跑。原因很简单:几乎所有的火灾都是往上蔓延的,而且,

你所在的位置越高,救援的难度越大。

【误区三】躲进卫生间

通常情况下火和烟气的蔓延到卫生间的时间是最长的,但是卫生间并不是一个很好的避难所。一方面是因为有些卫生间的窗户开得很小,会增加消防官兵的施救难度。另一方面,消防官兵从外部查看时,有些卫生间窗口不明显,消防官兵在救援时,很难发现这里有人员被困,耽误营救时间。

■记者 曾轶 通讯员 陈萃



消防

看清火场逃生误区 关键时能救你一命

发生火灾后能不能乘电梯逃生?逃生应该习惯性向上跑吗?湖南消防日前发布了火场逃生的误区,同时提醒市民,注意看清楚前提条件。

【误区一】禁止使用电梯

在没有特殊情况下,电梯是火场逃生最为方便、最为快捷的工具。但是消防专家强调,前提条件是电梯质量好,是智能电梯,即使停电了也会选择就近的楼层停靠并打开轿厢门,不会出现将人困在电梯的



活动

“如新图书室”走进岳阳平江

7月20日,“如新图书室”走进岳阳市平江县,满载2000余册爱心图书的车辆驶入冬塔乡江州完小。10岁的刘影从爱心图书中读到了渴望已久的《格林童话》。据悉,这是“如新童行创微笑”活动在湖南建立的第二所如“新图书室”。

“如新图书室”源于“如新童行创微笑之图书微公益”活动,由如新(中国)日用保健品有限公司、华声在线和三湘都市报联合举办,是湖南首个“精神免费午餐”项目,未来3年拟建20所图书室,覆盖湖南14个市州。

■记者 杨仕凡 李毅



折扣

刷广发信用卡周五十元观影

即日起至8月31日(逢周五)在星美国际影城长沙悦方店,刷广发信用卡享购电影票10元/张,每卡每天限购买2张,当天限额100张,先到先得,3D电影票需按影院要求补差价。另外VIP厅、特殊场次、特殊节假日不参与活动。

■记者 潘文秀

隔热膜助你凉爽度酷暑

长沙夏日酷热难忍,去年夏天连续两个月就曾不下一滴雨。

您家是否因烈日曝晒闷热难耐?您家是否因空调长时间高负荷运转,支出高额电费?

拨打 96258,预约窗贴隔热膜服务,轻松阻隔79%的太阳热量,让您家凉爽一夏。

长沙市星沙筑梦佳园7栋2601室徐先生家正当阳,一到夏天就闷热不已,白色家居都被晒得有点褪色了。2013年7月初,徐先生通过96258试贴了10余平方米的隔热膜,他发现隔热效果十分明显。“贴膜的房间,白天不拉窗帘也不会曝晒,既能保护隐私,又不用担心光线的问题,空调运转频率明显降低,室内也保持舒适的温度。

昨日,徐先生再次拨打96258,打算把家里其他房间还有父母家房子的窗户都贴上隔热膜。