晾晒指数 1级

有降水,建议不要把衣服晾外面!

晨练指数 1级

湿度太大,天气不好,不建议室外晨练。

人体舒适度指数 0级

人体感觉舒适,气温最可接受。

给手术病人 千万别送花

春暖百花开,送花、养花都有大学问

元宵节前夕,天气转暖,很多花商都开始储备花卉。记者发现,由于气温上升,目前南京市场上的花卉明显比春节期间丰富了很多,前来咨询和购买的市民也有所增加。然而专家提醒,送花固然美丽时尚,但也要注意健康。

给这三类人送花要谨慎

南京市中西医结合医院内科主任鞠娟介绍说,鲜花虽然美丽芳香,却不宜作为礼物送给一些患者。比如对于有支气管炎、气管炎、哮喘的患者来说,室内最好不要摆放鲜花。而对于过敏体质的人来说,花粉、花香都有可能引起不良反应,出现胸闷、咳嗽症状。由于花粉可能会让病人打喷嚏,给手术伤口带来压力,因此动过手术的患者最好也要暂时远离鲜花。

室内养花数量不宜太多

该院内科副主任医师李芳介绍说,水仙、丁香、兰花等,香气浓,容易造成人体神经中枢兴奋,如果闻久了还会引起头晕甚至失眠。这些花在室内养的数量不宜太多。一般来说,在12–16平方米的空间内,大型绿叶植物不要超过3盆,小型的不要超过5盆。否则,可能会让人感到“缺氧”、烦躁、头晕、恶心。而在晚上睡觉前,记得把花卉从卧室移开,以免和人争夺氧气。

另外,喜欢养水仙的市民要格外注意,水仙茎叶中的无色透明黏液有毒,误食可能引起呕吐、腹痛,严重的还可导致昏厥,所以,有宝宝的家庭最好把水仙养在宝宝够不到的地方。

搬进新房不妨养养这些花

专家说,室内特别是刚装修好的新房,最适宜摆放一些四季常青的花木或能吸收有毒气体的品种,如吊兰、文竹、仙人掌、龟背竹、常青藤等。

其中吊兰、芦荟可帮助清除甲醛;龟背竹在夜间可吸收二氧化碳;美人蕉可吸收二氧化硫;石榴能降低空气中的铅含量;海桐可以吸收光化学烟雾,还能防尘隔音;石竹有吸收二氧化硫和氯化物的本领;月季、蔷薇,这两种花卉可吸收硫化氢、氟化氢、苯酚、乙醚等有害气体;菊花、铁树、生长藤可以减少苯的污染。

通讯员 杨璞 朱群
快报记者 刘峻

远古蜻蜓个头比老鹰大

快报讯(记者 胡玉梅)伴随气温升高,各种小动物也纷纷出来亮相了。蝴蝶、蜻蜓……现在的蜻蜓都是小个子,微不足道,两个翅膀加起来还没有手指长;但是,远古时期的蜻蜓,你想过吗?它的形体比老鹰大,翅膀张开足足有2米长!最近,中科院南京地质古生物研究所的周志炎院士,冯伟民、许汉奎、傅强等编纂的《远古的悸动——生命起源与进化》,为市民揭开了一个《阿凡达》的世界。

看过《阿凡达》的人会惊讶,怎么影片中的生物个个都是大块头?中科院南京地质古生物研究所的冯伟民研究员笑了,“现在大家看到的蜻蜓都是很小的,但在远古时期,蜻蜓大着呢!”

3亿年前,这些巨型昆虫盛行一时。那时大部分陆地都在热带,植物繁盛,但经过大约5000万年,这些巨型物种消亡了。“科学家们曾发现二叠纪巨型蜻蜓的化石,它与现代蜻蜓很像,但是却大到‘惊人’,它比老鹰还要大,翅膀张开简直大得让人目瞪口呆。”冯伟民说,但那样巨型的蜻蜓因为个头超大,飞得不太快。不仅蜻蜓是大块头,就连虾子和蝎也是大个子,比如在中国澄江动物群发现的最大动物,竟然是“虾”,它是身长可达2米的奇虾,拥有一对大型捕食器。而海蝎的个头也有2米多长,蜘蛛有吊兰大小,千足虫有一米来长……

为什么远古生物个个都是大块头?冯伟民说,那时候地球大气层中氧气的浓度高达35%,比现在的21%要高得多。许多节肢动物是通过遍布它们肌体中的微型气管直接吸收氧气的,所以高氧气含量能促使昆虫向大块头方向进化。

冯伟民还透露,地球现在是46亿岁,而原始海洋就有40亿岁。最初海洋里的海水,并不是咸的,而是淡的。

资料图片

》门诊故事

一切和我们的健康相关

偏头痛睡不着 她狂吞止痛药

专家:早春偏头痛高发,滥用药物不可取

快报讯(通讯员 张子青 记者 安莹)昨天,记者从南京市第一医院神经内科获悉,从大年初七上班至今,到该科就诊偏头痛的患者有近百人,昨天一个上午就有15人来就诊,以女性居多。专家指出,春季是偏头痛的高发期,在治疗过程中不可滥用止痛药。

