

这里总有你需要的信息

停电

17日起合肥这些地方将停电

为缓解夏季高峰时段供电紧张状况,需要将合肥部分区域停电,负荷迁移,以便进一步提高供电可靠性。

6月17日4:00~18:00对西北郊变24开关线路,西北郊变25开关线路上“亳州路#2环网柜”01开关线路,大西门变12、33开关线路停电。涉及停电范围有:阜南路、六安路、蒙城路、环城西路、沿河路、世纪联华超市、杏花公园、蒙城南路、清溪东路、市路灯管理所等地区用户。

6月17日8:00~14:00对玉龙路变05开关线路上“滨湖和园#1总开闭所”停电。涉及停电范围有:滨湖和园#1总开闭所供电的滨湖和园小区部分用户及其综合楼自管、酒店自管等高压用户。

6月17日9:00~11:00对玉龙路变10开关线路上“滨湖家园#1分开闭所”停电。涉及停电范围有:滨湖家园#1分开闭所供电的滨湖家园小区部分用户。

6月17日15:00~17:00对玉龙路变27开关线路上“滨湖家园#2分开闭所”停电。涉及停电范围有:滨湖家园#2分开闭所供电的滨湖家园小区部分用户。

6月18日4:00~18:00对东怡变17开关线路,中心变32开关线路上#160柱上开关停电。涉及停电范围有:六安路、霍邱路、淮河路等地区用户。

6月18日9:00~11:00对玉龙路变27开关线路上“滨湖品阁#1分开闭所”停电。涉及停电范围有:滨湖品阁#1分开闭所供电的滨湖品阁小区部分用户。

6月18日15:00~17:00对烟墩变15开关线路上“滨湖和园#1分开闭所”停电。涉及停电范围有:滨湖和园#1分开闭所供电的滨湖和园小区部分用户。

6月19日9:00~11:00对烟墩变15开关线路上“滨湖和园#2分开闭所”停电。涉及停电范围有:滨湖和园#2分开闭所供电的滨湖和园小区部分用户。

6月19日15:00~17:00对玉龙路变10开关线路上“滨湖明珠#1分开闭所”停电。涉及停电范围有:滨湖明珠#1分开闭所供电的滨湖明珠小区部分用户。

刘爱兵 记者 江亚萍

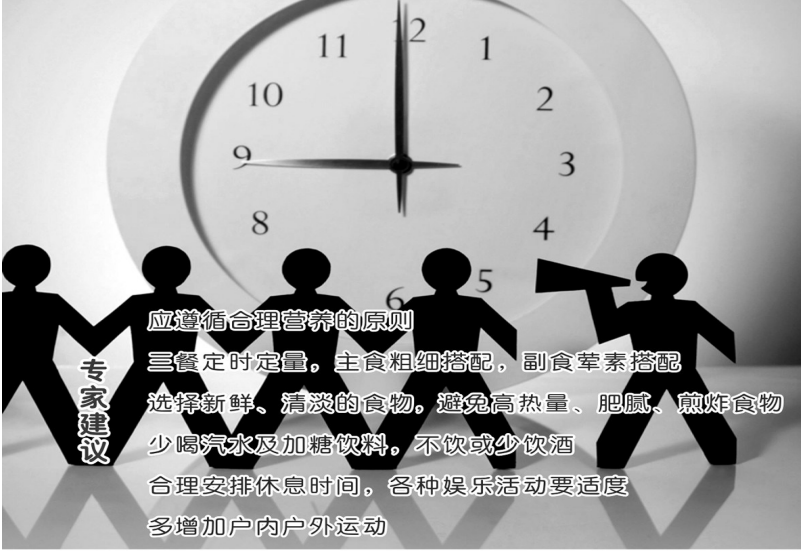
考生需从多方面预防“考后综合征”

