

天气

白天

夜间

12月21日,多云间阴,降水概率30%,北风4到5级增强到5到6级,温度-4℃到3℃。

白天

夜间

12月22日,多云间阴有阵雪,北风5到6级减弱到4到5级,温度-4℃到-1℃。

12月21日生活指数

感冒指数:多发期
火险指数:低度
污染物扩散条件:好
运动指数:不适宜
体感度指数:冷

活动

新安男科医院推出感恩回馈活动

本报威海12月20日讯 12月30日是新安男科医院建院9周年,为答谢社会各界多年来对医院的支持和帮助,医院决定于12月23日-31日,举行“分享辉煌 共享健康,新安9年感谢有您!”大型感恩回馈活动。
本次活动,新安男科医院感恩回馈的广度和力度都是前所未有的,不仅有体检、检查,更有治疗和手术项目,来院患者均可获得九周年精美纪念品一份;医院还拿出了百万援助金,分泌物常规、前列腺液常规、精液常规、前列腺腹部彩超、阴茎血流检查、阴茎敏感性检查、血常规、尿常规、血糖等9项检查只需9元,治疗费和手术费援助10%,网络预约更是推出特价感恩体检套餐(a、原价660元,感恩价66元,b、原价810元 感恩价120)。

铁路

桃威铁路年客运量突破300万人次

本报威海12月20日讯(记者 冯琳 通讯员 商桂珍 王英莎 张凯) 20日,威海火车站迎来了桃威铁路今年第300万名乘客,这标志着桃威铁路的运输组织、安全保障能力迈上了一个新台阶。至此,桃威铁路年客运量首次突破300万人次大关,今年有望达到310万人次。
“很荣幸成为威海铁路局今年第300万位幸运旅客,感觉就像中了大奖。”12月20日上午10时,在威海站售票大厅,刚刚购得威海至济南列车车票的威海籍生意人于光军幸运地成为桃威铁路今年第300万位旅客。威海站站长送上鲜花并返还其所持车票全部票款,为其颁发荣誉证书和威海铁路局建局20周年纪念币。
威海铁路局自1996年发展客运业务15年来,从开行假日旅游列车、旅游专列、暑期临时旅客列车,到列车图定运行,再到目前开行威海至北京、济南、汉口方向共4对客车,开行方向以威海为支点不断向西、向南纵深发展,其中进京列车被中国地方铁路协会授予“进京快车首創第一”,并荣获铁道部颁发的“红旗列车”殊荣。
目前,威海铁路局拥有自购客车底94辆,自行担当乘务的旅客列车由“十五”末的1列增加到现在的5列,日发送能力达5200多人,客运量由2005年的133万人次增加到2011年300万人次,成为全国办理铁路业务最齐全、客运量最大的地方铁路。

体彩

排列3第11347期中奖号码:2、9、0
排列5第11347期中奖号码:2、9、0、7、1
七星彩第11149期中奖号码:7、0、7、7、5、2、1
联网22选5第11347期中奖号码:03、05、10、15、17
兑奖有效期为60天,兑奖截止日为2012年2月17日,逾期作弃奖处理。
山东省体育彩票管理中心
2011年12月20日

那一年,这一天

那一年,这一天

曾经的金戈铁马,激扬险恶,定格为今天的历史回眸。

世界:
1991年12月21日,《阿拉木图宣言》签署,苏联解体。
中国:
2001年12月21日,全国野生动植物保护工程启动。
威海:
1984年12月21~24日,荣成普降大雪,平均厚度23厘米,最大厚度73厘米,折合降水量120毫米。
(威海市史志办)

获奖

乳山电业获创新成果奖

本报威海12月20日讯(记者 许君丽 通讯员 杨晓东) 近日,由中共中央宣传部主办、中国政研会具体组织实施的庆祝建党90周年思想政治工作创新征文评选结果在北京揭晓,乳山市电业总公司《实行“干群三同” 开创企业思想政治工作新局面》创新成果,被评为二等奖。全省仅有两项成果获此殊荣。

停气通知

因光明路燃气管线抢修施工,定于12月21日13时起至12月21日18时停止供应天然气。市民在此期间请关闭灶前阀,勿使用天然气,以保证安全。
本报记者 王震 整理

冬季疾病防治系列讲堂(六)

