今日运河
读者互动方式

齐鲁晚报
今日运河

齐鲁晚报《今日运河》
编辑部地址
济宁市洸河路11号

邮编
272000

新闻热线:(0537)
2110110

报纸发行:(0537)
2366529

报纸广告:(0537)
2366539、2366549

今日运河
官方微信互动平台

城区公共自行车节前集中“体检”

百部“故障锁止器”将上岗

本报济宁2月5日讯(记者 公素云) 济宁市公共自行车管理服务中心对城区公共自行车进行春节前“体检”。城区315个站点万辆自行车均进行了维修和养护。同时,中心正在准备在一些站点建设“故障锁止器”,用于临时存放故障车辆。

“目前,公共自行车的使用量越来越大,每辆车的使用频次达到每天10次以上,春节期间将是用车高峰期。”济宁市公共自行车管理服务中心副主任王伟说,为保证市民正常用车,节前集中对这些自行车进行保养维修,预计一个月的时间可全部完成。

王伟表示,为了让故障车辆得到及时维修,目前,中心正在准备筹建100个“故障锁止器”,锁止器上将贴有“故障锁止器”的标志,市民发现故障车辆可以临时存放在此,方便维修员及时维修。

“三高”病人过节勿改老习惯

春节家人团聚、娱乐过度易情绪激动,操办宴席易劳累过度,吸烟、喝酒过度以及睡眠不足,这些都会导致高血压患者突然心率加快、血压升高,让中风病提前来袭。专家提醒,节日期间,勿改变日常生活习惯。

本期嘉宾:

济宁市中西结合医院
院长、脑病科专家 张培法

“中风”成年后常见病

春节是团聚喜庆的日子,但对于有高血压、冠心病等基础病的老年人要注意把控情绪,过于激动或劳累过度,都对健康不利。每年初一刚过,医院脑病科都会接到血压突然升高而引起中风的患者,发病者可能猝然昏倒,不省人事,或伴有口角歪斜、言语不流利甚至出现半身不遂等情况。

张培法提醒,有基础病的患者,过节期间要坚持吃药,尽可能维持平时的饮食作息习惯。“三高”患者要控制好血压血糖,心脏病患者参加活动应带急救药物。

虽说节日期间,聚会、吃饭是“重头戏”,而熬夜玩乐、吸烟、饮酒过量,都会增加健康负担。尤其对年龄在40岁以上的中年人来说,如经常出现头痛、眩晕、头重脚轻、肢体麻木、舌头发胀等症状,且平时又有高血压、高血脂、糖尿病、脑动脉硬化等疾病时,更应提高警惕。

健康小贴士

黄芪、当归、川芎、赤芍、地龙、桃仁、陈皮、枳实,可补气、活血预防中风。高血压可以加菊花、天麻,高血脂可以加决明子,高血糖可以加葛根、天花粉等。

T 天气

周六冷空气来袭 气温将下降4℃

本报济宁2月5日讯(记者 庄子帆) 5日,记者从济宁市气象局了解到,周六将有场较强冷空气影响全市,气温将下降4℃左右。

“气温将降至-6℃左右,部分地区最低气温低至-8℃,而且还伴随着3-4级的北风。”气象部门表示,周五,晴间多云,最高气温8℃,最低气温-4℃;周日,多云转晴,最高气温4℃,最低气温-6℃。

C 春运

交运集团开展春运安检培训

本报济宁2月5日讯(通讯员 秦明 李静) 4日,2015年春运开始之际,为确保旅客“安全出行、方便出行、温馨出行”,济宁交运集团对所属县市区汽车站的38名安检员进行了培训。

同时,聘请安检仪厂家工程师就安检仪的开关机流程、设备成像原理、图像的识别和处理及设备的简单维修详细讲解,增强安检人员责任心和危险品的识别能力,确保春运工作万无一失。