



今日运河  
读者互动方式



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

铁路部门将于5月20日调整列车运行图

# 济宁三车站新增14趟列车

本报济宁3月29日讯(记者 庄子帆 通讯员 赵本秀 李莉) 为方便乘客出行,铁路部门将于5月20日调整列车运行图。届时,济宁、兖州火车站将增加去往汉口、信阳、烟台、日照等方向的6对列车。另外,京沪高铁曲阜东站新增烟台-上海虹桥、上海虹桥-济南西两趟列车。

记者了解到,此次调图对济宁火车站、兖州火车站来说变化较大,经停济宁、兖州站的新增列车有,济南-张家界的K1677/

K1678次列车,K1677次列车自5月20日、K1678次自5月22日起开行;汉口-烟台的K1476/7、K1478/5次列车,K1476/7次列车自5月21日、K1478/5次列车自5月22日起开行;信阳-日照的K633/K631次列车,K632/3次自5月20日、K634/1自5月21日起按新时刻运行。

此外,济宁火车站又新增菏泽-烟台的K8276/8275次列车。兖州火车站新增日照-上海K174/1、K172/3次列车;济南

-日照的K8285/K8286次列车。这次调图后,从济宁到郑州以南的许昌、漯河、信阳、驻马店、孝感等方向更加方便。

此次调图,京沪高铁曲阜东站变化不大,增开了烟台-上海虹桥的G459次列车、上海虹桥-济南西的G298次列车,取消了高峰期运行的济南西-上海虹桥的G4527、G4528次列车。同时,菏泽(济南)-哈尔滨的K294次列车自5月20日起停运,济宁、兖州站取消办理客运业务。

## T 天气

### 本周连降三天雨 后半周天气变脸

本报济宁3月29日讯(记者 庄子帆) 29日,记者从济宁气象部门了解到,从3月31日开始将会有一场降雨过程,并将持续三天。

春暖花开的季节已经到来,气温不断攀升,本周一市民将体验到初夏的感觉,当天最高气温达到了25℃,周二气温依然在20℃以上。不过,从周三开始,天气“变脸”,受西风槽和冷空气影响,将出现一次降水过程,气温也随之下降到13℃以下。



### 提升全民健康素养

主办单位: 济宁市卫生和计划生育委员会 齐鲁晚报·今日运河

## 降压药吃吃停停最伤肾



栏目主持人:李倩 邮箱: qwb001@163.com

血压升高,降压药吃吃停停。40多岁的吴先生开始出现身上没劲,并伴有小腿浮肿,最终导致肾功能衰竭。肾病科专家提醒,不要盲目吃保健品,降压药吃吃停停更会加重肾脏负担

### 本期嘉宾:

济宁市中医院

国医大师传承工作室 张大宁

“对于原发性高血压,降压药吃吃停停最伤肾。有些病人经

过一段时间的治疗,血压降至正常范围,这时常常误认为自己的高血压已经“治愈”,可以不必再继续治疗或者等血压升高时再治疗。而忽高忽低的血压,发生在肾动脉就形成肾动脉狭窄、肾衰竭。”张大宁提醒,降压药一定

要定时服用,按时服用降压药对肾脏也是一种保护。对于高血压患者而言,要有效控制血糖、血压、血脂,有效保护肾脏,这几点做到了就不会影响人的的寿命。

### 小贴士

对于高血压患者,如出现夜晚小便多,尿中有泡沫,疲乏、水肿等情况,应尽早就诊,早期发现肾脏功能损害,早期治疗,避免恶化成尿毒症。

## C 出行

### 火车车次调整 可免费退改签

本报济宁3月29日讯(记者 庄子帆 通讯员 李莉) 记者获悉,火车票背面的《铁路旅客乘车须知》将由5条增至6条。其中增加了车次调整可免费退改签、旅客禁带物品清单也更加明确等内容。

济宁火车站工作人员介绍,从去年年底,全国火车票预售期调整为60天,旅客会在两个月前购买火车票,但不能排除两个月后乘车时,铁路对运行图进行微调,发车时刻、运行车站出现变化。出现这种情况,旅客将可免费退改签车票。