

出门看天

今日天气



阴天,下午到夜里转小雨,  
偏东风2级~3级。

明日天气



1月31日,  
小雨转阴天,  
2℃~3℃。



2月1日,  
多云转阴,  
-1℃~7℃。

最高温度

5℃

-2℃

最低温度

空气质量

(29日)

污染指数  
183

空气质量状况  
轻度污染

首要污染物  
可吸入颗粒物

## 冬季唇干,越舔越“炎”重

要想唇部“水嘟嘟”,可多吃新鲜蔬菜、多喝水、使用护唇膏等

□据 39健康网

天气越来越冷,冷风一吹,人的嘴唇就容易出现干裂出血等炎症。当唇部出现皲裂时,有些人爱咬甚至用手去撕干皮,殊不知,这样只会让唇部出血和结痂的情况更严重。其实,在冬季护理唇部除了涂唇膏,还可以通过饮食来调理和防治。

专家表示,唇部在冬季出现皲裂是很常见的,但用舌头舔嘴唇时,由于外

界空气干燥,唾液带来的水分不仅会很快蒸发,还会带走唇部本来就很少的水分,造成越干越舔、越舔越干的恶性循环,严重时会使嘴角处的皮肤出现色素沉着,甚至导致唇部肿胀、结血痂。

其实,嘴唇干裂可通过调整饮食和改变日常习惯来防治。第一,要多吃新鲜蔬菜,如黄豆芽、油菜、白菜、白萝卜等,增加B族维生素的摄取;第二,及时补

充足量水分,充足的饮水量对于人体机能的均衡有很大帮助,能有效防止嘴唇干裂;第三,无论男女都应使用护唇膏来呵护双唇,尽量选择添加刺激性成分少的无色唇膏。过敏体质的人,用棉签将香油或蜂蜜涂抹到嘴唇上,也能起到很好的保湿作用;第四,尽量避免风吹日晒等外界刺激,可以采取戴口罩的办法来防护;第五,纠正舔唇、咬唇等不良习惯。

## 眼睛也怕冷,老人出门时戴副眼镜吧

□据 39健康网

冬季,老年人出门时总是帽子围巾齐上阵,但往往容易忽略一个部位——眼睛。眼睛也怕冷,一旦它“着凉”,各种眼病就会找上门,因此,老年人外出时最好戴副眼镜,给眼睛加个“保护层”。

多数老年人视力不好,出门本就难以看清路况,如有“迎风流泪”的症状,老人出行的危险系数就更高了。眼睛比较敏感,当受到冷空气刺激时,泪腺便会分泌出泪水,同时,眼部的括约肌痉

挛性收缩,过多的泪水无法排出,使视线变得模糊。因此这类老人外出时应戴防风眼镜,可有效避免寒风刺激,减少迎风流泪,还能防止异物落入眼内。

冬天的紫外线辐射仅比夏天弱20%左右,且更容易进入眼睛。对已患有老年性视网膜黄斑变性或白内障的人来说,晴天外出时,必须戴具有过滤紫外线功能的太阳镜,以减少紫外线对眼睛的伤害。

白茫茫的雪会增强紫外线的反射,使之射入眼睛,时间长了人就会出现严重的畏

光、流泪、异物感,甚至睁不开、有强烈的烧灼感等,医学上称之为雪盲。因此,老人在雪天外出时最好戴上墨镜。镜片除了要有太阳镜防护紫外线的功能外,颜色最好要深些,如黑色、深棕色等。

此外,寒冷刺激会使交感神经兴奋,使人的眼压升高,极易诱发青光眼。因此,闭角型青光眼患者出门就不宜戴太阳镜或有色眼镜,否则会使瞳孔放大,加重病情。建议这类人冬季减少外出,如需外出一定要作好眼周保暖,并尽量缩短户外停留时间。

## 失主 看过来

11日至15日,有市民在市行政服务大厅捡到吴尔强的身份证、高营的结婚证、赵金环的身份证、李新利的印章、刘王氏和杜明庚的契税发票、郑云萍的身份证、杜小雷的专用发票等。请失主到市行政服务大厅一楼督查科认领。

