

春节返乡要防“旅途病”

□据《光明日报》

春节,漂泊异乡的人纷纷返乡。专家提醒:春节返乡要做好准备,谨防“旅途病”。

防呼吸道传染病

春运时期的火车或长途汽车,人满为患,即便装有空调和通风设备,由于空气更新缓慢,呼吸道传染病病菌依然隐藏在闭塞的空气中,免疫力差的乘客就有可能感染。乘客应当适度打开车窗或在火车车站间隙多到站台走动。乘轮船的乘客,可以在乘船前几天开始服用一些抗感染或增加免疫力的药物,并随身携带一些板蓝根、鱼腥草等抗感冒药物。

当心消化道疾病

在长途汽车和普通列车上,由

于车内容积有限,清洁用水一般缺乏,致使有的乘客用餐或吃零食时往往忽视洗手,从而导致消化道疾病。其实,只要乘客注意饮食卫生,不买不洁或包装欠佳的食物,尽量使用一次性杯子和碗筷,吃东西时注意不要受凉,该类疾病还是比较容易预防的。

注意经常活动

由于长期处于坐姿状态,身体长时间无法活动,人体血液循环受阻,极易使静脉血管内出现血栓,特别是在脚部血管内形成血凝块。如果血栓到心脏或肺部,有可能引起意外。如果旅客本身有血栓病史,当血栓扩大至心脏或脑部时,就有可能引发突然死亡。长时间乘坐火车、汽车等交通工具时,要不时变换一下体

位,如抬高下肢,也可用手从上往下进行下肢按摩帮助血液回流。每隔一两个小时活动活动。

警惕精神幻觉

因回家路程较长,许多旅客担心行李被盗导致精神紧张,在这种情况下,容易导致身体代谢紊乱,产生短暂性精神障碍,一些长途旅客可能会出现短时的妄想、幻觉或行为紊乱等。这种情况多数病情比较短暂,停止旅行与充分休息后,数小时至一周内可自行缓解,情况严重者,可请专业医师诊治。

小心旧病复发

患有风湿性心脏病、冠心病等心脏疾病的旅客容易出现胸闷、心跳加快、四肢无力等症状,此时应立即服用心脏药物,也可服用救

心丸、麝香保心丸、救心油、硝酸甘油片等应急药品。患有原发性或继发性高血压的旅客,容易出现头晕、肢体麻木等现象,此时应考虑有血压增高的可能性,应适当服药并坐卧休息,保持心态平静。

防范晕船晕车晕飞机

眩晕是乘客常见的症状,即使体质再好,也会感觉到停车后仍站立不稳,运动协调不良。这是由于长时间的颠簸、心情紧张、过度疲劳等原因造成的。建议在出发前的头一天晚上,保证充足睡眠,吃一些容易消化的食物,不要吃得过饱,不要吃油腻食物。此外,应尽量减少头部活动,可在颈部放置海绵垫,缓冲车体颠簸对大脑和脊髓的冲击。一旦出现症状,应闭目仰卧,用冷毛巾敷前额。



今日天气 全区阴天有中到大雪,局部地区有暴雪,东北风3级左右,最低温度-4℃~-2℃,最高温度0℃左右。

历史上的今天 1964年的今天,市区最低温度-7.8℃,是有气象记录以来该日气温的最低值。1973年的今天,市区出现雨淞天气。

气象与健康 未来一段时期冷空气活动频繁,温度持续偏低,并伴有雨雪天气,这对有风湿类疾病患者不利,并是冠心病、肺炎和各种心血管疾病的多发期,建议有此类疾病史的朋友要多关注天气,适时保暖,及时药物调理。

11日 全区中雪逐渐停止转阴天,东北风3级,最低温度-4℃~-3℃,最高温度0℃左右。

12日 全区阴天到多云,偏北风3级,最低温度-6℃~-5℃,最高温度0℃~2℃。

特别提醒 移动、联通用户拨打12121气象信息电话,可随时了解天气变化,掌握最新气象动态。(洛阳市气象台)



失主看过来

吉女士在凯旋西路与芳林路交叉口附近捡到吴爱军的身份证,请失主拨打电话13849933112联系认领。

陈先生9日早上在2路公交车上捡到一个黑色钱包,里面有韦鹏飞的身份证、医保卡、多张银行卡,请失主拨打电话64330020联系认领。

贾女士7日在滨河路附近捡到一个粉红色的布钱包,里面有李天天的身份证、多张银行卡、一串AB锁钥匙、一些票据,还捡到了王凤辉的身份证,请失主拨打电话68860912联系认领。



捡到请举手

王先生6日12点30分左右拉了一套沙发,从新区经过150医院到龙鳞路,在路上不小心丢失一个咖啡色圆柱形的沙发靠头,请捡到者拨打电话15136362780和他联系。

王先生9日下午3点左右在中州路与玻璃厂南路交叉口附近丢失一个牛皮资料袋,内有购房合同和发票,合同和发票上写的名字是王志荣,请捡到者拨打电话13849944814和他联系。

