

# 资讯南京 Nanjing

最全面最及时的实用资讯

## 暴雪压境威胁通信畅通

### 中国电信江苏公司派出 370位抢修人员排除障碍

连日来,暴雪侵袭江苏境内,全省通信受到严重威胁。中国电信江苏公司2700多个小灵通基站受灾,受损的光缆、电缆总计48公里长,被压毁的通信杆路16公里(杆程),影响了1.3万多用户正常使用。中国电信江苏公司紧急动员,积极采取有效措施,全省派出370位抢修人员奔赴现场。目前,受损设备和线路已全部恢复,确保全省通信畅通无阻。

灾情发生后,中国电信江苏公司立即启动防雪救灾应急预案,紧急召开“抗灾害天气、保通信畅通”全省电视电话工作会议,成立了各级抗雪防灾小组,做好通信线路、小灵通室外天线、户外大型设施等巡查与加固工作;加强对无线基站、杆路、房屋等安全防护检查,预防积雪压垮通信设施、做好防雨雪渗漏和设备防冻措施。同时,各分公司强化24小时全

网监控工作,重点关注电力供应、线路安全和各项设备运行情况,全程监控小灵通基站、杆路、线路等全网设备的运行状况,出现险情,及时上报,并全力组织抢修;畅通报修平台,及时有效地派维修人员抢修。

1月27日凌晨3点19分,常州239省道奔牛立交桥北1000米处一个加油站门口,临时搭建的遮阳篷突然倒塌,导致承载了4条光

缆和若干条电缆线路的杆路倒杆,严重影响常州机场等地的正常通讯。随即,常州分公司立刻派抢修人员赶到现场清除障碍,进行抢修。在两个多小时的抢修过程中,工作人员站在暴雪中,竖立电杆、布放1.2公里的抢修光缆,终于在凌晨6点15分,恢复了常州机场等地传输电路的畅通。

通讯员 黄文馨  
快报记者 郭芷冰

### 生活提醒

**停水预告:**1月30日20:00至1月31日1:00,新模范马路(铁路南街至司背后)南侧用户停水,包括宏景公寓。  
南京市自来水总公司

**停电预告:**1月31日7:00-12:00停亚师1#线,范围:南师大仙林校区的亚师1#线;7:30-11:30停司背后线,范围:马台街90#、省建材研究所、广厦房产等;7:30-11:30停凤东线,范围:金陵钢厂、银河房产、油运公司、凤凰东街、公安机动大队、长江铸造厂、汇贤居2#、4#变等;8:00-17:00停葛桥线部分、普桥#1线、胜科#2线部分,范围:化工园丰华路临时电、三元小学、农科站、金星维修、石油化工、化工园公司、小营,金浦锦湖化工、龙翔电拌热#3变等。  
南京市供电公司

**停气预告:**1月31日13:00至17:00下列地区停气:泉房新村部分用户等一片;205国道梅苑小区等一片;应天西路96号天都芳庭等一片;安德里工农新村等一片。  
港华

### 剃须刀易生细菌 用两三次就要洗

剃须刀是男士生活中不可缺少的贴身用品,可却常常被忽略清洁。有的剃须刀,常年不清洁,以致滋生不少细菌。台湾调查研究显示,剃须刀的含菌数竟比马桶盖还多125倍。

北京友谊医院皮肤科主任医师刘永生表示,剃须刀不注意清洁,很容易使细菌及其他脏东西吸附在刀片上。如果脸部皮肤有破损,使用后很可能会造成感染。

刘永生建议,剃须刀要适时清洁,一般情况下,每次用完后都要清洁。刀片型的剃须刀每次使用后将刀片取出,用刷子或棉花去掉吸附在刀片上的残留物,使用上两三次后,可将刀片放入酒精内浸泡,然后用棉花擦干备用。

电动剃须刀使用上2-3次就应清洁。清洁时,先用小刷子刷净残存在刀架上的断须和皮肤屑,再用棉花蘸上酒精轻轻擦拭掉刀片上的油垢,但千万不要用一些较硬的东西去刮除,否则容易损伤刀片。

不论是刀片型还是电动型剃须刀,在清洁完后,最好在刀刃上抹些油,以防生锈。  
人民网

## 0℃以下如何正确使用空调?

### 苏宁电器专家针对四大假性故障给出专业排除方法

南京遭遇几十年来最大的降雪,室外温度一直在0℃以下。在如此低温之下,许多市民家的空调出现了各种各样的故障。苏宁电器已经安排了专业技术人员在呼叫中心现场,解答并指导用户在这种低温情况下如何正确使用空调。

苏宁电器售后服务中心经理岳从俊告诉记者,当室外温度达到0℃以下时,空调可产生的热能会随之减少,所以很多市民在使用空调时总是感觉温度达不到预定的效果,特别是在前几日的暴雪天气情况下,更是能明显地感觉到制暖效果不佳,这让很多市民认为是自家的空调出现了故障,但这其中很多都是假性故障,可以自己动手排除。他给市民归纳了低温下使用空调容易