11日,张女士在锦远汽车站售票处捡到一个黑色皮钱包,内有李昆明的身份证、银行卡和若干现金。请失主拨打电话13838469468联系认领。

13日,马先生在老城区一个公厕里捡到了苗苗和任向丽的身份证、席美洪的医保卡和一些银行卡等。请失主拨打电话15517989715联系认领。

14日下午,吕先生在洛常路捡到一个钱包,内有杨帅飞的身份证、3张银行卡。请失主拨打电话18003887924联系认领。

近日,李先生捡到开封县徐亚男的身份证、银行卡等。请失主拨打电话64610786联系认领。

23日上午,何先生在华林路捡到李卫军的身份证、驾驶证和银行卡。请失主拨打电话63502173联系认领。

23日晚,张先生捡到一个钱包,内有张积芸的身份证、银行卡等。请失主拨打电话13503883577联系认领。  
(敬芳 整理)

## 洛阳航班进出港信息

2012年10月31日开始执行

目的地	航班号	星期	起飞时间	到达时间	洛阳飞往		单程公布票价(元)	民航基金及燃油费(元)
					起飞时间	到达时间		
北京	MU5696/5	每日	10:15	11:45	12:55	14:45	860	130
	MU5700/9	每日	15:35	17:20	08:05	09:45		
	MU5228/7	每日	22:10	23:45	19:55	21:40		
上海	MU5390/9	每日	10:10	11:40	07:50	09:40	890	190
	MU5528/7	一五日	21:25	22:55	19:05	21:00		
天津	GS7562/1	一三五	19:40	20:50	11:05	12:20	880	130
广州	CZ3364/3	每日	22:00	00:20	18:50	21:05	1410	190
深圳	CZ6512/1	二四六	15:35	17:55	08:05	10:25	1330	190
杭州	G22675/6	二四六	12:20	13:50	15:00	16:45	910	190
成都	G22677/8	二四六	18:25	20:15	21:15	22:45	850	190
重庆	G22696/5	二四六	23:30	01:00	10:30	11:45	960	190
昆明	MU5800/9	每日	17:40	20:20	08:30	10:40	1140	190
大连	MU5799/0	一三五	12:20	14:10	15:10	17:00	1230	190
厦门	SC4824/3	一三五	11:40	13:45	08:40	10:55	1390	190
海口	GS7561/2	一三五	13:10	15:40	16:35	19:00	1800	190
呼和浩特	CZ6511/2	二四六	11:30	12:35	13:40	14:55	800	130
哈尔滨	MU5797/8	二四六	11:30	14:10	15:00	17:40	1500	190

以上信息可能随时有变化,请以实时电脑查询信息为准。

八达特约 售票热线:6666 6666 八达航空全球订票网:www.badahk.com

百姓一线通

洛报集团百姓一线通

66778866

一线通特色便民项目

法律咨询 电话医生 心理咨询  
 脑瘫康复 家政保洁 月嫂保姆  
 家教辅导 杯赛培训 水电安装  
 家电维修 空调养护 路灯投诉  
 防水补漏 采暖供暖 水暖维修  
 管道疏通 开锁搬家 电瓶维修  
 饮水机专业清洗、保养  
 净水机专业安装、保养  
 太阳能安装、维修、清水垢  
 热水器安装、维修、清水垢  
 美术高考培训 矿泉水电话直送  
 油烟机维修清洗 家电专业清洗



你中了吗

福彩新快开



3选1 中奖易 10选3 奖金高

福彩3D游戏河南省开奖公告

第2013029期中奖号码

149

中奖情况

奖等	中奖注数	每注金额
单选	685注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	903注	160元

福彩“双色球”全国开奖公告

第2013013期中奖号码

红色球号码 蓝色球号码

050613192228 09

中奖情况

奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	19注	5961726元
二等奖	259注	105827元

体育彩票

新快赢481

8选2 好中奖,8选3 奖金高

体彩“排列3、排列5”第13029期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	722	直选	3719注 1000元
		组选3	5575注 320元
		组选6	0注 0元
排列5	72258	47注	10万元

体彩“七星彩”第13013期开奖公告

中奖号码:6 5 8 1 1 3 0

奖等	全国中奖注数	单注奖金
一等奖	0注	0元
二等奖	25注	10847元
三等奖	409注	1800元

看男科到金盾

因为专注男科 所以更专业

健康热线 0379-65221999

地址:洛阳市九都路17号(原武警医院)