张先生1月25日晚上在东车站坐10路公交车到新都汇,途中丢失一个深棕色钱包,里面有建行卡、张旭的西安身份证及学校的图书卡,请捡到者拨打电话015829753289和他联系。(文王 整理)



孩子获准在家饮酒危害大

□据《参考消息》

荷兰奈梅亨大学的一项研究指出,父母为避免孩子出去胡乱喝酒而允许他们在家中饮酒的教育方法是错误的。

专家对428户家中有13岁

至15岁孩子的荷兰家庭进行了调查,发现大部分被允许在家中饮酒的青少年在外面也会喝酒,得到父母允许喝酒的孩子酗酒的风险有所增加,并且会导致学习困难和经常打架等后果。

多数荷兰人认为,在家中教孩子适当喝点酒能避免他们在外偷偷喝酒,上述研究结果令这种观点遭到质疑。因此专家建议,如果不想让孩子在青少年期间养成酗酒习惯,应尽量推迟允许孩子喝酒的年龄。

洛阳航班进出港信息

市口岸办提供 2009年11月25日开始执行

目的地	航班号	星期	起飞时间		到达时间		单程公布票价	机建燃油费
			洛阳	飞往洛阳	洛阳	飞往洛阳		
北京	MU5696/5	每日	10:30	11:55	12:50	14:20	860	70
	MU5228/7	每日	21:30	22:55	19:10	20:50		
上海	MU5390/89	每日	15:10	16:40	07:50	09:45	890	100
广州	CZ3364/3	一三五	11:10	13:35	08:15	10:35	1410	60
深圳	CZ3358/7	二四六	22:20	00:30	19:30	21:30	1330	100
杭州	G52717/8	二四六	13:00	14:30	15:10	16:40	270-910	60
重庆	G52696/5	二四六	22:55	00:30	11:15	12:30	290-960	60
成都	G52711/2	二四六	18:00	20:30	21:05	22:30	430-850	60
拉萨	G52711/2	二四六	18:00	成都中转			1400	160
九寨	G52711/2	二四六	18:00	成都中转			1200	130
林芝	G52711/2	二四六	18:00	成都中转			1600	160
西昌	G52696/5	二四六	22:55	重庆中转			770	90

洛阳中转国际部分航班时刻表

(一票到底)虹桥转浦东乘坐免费车 价格不含各项税费 国际订票热线:64810780

目的地	起飞时间	到达时间	单程票价(元)	往返票价(元)	目的地	起飞时间	到达时间	单程票价(元)	往返票价(元)
东 京	15:10	如12:50	1840	2700	墨 尔 本	15:10	如07:00	3500	4000
名 古 屋	15:10	如12:50	1840	2920	悉 尼	15:10	如09:30	3500	4000
冈 山	15:10	如12:40	1940	3300	温 哥 华	15:10	如10:30	3630	5750
大 阪	15:10	如12:00	1840	2700	法 兰 克 福	15:10	如05:40	3520	5080
首 尔	15:10	如11:55	1280	2200	洛 杉 矶	15:10	如11:30	4100	6500
吉 隆 坡	15:10	如23:00	2420	3400	纽 约	15:10	如20:45	4200	6620
新 加 坡	15:10	如05:00	2750	3980	巴 黎	15:10	如06:20	3080	5080

以上价格随季节航班、舱位、乘机日期不同,票价上下浮动,特价票提前10天以上出票,以现时电脑查询为准。八达特约 售票热线:66666666 八达航空全球订票网:www.badahk.com

空气质量 (9日)	
污染指数	84
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物

你中了吗?



“中原风采”福彩22选5开奖公告		
第2010040期中奖号码		
02 13 16 17 18		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
头等奖	9注	15077元
二等奖	825注	50元
好运二	455注	21元
好运三	477注	160元
好运四	22注	1434元

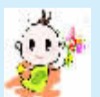
福彩3D游戏河南省开奖公告		
第2010040期中奖号码		
0 7 2		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
单选	264注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	703注	160元

福彩“双色球”全国开奖公告		
第2010017期中奖号码		
06 01 23 12 11 03 11		
中奖情况		
奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	9注	5795697元
二等奖	52注	206575元

体彩“排列3、排列5”第10040期开奖公告			
玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	直选	7430注	1000元
	组选3	0注	0元
	组选6	16454注	160元
排列5	40167	26注	10万元

体彩“七星彩”第10018期开奖公告		
中奖号码:0 0 6 2 6 2 5		
奖等	全国中奖注数	单注奖金
一等奖	0注	0元
二等奖	9注	46665元
三等奖	155注	1800元

洛阳网 便民服务



法律咨询: http://lawyer.lyd.com.cn
电子地图: http://map.lyd.com.cn
发布分类信息: http://ask.lyd.com.cn
连线记者: http://reporter.lyd.com.cn
彩票分析: http://cp.lyd.com.cn
健康知识: http://health.lyd.com.cn
消费投诉: http://www.lyd.com.cn/lifelink/xfts.htm
更多服务: 列车航班查询、邮编区号查询、手机归属地查询、学历验证、身份证验证、物价投诉、股票查询、在线翻译、成语词典、万年历等,尽在洛阳网首页(www.lyd.com.cn)“生活链接”栏目。