出现的四大假性故障,并给出了专业的排除方法。

**整机不工作:**碰到这种情况,他建议先检查电源指示灯是否闪亮或蜂鸣器有无滴滴叫声,拔下插头重新插上确保电源正常;再就是需要检查自动开关是否处于关的位置、是否设定为定时开机模式、遥控器电池是否有电或正负极是否安装正确。

**空调设定制暖开机后不能立即送风:**冬天使用空调这种情况比较普遍,因为空调器具有防冷风功能,防止刚开机时吹出的冷风使人产生不适感,当内机换热器内制冷剂达到一定温度后,室内机才会开始工作,这种情况完全无需担心。

**制热时室外机冒热气并漏水:**这是空调器在除霜,因为热泵空调器在冬季制热

时,需通过室外机换热器从室外吸收热量,工作时如果室外机换热器表面温度过低、结霜,就会影响制热效果,所以空调器大都设有除霜功能,由空调器的电脑板控制自动进行,除霜时间大约10分钟左右,除霜时室外机就会冒热气并有霜水流下。

**关机后再开时外机不启动:**这是因为空调器系统有3分钟延时保护功能,在关机后需要3分钟的时间使整个系统压力平衡,以防止压机启动时压力过高,延长压机寿命,只要过了这个时间再开机就好了。

岳从俊说,如果上述的方法都不能解决问题的话,空调很可能就是出现了其它故障,需要专业维修,切不可自己拆开空调,以免损坏空调部件。  
快报记者 史丽君

## 大雪挡不住消费者购买热情

### 五星电器春节采购会迎来寒冬第一波销售热潮

尽管持续三天的大雪天气导致人们出行困难,但人们采购年货的热情却丝毫不减。五星新街口店楼层经理蒋翔说,“原以为雨雪天气会造成销售疲软,但这几天的销售,特别是上周末仍然超预期完成了销售任务。”

随着农历新年越来越近,不少家庭开始购置年货,平板电视是最大的销售热点,一方面装饰新居,另一方面奥运也催生了这一消费热潮。据悉,在平板电视购买中,以合资32英寸以上为主,价位从6000-8000元到

8000-10000元不等。

空调方面,由于气温持续零下,购买的人也不少。厂商更是联合推出了一些优惠机型来吸引消费者。如,美的小1P售价1990元、新科小1.5P售价1890元、三星1.5P售价2749元。同时单件满988元就直降100元、单件满3000元直降300元、单件满5000元直降500元。美的、先锋等制暖小家电也打出了8折的优惠幅度。在这几大主要产品的热销的带动下,其它品类也出现了销售高峰。此外,笔记本电脑

也迎来了热销,一天下来,一个卖场单是笔记本电脑就出货好几百台。据五星电器数码部相关负责人介绍,笔记本电脑在技术升级的同时,价位却整体下滑,加上越来越个性化的设计,使得笔记本电脑大受消费者欢迎。1G内存、160G硬盘、双核、带摄像头已经成为笔记本的标准配置,这样配置的机型即便是惠普、华硕等一线品牌,价位也主要集中在5000元至7000元之间,“这样的配置去年初要卖上万元。”五星电脑柜主管表示。  
见习记者 王凡

## “喜福惠”本周进入“福气篇”

### 国美电器时尚笔记本电脑和数码年货价更低

随着春节家电品类的销售热潮的日趋升温,国美“喜福惠”本周进入“福气篇”,购置一件时尚或实用的数码产品成了消费者乐意选购的年货。

在和戴尔进行全国唯一授权直供合作后,国美寒假期间,将投放充足的戴尔特价电脑资源普惠市场。戴尔笔记本电脑Inspiron1420,仅售5688元起。另外戴尔万余台2008新品寒假机型全面到货,仅仪国美。此外,戴尔电脑DIY也备受瞩目,消费者可以自己在卖场自由

DIY戴尔电脑。消费者可以根据自己的不同需求,订购真正属于自己的个性电脑。

不足6000元的笔记本电脑受到消费者青睐。活动期间,学生凭学生证购买电脑、数码、手机在享受正常活动的基础上,还可免费获得精美礼品一份。国美笔记本买就送瑞星杀毒软件;满5999元送价值288元微软无线鼠标;满6999元送价值388元贝尔金无线路由器;依型号送1G U盘、游戏手柄、国美四件套大礼包。

专业人士建议,目前

5000元~1万元的主流价位笔记本电脑适合消费者选购,这类产品普遍具备轻薄时尚的外观,性能优异,而且价格也比较合适,适合普通家庭、大学生选购。

数码产品在今年寒假中的优惠也极具诱惑力,如尼康S51S优惠价2088元,索尼T2价格小幅下降,而三星I85不足2500元售价使这款810万像素的高端卡片机更具性价比。高清摄像机逐渐成为数码市场的主流,索尼数码摄像机SR200E是不错的选择。  
快报记者 杨坤