很多考生表示,高考结束后,最想做的就是**彻底放松**

专家指出 高考过后 考生从过度紧张突然转变为彻底放松,生活习惯突然改变

易引起 **肠胃疾病、焦虑、重度失眠、肥胖、便秘、急性胃肠炎、急性胰腺炎、维生素缺乏** 等病症

从考试结束到发录取通知书正是“考后综合征”的高发期



应遵循合理营养的原则

三餐定时定量,主食粗细搭配,副食荤素搭配

选择新鲜、清淡的食物,避免高热量、油腻、煎炸食物

少喝汽水及含糖饮料,不饮或少饮酒

合理安排休息时间,各种娱乐活动要适度

多增加户内户外运动

红眼病初期宜冷敷眼部

每逢炎热时期,红眼病的发病率也会到一个高峰期。下面介绍几点红眼病患者的自我保健小常识:

- 1.急性结膜炎起病初期,应作眼部冷敷,有助于消肿退红。
- 2.在炎症没有得到控制时,忌用激素类眼药;病毒性结膜炎禁忌激素类眼药。
- 3.严重的急性结膜炎患者常常畏光流泪,为减轻不适,要避免光和热的刺激,也不要勉强看书或看电视,出门时可戴太阳镜,避免阳光、风、尘等刺激。

为了能使眼部分泌物排出通畅,宜降低局部温度,阻止病菌繁殖生长,眼部不可包扎或戴眼罩。

5.由于患急性结膜炎时,眼部分泌物较多,用生理盐水或3%的硼酸液清洗结膜囊后,再滴入眼药水能充分发挥其药效。

长晚

高血压患者慎用感冒药

感冒后,高血压患者服用感冒药有讲究。专家表示,高血压患者应根据自己的血压水平,来选择成分适合自己的感冒药。

专家介绍,药店里出售的各种感冒药,其成分主要有乙酰氨基酚、盐酸伪麻黄碱等。成分不同,带给人体的作用与副作用也是不同的。轻型高血压病人或者平时血压控制得比较好的,可短期服用盐酸伪麻黄碱含量较低的感冒药,但不可常用。中、重度高血压和血压控制不理想

病人,应尽量避免选用这些药物。

对于想用伪麻黄碱成分缓解鼻塞的高血压病人,可以用适量的伪麻黄碱滴鼻液,因为局部使用伪麻黄碱时,一般对血压影响相对要小。得了小感冒最好还是服用中成药,效果稳定、安全,且大多不含麻黄碱。但是含有甘草成分的中药高血压患者应慎服,甘草主要含甘草甜素,可水解成甘草次酸,甘草次酸的化学结构和作用都类似于肾上腺皮质激素,也会引起血压的升高。

黑晨

脚底日光浴防中暑

中医脚底养生,可以达到治病强身的目的。

一、敲击脚底消疲劳。正确的敲击法是以脚掌为中心,有节奏地向四周放射进行,以稍有疼痛感为度,也可以盘腿坐在床上或椅子上,把脚放在另一侧腿的膝盖上,每只脚分别敲100次左右。

二、双脚晃动促睡眠。仰卧在床,先让双脚在空中晃动,然后像踏自行车一样让双脚旋转,只要持续5~6分钟,全身

血液循环就会得到改善。

三、脚底浴光防中暑。天气晴好时,每天可以在室外让阳光直接照射脚底20~30分钟,不要隔着玻璃晒太阳,因为大部分紫外线会被玻璃所吸收。

四、揉搓脚趾防遗忘。揉搓脚趾有增强记忆力的作用,可以用手抓住双脚的大脚趾做圆周揉搓运动,每天揉搓几次,每次2~3分钟,也可用手做圆周运动来揉搓小趾外侧,只要在睡觉前揉5分钟就行了。

健康

空气

今日合肥空气有望“良好”

昨日的合肥,中午之前是骄阳四射,下午两点开始,突起大风,并伴随着小雨。局部地区随着湿度的降低,加上高气温的影响,变成霾天气。受区域雾霾影响,昨日中午省城空气质量达临界污染,一度上升至96,但由于下午的一场大风及小雨的帮忙,让省城空气“逃过一劫”。