给健康“号个脉”,腰椎间盘突出患者冬季如何保健

本报威海12月20日讯 随着寒风衔冬而来,人们的户外活动随着寒冷“指数”的升高而变得越来越少。从现代医学角度来看,冬季在四季中阴寒最盛,寒冷的冬季是多种疾病的高发季节。许多旧病容易复发,是慢性支气管炎、消化性溃疡、心脑血管病、高血压、高血脂、高血糖、冠心病、颈肩腰腿痛、关节痛、风湿、慢性肝炎等病症的高发季节。医生提示,有这些旧疾的患者应当未雨绸缪,定期到医院检查,及时治疗或住院疗养。
那么如何做好冬季养生保健?如何预防严重疾病的发生?为此,本刊携手威海迪沙医院特推出“给健康‘号个脉’,这个冬天不再寒冷”系列健康讲堂,本期记者采访了威海迪沙医院疼痛诊疗中心张永健主任,请他为市民支招。
张永健(威海迪沙医院疼痛诊疗中心主任 副主任医师)特别提醒:冬季以来,我国颈肩腰腿疼患者明显增加,不少人都出现了下肢麻木、痉挛、疼痛、乏力等症状,尤其是腰

椎间盘突出病人发病率显著上升,医院疼痛科出现扎堆就医现象。由于冬季气温过低,腰椎间盘突出症患者受风寒刺激,机体血管收缩,血行缓慢,而筋肌紧张收缩,导致脊柱关节力学平衡破坏,椎间盘内因力改变导致退变加速引起疼痛。
通常一些人已患有腰椎间盘突出,但因为在初期,没有明显症状,自己也不知道或没有诊断出来。天冷时,如果穿得少,时间一长,就会出现腰腿疼痛等不适时,再到医院检查,病情往往已加重了。因此,在天冷之前采取一些措施预防是很有必要的。
首先要做到保暖,尤其要做好颈部、腰、背部的保暖,要做到早晚加穿衣服,夜间加盖被子。其次,可适当洗热水澡,或用热水烫脚,以改善四肢的血液循环。此外,居住环境要避免阴寒湿冷,室内保持干燥、温暖,应避免出汗。
日常生活中,还应尽量减少弯腰的动作,捡东西时要身体靠近物体蹲下捡取,不要直

接弯腰捡取物品;早晨起床时,要通过挺腰、抬腿等动作先放松腰部,然后侧卧用胳膊支撑身体起床;长时间坐位时,要注意保持正确的姿势,必要时可在腰后部放置一个小枕头或靠垫,保持腰椎的正常生理曲度,减轻腰部肌肉疲劳等。
除此之外,张主任还温馨提醒大家:冬天气路面光滑,大家在行走、锻炼的时候,要注意避免跌倒损伤。并且,目前治疗腰椎间盘突出症有了很多突破性的方法,如针刀微创术、中药熏蒸、三位立体牵引等,根据患者的具体情况制定治疗方案,能有效缓解突出临床症状,控制病情发展,帮助患者健康地度过寒冬。
新闻链接:
为解决市民“看病难、看病贵”的问题,政府也加大了医保的财政投入,威海市医保报销政策也有所提高,在职职工可报销85%,退休人员可报销95%。同时也增加了一些慢性病大病门诊统筹基金,有效缓解市民“看病难、看病贵”的问题。

冬季是各种慢性病复发高发季节,针对我市冬季雨雪天气出行不便问题。为了方便老年慢性病患者(心脑血管病、慢性支气管炎、糖尿病、高血压、肝病等)住院(病房24小时供暖)治疗,威海迪沙医院开通了绿色就医通道,医院周边5公里内免费车辆接送(接送电话:0631-5980152),同时对住院的老年患者免费提供营养餐、免费陪护等人性化医疗服务。据了解,除了以上这些温馨惠民举措之外,威海迪沙医院还特别推出“冬季温暖行动,看病优惠诊疗”活动,凡是来院就诊的患者,彩超、CT、X光等大型先进医疗设备检查费优惠20%,免住院床位费,血压、血常规、血糖检查免费,其他检查费、化验费一律优惠30%;三维立体牵引床、三维熏蒸舱、美国肠道水离子治疗仪等治疗费优惠20%;活动详情请致电:0631-5980443 或登录网址:www.whds120.com。QQ医生:631675310,医院地址:威海市经区青岛中路168号(蒿泊十字路口红绿灯南50米) (通讯员:倪静)