### 健身贴士

## 上班族揉耳减压健身法

现在的上班族身心压力大,经常头痛脑热、腰酸背疼。中医药专家建议大家,不妨学学清代的长寿皇帝乾隆的保健方法——“耳常弹”。在工作间隙,或上下班途中,将耳朵揉一揉、拉一拉。每天只需花几分钟,不仅可减轻身体的不适症状,还能使人神清气爽、精神振奋、疲劳消除。

首先是摩擦耳廓。以掌心前后摩擦耳廓正反面10余次,这样可以疏通经络、振奋脏腑,对全身起保健作用。然后,用拇指、食指上下摩擦耳轮部10余次,可缓解上班族

常见的颈、肩、腰、腿痛以及头痛、头晕等。

摩擦完毕,用拇指、食指先向上提拉耳顶端10余次,此法对情绪急躁或身有病痛的人有镇静、止痛、退热、清脑的功效。再用拇指、食指夹捏耳垂部向下再向外揪拉,并摩擦耳垂10余次,可防治头晕、眼花、近视、耳鸣、痤疮、黄褐斑等症,是美容要法。

最后,再对全耳进行一次“总动员”:用食指指腹自耳部三角窝开始摩擦耳甲庭、耳甲腔各10余次,使之发热,这一手法对内脏有很好的保健作用。  
北中医

### 养生之道

## 冬季润肺养生品

到了冬季,很多人感到口、鼻、皮肤等部位有些干燥。中医认为,肺与季节的变化关系十分密切,因此要多吃些有润肺生津的食物。以下是适合秋冬季节食用的食品。

**藕:**生藕能清热、生津、止渴,熟藕能健脾、开胃、益血。故有“暑天宜食生藕、秋凉宜食熟藕,生食宜鲜嫩、熟食宜壮老”的说法。

**黄鳝:**秋冬食鳝对血糖有一定的调节作用。烧鳝段、清炖、炒鳝丝、黄鳝粥均可。

**蛇肉:**在驰名中外的南国菜肴中,秋天的肥蛇最受欢

迎。蛇肉蛋白质含量高,营养丰富,有延年益寿的作用。

**板栗:**有健胃养脾、补肾强骨的作用,板栗还有补胃之王的美誉。

**花生:**用鲜花生仁研末冲汤喝,或水煮煎服。花生不宜炒吃,原因是消化吸收不好。

**红枣:**红枣是滋阴润燥、宣肺补气的清补食品,若能与银耳、百合、山药共同煨食,疗效更好。

此外,冬季还适合食用梨、荸荠、胡萝卜、平菇、海带、番茄、兔肉,进补则宜食用人参、沙参、枸杞子、何首乌等。

## 食物中的“清毒高手”

近年来,国内外科学研究证明,高血压、中风、肝硬化、癌肿、肝炎、糖尿病等多种疾病,都与体内器官、血液等所受到的各种污染毒害有关。常吃以下食物能有效清除人体有毒物质:

1. 菌类食物:如黑木耳、银耳、蘑菇、香菇等。这些菌类含有丰富的硒。经常食用可降低血压、降低胆固醇、防止血管硬化、提高机体免疫功能,增加体内免疫球蛋白的含量,兴奋骨髓造血功能及滑肠、活血、解毒、增智等。

2. 海带:海带中的褐藻胶有治疗动脉硬化、阻止人体吸收铅、镉等重金属和排除人体内的放射性元素的作用。褐藻胶因含水率高,在肠内能形成凝胶状物质,故有助于排除毒素物质。

### 育儿宝典

## “乖”孩子有可能是“退缩儿童”

生活中,人们会用乖来形容一些孩子,他们容易管教,不争抢也不吵闹,让父母非常“省心”。医学心理学专家却提醒家长,这样的“乖”孩子有可能是“退缩儿童”。

哈尔滨医科大学医学心理学教授王丽敏说,有些孩子虽然已经掌握语言,但经常保持缄默,不主动与人交往。与陌生人接触,会令他们惶惶不安。对他们来说,在家玩玩具、静静地看电视、看书是最好的安排。这类孩子有可能属于“退缩儿童”,容易产生交往困难、言语表达能力差、在陌生环境紧张焦虑、缺乏积极性和主动性等问题。

王丽敏说,退缩行为的产生主要有两方面原因,一是天生的神经类型较弱,适应性差;二是后天的教育方式不当,如父母很少与其交流、玩耍;父母性格孤僻,很少与亲戚朋友或邻居交往,使孩子缺乏接触社会的经验。对这样的孩子,家长首先要耐心,保持态度和善、亲切。其次,要引导孩子多与外界接触,鼓励孩子开口讲话,如讲故事、念儿歌等,从家人逐渐扩大到外人。对讲话特别紧张、很难开口的孩子,家长可以买一台简易录音机,教孩子自讲、自录、自听,逐渐引导他们与家人、小朋友对话。父母应注意发现孩子的点滴进步,及时给予鼓励和表扬。若经过一段时间锻炼情况没有改变,则要带其去正规的心理咨询机构进行矫治。  
曹霁阳