

【探路】十一出行,再不抢票来不及了 济南至多地火车票一卧难求

本报济南9月15日讯(记者 宋磊) 每年十一长假第一天及前一天都是出行高峰,这两天的火车票都会很抢手。日前,9月30日济南至齐齐哈尔、哈尔滨、长春等方向的火车票已是一卧难求,仅剩部分无座票,10月1日的票也不多了。如果你要去往这几个方向,抓紧时间订票吧,晚了连站票都抢不上。

除上述火车之外,15日,记者登录12306网站查询发现,9月30日济南至昆明、成都等西南方向的列车卧铺票也已售完,仅

剩几张硬座票;至重庆方向的列车票源相对富余,济南至深圳方向还剩少许软卧车票。另外,济南至武汉、长沙的高铁一等座票和二等座票都已售罄,仅剩余几张商务票;至福州的高铁所有车票已售完;至青岛方向部分动车车次车票也已售完。

济南铁路部门工作人员提醒,按往年假期客流走向,10月5日、6日是返程高峰,旅客通过12306网站、电话可提前20天订票,代售点窗口预售期18天。

【探路】昨晨一场秋雾封了部分高速 好在当日上午陆续恢复通行

本报济南9月15日讯(记者 宋磊) 记者从山东交通出行信息中心了解到,受江苏及我省境内雾气影响,15日凌晨至上午,我省境内5条高速公路部分路段封闭。

据了解,15日5时50分,江苏省气象台发布大雾黄色预警,受其影响,我省境内京沪高速临沂、苍山、郯城等入口临时关闭;长深高速临沂、临沂北等入口,鲁苏出口临时关闭;沈海高速鲁苏出口,日照南、岚山入口临时关闭。另外,15日我省淮

坊、青岛等地也出现秋雾,受其影响,我省境内青兰高速、青银高速部分收费站一度临时关闭。其中青兰高速孟庄、诸城、青岛西等双向入口临时关闭;青银高速高密、胶州、蓝村、即墨等站双向入口临时关闭。15日10时以后,随着秋雾散去,我省受影响路段陆续恢复通行。

秋季昼夜温差大,如果白天温度高湿度大,就很容易形成雾。所以,此时出行走高速,最好提前看天气预报。

孕妈拍胎儿写真,小心爱变害

专家说,B超室里通过四维彩超拍胎儿萌照,反复折腾可能会伤到宝宝

宝宝还没出生,就能提前看到他(或她)在妈妈肚子里翻跟头、打哈欠等各种萌相,通过四维彩超为胎儿拍“写真”受到潮妈追捧。但医院超声科专家说了,很多准妈妈对“胎儿写真”认识有误区,为抓拍胎儿表情反复折腾不可取,且四维探头长时间照射还可能给宝宝带来危险。

本报记者 李倩

潮妈说:拍张“胎儿写真”作纪念

“宝宝打哈欠、吸吮手指、翻身这些动作都能看得很清楚,而且胖嘟嘟的模样特别可爱。”怀孕24周的王女士通过四维彩超和宝宝提前“见面”后,显得十分兴奋,“孩子状态很好,一分钟内就记录了很多表情和动作。”

像王女士这样期待与宝宝提前见面的潮妈并不少,王女士说她的两位朋友也在怀孕时拍了“胎儿写真”,“一方面是好奇,另一方面也想留个纪念。”

所谓“胎儿写真”就是通过

四维彩超,将胎儿的动作、神态画面保存下来,做成照片或视频等,让非专业人士看起来更直观形象。

“四维彩超是一种医学筛查手段,在医学筛查的基础上,给胎儿留念无可厚非,但前提是胎儿的月份、体位和母亲的羊水都合适,一般怀孕22-26周比较合适。”济宁市妇女儿童医院影像科主任宗秋升说,通过四维彩超给胎儿拍“写真”越来越普遍,尤其是80后的准妈妈对此更是热衷。

医生说:为抓表情反复折腾会伤到胎儿

虽然可以通过四维彩超为宝宝留个纪念,但千万别把这当做照相的设备。专家说,有些孕妇为了抓拍胎儿微笑等表情、动作,折腾一两个小时甚至一上午,是非常不可取的。

多家医院超声科专家都说,超声检查一般不应超过15分钟,不建议发射功率较大的四维探头长时间对胎儿进行照射。

济宁市第一人民医院医学

超声科专家说,如果声波密集在某一固定地方,又聚集很长时间的话,就会有热效应,“这种热效应达到一定程度时,可能会对对人体组织产生不良的影响,影响细胞内的物质,包括染色体。”

对年轻爸妈热衷于留下精彩胎儿影像的行为,济宁市卫生局妇社科科长胡继民说,“‘胎儿写真’是商业宣传噱头,并不提倡,建议少拍。”



孕期超声检查 一般3-5次就行

济宁市妇女儿童医院医学超声科主任宗秋升说,孕期超声检查用时较短,是较安全的,但也不意味着整个妊娠期没有时间、次数限制,随意做超声检查。尤其是怀孕前两个月,处于细胞分化的过程中,一些外来的刺激可能会对胎儿造成影响,如无特殊情况不建议做超声检查。