登报声明

尊敬的天安保险公司客户:
您在我司投保的车辆发生下列事故并向我司报案后,一直未来办理相关理赔手续。由于按照您留存的联系方式无法与您取得联系,特此登报声明:虽然按照相关法律规定,下列事故均已过有效索赔期限,但本着客户至上的服务宗旨,希望您见报后速来我司办理相关保险理赔事宜。感谢您对天安保险的信赖与支持!
如您在2011年12月31日前仍未主动与我司联系,依照相关法规将视同您自行放弃索赔权益,下列赔案将做注销处理。

天安保险联系人:袁磊
联系电话:15263101722
联系地址:威海市环翠区
统一路416号
天安保险公司威海中心支公司
2011年12月21日

车牌号	出险时间	出险地点
鲁KT8908	2008.12.6	威海万家属
鲁KC2513	2009.4.24	烟台海阳
鲁K87655	2009.2.16	威海老集
鲁K67059	2008.8.22	威海光明小区
鲁K7H522	2009.8.22	威海九里
鲁K68655	2008.12.6	威海广州路
030714(斯太尔)	2009.3.17	威海徐家
鲁KH2423	2008.7.17	威海杨家台
鲁K08001	2009.9.4	威海交通学校
山东K29442	2007.1.22	威海荣成
鲁K12483	2007.7.5	威海西霞口
鲁K85025	2008.6.19	威海森骨医院
鲁KX0962	2008.7.21	威海乳山
鲁K64776	2006.5.15	威海文登
鲁K93385	2006.8.28	威海初家
鲁KWU066	2007.1.23	威海文化路
鲁K35560	2004.7.15	威海荣成
鲁K2E788	2008.4.25	潍坊寿光
鲁K02811	2008.2.1	威海文登
辽K15108	2007.5.12	威海文登
鲁K93093	2006.12.13	威海北洋大厦
山东K28377	2005.3.14	威海荣成
鲁K68218	2008.12.2	威海白沙滩镇
鲁K0Y389	2008.11.27	青岛城阳
鲁K57279	2008.5.9	威海凤林
鲁KH8223	2008.5.3	威海宋村
鲁K0729挂	2008.12.24	烟台港

荣成市石岛管理区宁津卫生院	2007.2.7	宁津
荣成市大疃卫生院	2008.7.7	大疃卫生院
荣成市埠柳中心卫生院	2008.6.23	埠柳中心卫生院
荣成市埠柳中心卫生院	2008.1.20	埠柳中心卫生院
鲁KK6179	2008.7.10	威海蒿泊
鲁K01833	2008.9.4	威海文登董家店
鲁KK1593	2008.9.9	威海文登宋村
鲁K1A606	2008.9.14	威海荣成寻山
鲁KF6833	2008.11.9	威海桥头孟格庄
鲁K42281	2008.11.23	威海文登义鸟
鲁KD7255	2007.6.20	威海荣成俚岛
鲁H03980	2007.6.4	威海文登汤北街
鲁KD4329	2009.6.6	威海荣成崖头镇
鲁K35849	2007.8.3	威海荣成
鲁KGT685	2008.8.8	德州邢德路
鲁KT0101	2008.5.1	威海海滨路
鲁K39756	2006.3.24	荣成成山
鲁KWU066	2007.1.13	威海
鲁KH1033	2009.6.13	威海乳山环海路
鲁KT0424	2009.4.30	威海荣成俚岛
于秀媛	2009.12.25	荣成市政府门口
于环海	2009.12.24	荣成寻山大道
荣成市第三十七中学	2008.6.18	荣成华鹏玻璃厂
荣成是成山镇落凤岗春和船厂	2009.3.22	船厂
荣成市寻山冷藏厂	2007.11.13	船上