据气象预报,今日会有大雨,预计大雨之后,合肥的空气质量将会有所好转,彻底冲刷掉污染物。今日合肥空气污染指数预计在51-71之间,为II级良标准。

记者 俞宝强

出行

高考游让机票价格回升

伴随着高考的结束,很多家长打算带孩子出去放松一下。昨日记者从民航、火车站了解到,目前机票价格开始悄悄回升,而前往上海、武汉、北京等地的动车票销售也已火爆。

据机场售票中心值班人员介绍,昨日开始,前来为孩子订购机票的家长开始增多,其中北京、昆明、西安、贵阳等旅游城市的机票非常受欢迎。目前前往各条线路上都还有不同折扣票。

此外,从合肥火车站也传来消息,按照铁路规定,目前已经可以预购暑期的火车票了。按照惯例,本周末开始,合肥火车站还将会迎来一波高考放松游。

记者 王玉

培训

我省护士培训开始报名

记者昨天从省卫生厅获悉,我省将开展手术室、重症监护、儿科重症监护、糖尿病、血液净化和伤口、造口专科护士的培训工作。符合条件的护士可于6月20日前报名参加选拔。

据介绍,报名护士需具备以下条件:具有护理大专及以上学历;有全科工作基础,并具有重症监护、儿科重症监护、内分泌科、大外科、手术室专科5年以上护理实践经验(本科学历者3年);英语4级以上程度。本期受训对象从全省二级以上医院中选拔。

记者 王松青

推荐

省直事业单位考官库考官开始推荐

2011年省直事业单位招聘即将进入专业测试环节,记者昨日从省人社厅获悉,省直事业单位招聘将建立专业测试考官库。各招聘单位和合肥高校都可推荐专业技术人员担任考官。

据悉,考官以副高以上职称的专业技术人员为主,部分机关、事业单位也需要副处级以上职务的管理人员。各招聘单位推荐的考官要涵盖本系统主要业务或专业,原则上每个专业类别推荐5-10人。在肥各高等院校按管理、政史、教育、财经等专业类别重点推荐本校特色专业教师(具有副高以上职称或博士研究生学历、学位),人数在20-50人。

记者 刘元媛

物价

合工大新专业学费标准出台

2011年秋季学期起,合肥工业大学将新增6个本科专业。昨日省物价局核定并公布了该校船舶与海洋工程、飞行器制造、新能源材料与器件和物联网工程专业,学费收费标准为每生每学年5500元;交通运输专业学费收费标准为每生每学年5000元。

此外,鉴于新增广告学专业作为艺术类专业,自2012年秋季学期开始招生,因此暂不核定该专业学费标准。记者 王玉

立信AIA国际自主招生说明会周日开场

立信AIA国际资格课程是2005年由上海立信会计学院与英国AIA国际会计师公会合作开设面对高中毕业生起点的全日制2+1/3+1海外本科课程。学生通过2年或3年在上海立信会计学院的学习,完成AIA国际会计师课程基础阶段和专业阶段I的

12门课程,取得英国AIA财会资格证书和英国AIA财会高级证书;之后学生可以直接进入与英国AIA总部合作的英国或澳大利亚国立大学,完成最后1年的本科课程,获得学士学位。

英国AIA国际会计师公会作为全球五

大会计师公会之一,是国际注册会计师、审计师的认证机构。

上海立信会计学院作为AIA在中国的学术伙伴,1928年由“中国现代会计之父”潘序伦先生创办,隶属于上海市人民政府,是中国唯一以会计命名的公办全日制普通

高等院校。

为便于学生、家长了解此项目的详细情况,立信AIA国际将于12日周日上午9:00-11:00在合肥市阜阳路银瑞林大酒店6楼瑞荣厅举办自主招生说明会,欢迎广大学生、家长莅临!