宗秋升说,如果没有出血、肚子痛等不适症状,整个孕期做3-5次超声检查即可。“如孕妇有高危等因素或其他合并症,检查次数可能会多一些。”

次数	时间	检查目的
1	早孕阶段,一般是怀孕11-14周	排除宫外孕,检查胚胎是否存活
2	孕中期,一般是怀孕18-24周	筛查胎儿有无畸形
3	孕晚期,一般是怀孕32-36周	检查胎位、胎盘、羊水,确定分娩时间
4	怀孕39周左右	排除一些在妊娠晚期才出现的胎儿发育异常,了解胎儿的位置、胎盘位置及成熟度、羊水多少等,评估胎儿宫内的安危。对临床医生选择分娩时机及方式提供有价值的参考指标。

您的专属定制报道 纸条

烟台的夏女士和济南的王女士、王先生三位读者分别递来纸条问关于口腔溃疡的问题:每年这个时候,大人小孩就会有口腔溃疡,有好办法吗?

济南市中心医院儿科副主任医师彭惠传答案:维生素缺乏、咬伤、遗传、口腔环境等都可能引发溃疡。

口腔溃疡是一种口腔黏膜局限性溃疡损害,特点是周期性反复发作,一般7天左右可以自愈。如果反复发作、持续时间过长,尤其是像儿童持续半月没好,就应到医院专业科室检查。

平常要注意口腔卫生,生活起居要规律,保证充足睡眠,坚持体育锻炼,饮食清淡,多吃蔬菜水果,少食辛辣等刺激性食物,保持大便通畅。尤其要注意经久不愈的溃疡,由于经常受到咀嚼、说话的刺激,日久有可能发生癌变。因此不要一概轻视,如有可疑就应及时到医院检查。

本报记者 李钢

纸条征集令

递纸条的方式增加到三种了!拨打96706;将纸条内容及个人联系方式发送到邮箱qlzhitiao@163.com;还可以给齐鲁晚报官方微博发信息:我要递纸条+姓名+联系方式+纸条内容。选一种你习惯的方式,咱们一起挣奖金过好日子!

热点解读

养元·六个核桃 智者大成!



“有远见,自先机而作;有魄力,自开创天地;有境界,自成新高度”。养元公司就是这样一支独具慧眼、勇于担当的智者团队,一个敢于并善于从平凡中奋起的行业先锋。从核桃乳饮料的悉心研发到起草行业标准,从自创【5·3·28】核桃饮品生产工艺到“经常用脑 多喝六个核桃”的品牌诉求,养元公司依托品类创新、技术创新和品牌创新,在中国广袤的饮品市场上发起并引领了一场深刻的消费变革,不仅成功将食用不便的核桃干果融入了人们的快节奏生活,更是带领核桃饮品品类实现了由饮料边缘品类向主流品类的伟大跨越。

在中国这样一个超级大市场,任何一个消费需求的兴起都会伴随着一个强势品牌的崛起,人们用脑的常态化以及健脑补脑意识的增强,成就了养元六个核桃的崛起。

竞争如今已成为一种社会常态,几乎每个人都面临着学习、工作、生活的竞争,需要付出更多的艰辛,使得近几年人们

的健脑补脑意识迅速增强。核桃被誉为“21世纪的超级食品”,自古就是健脑益智的佳品。明代医学家李时珍认为,核桃能“补骨通脑,有益智慧”。我国传统中医“以形补形”理论也认为“核桃形似人脑,所以有益大脑”。现代科学研究表明,核桃仁中含有的磷脂,在人体内通过转化能起到大脑神经细胞的作用,从而使人们保持充沛的精力和良好的记忆力。养元六个核桃精选优质核桃为原料,以方便、易吸收为追求,采用养元特有的生产工艺,以“经常用脑,多

喝六个核桃”的品牌诉求,顺应了时代发展态势,较好地满足了人们的消费需求。

自主核心工艺突破品质屏障,专注专业、技术领先,是养元六个核桃“大成”的重要原因。

产品品质的载体。养元六个核桃的成功要素之一,就是其通过自主研发掌握了核桃饮品的核心工艺,解决了由核桃到饮料

水乳交融之间的关键障碍。

众所周知,核桃虽好,但直接吃却会面临“味苦涩、难咽、营养得不到全面吸收”三个难题。

成立于1997年的养元公司,是核桃饮品行业的先行者与领军者,为了将绿色、营养的核桃干果融入人们的快节奏生活,十数年如一日专注核桃饮品生产工艺的研究与创新。2006年其自主创立的【5·3·28】核桃饮品生产工艺,不仅有效解决了核桃饮品“苦涩”的口感,而且使丰富的核桃营养更有益于人体吸收,从而将人

们食用不便的核桃干果,变身成为“好喝、营养、方便”的饮用佳品。“六个核桃”作为养元公司的代表性产品,深受广大消费者尤其是学生族群的青睐,更有一部分人将早晚各一罐六个核桃视为健康消费时尚。正是由于养元公司的专注和技术领先,成就了养元六个核桃在饮料市场上的热销。

时下中秋、国庆即将到来,无论是单位团购,还是探亲访友,抑或是回家看望父母,养元六个核桃都是“明智的选择”!