44岁的张女士女儿上高二,上学期期末考试4门不及格,随着3月20日小高考的来临,张女士的心也开始不安起来。从年前开始,张女士就出现失眠的症状,年里拜年,家务繁忙,张女士开始经常头疼,特别是太阳穴部位经常跳疼。张女士狂吃止痛药后,感觉症状有所减轻。但开学后孩子考试还是出现三门红灯,张女士心情郁闷,连续三天晚上只能睡上两三个小时,白天走路“发飘”,请假到市第一医院神经内科就诊,专家确诊其患上了偏头痛。

南京市第一医院神经内科周俊山介绍,偏头痛是一种发作性颅内血管收缩、局部血流减少,引起视觉症状,继而引起颅外动脉扩张,出现头痛,发作时会出现持续性搏动性疼痛,并导致恶心、呕吐等症状。偏头痛具有反复发作的特点,很多人不把偏头痛当病,出现疼痛时就随便吃点止痛药,这是不可取的。滥用药物不但治不了病,还会加重病情。

鼓楼电大 学历教育
公办学校 业余学习 教育部电子注册
本科(专升本、可授予学位):会计学、工商管理、行政管理、小学教育
专科:会计学、工商管理、行政管理、电子商务、现代文员、旅游管理
成人高中同时招生
报名及上课地点:湖南路82号(湖南路商场东侧)电话:83211339、51900299

拉丁舞
①山西路建伟大厦7楼A5(军人俱乐部对面)②新街口建华大厦1001室(大洋百货旁)T:83908713

服装培训对外招生
3月5日开学(推荐工作)
政府补贴失业者学费。全科培训,教学规范,合格发证。南京白下路314号金陵科技学院北大楼209室
电话:025-84418824,86632398 http://njzyfzpx.cn

建造师、造价员、质检员
施工员、资料员等八大员培训,建设部门定点培训机构,权威正规,通过率高!
电话:84715756、84202695、84202609
地址:新街口俞家巷21号建邺区党校422室

色韵东方彩妆 专业培训机构
2009新丝路中国模特大赛 江苏赛区唯一指定化妆造型
提供外地住宿
国际化妆师就业班 * 化妆造型精英班 * 专业影楼化妆班
新娘跟妆师速成班 * 专业美甲全能班 * 自我形象提升班
▲名师团队▲真正的小班授课▲免费试听▲预约报名可减学费▲推荐就业
TEL:025-84846008 13770338088 总部:珠江路华海广场办公区608室 www.njseyun.com

监理《三控》
免费公开课
时间:2月27日 9:00-12:00 地址:东大榴园宾馆第二会议厅
★《协议过关班》同时热招★
金陵万国:83350701、83350709 名额有限,电话预约

教师证、会计证、工程师
经济师、大专本科时间快
025-84791791,13505188922 正洪大厦20楼[裂变教育]

诚聘教师
仙林大学城附近某职业学校招聘老师,科目为:机械制图,动漫设计与制作,动漫绘制员,计算机高级工培训,程序设计,数据结构,软件工程。
联系电话:025-58716871 张老师

服装培训
时装制版、设计,外贸制版,服装电脑CAD免费,上岗培训,合格发证,推荐工作
地址:南京市军农路14号校综合楼608室
025-83835077,13951745668 www.njfzxx.com

省电大(钟山点)招生
大专班:行政管理、建筑施工、工程造价、电子商务、汽车维修
本科班:土木工程、行政管理
另招:成人高中、中考强化、少儿美术、造价师、中小学一对一
地点:南京中山北路202号215室 电话:83425296

夫子庙 南京航天管理干部学院
2010会计证 3月9日开课
省级会计继续教育
会计总账实践、电脑 地址:夫子庙瞻园路126号
电话:52312311 86628572 13770949252

文凭职称 网上可查 国家承认
中专、大专、本科;职称;职业资格证
淮海路2号 18913958566、66911616 厚诚教育

会计证 450元 3.14日开班
出纳证书班:出纳+人力资源+用友(含证书)3.7双休班、3.8晚班
总帐证书班:含行业总帐+税+报表+人力资源+用友(含证书)
华文学校,86872298
新街口建邺区党校413室

南京翰林卫校2010年春季招生
◆中专、大专、本科:护理、助产、社区医学、口腔医学、医学影像、检验、药学等。
电子注册、全国通用 网址:www.jshlwx.com
我校负责执业助理医师、护士资格考试报名,2月28日报名截止。
地址:南京市雨花台区委党校院内翰林卫校
电话:025-68865326 13405807683

人力资源、建造师特招
最高通过率97%
人力:供内部论文,帮指导修改;建造:免费预培+考前强化,滚动开班。
83787183 冯老师、13813382260 李教授
虎踞路108号河海大学科贸楼

南京新华电脑学校 新华电脑
南京市教育局先进办学单位 http://www.xhdn.org 签订合同 包推荐就业
①一年制高级全能专修班②电脑艺术设计师班(7个月)③电脑全能应用速成班(4个月)④室内装潢设计师班(6个月)⑤网络工程师班(6个月)⑥动漫设计(1年)
短期班:◆电脑应用技术与办公自动化◆平面设计◆图形设计◆方正飞腾◆电脑维修◆专业网页制作◆动漫
报名上课地点 ①南京中山东路145号全民健身中心8楼(新街口东站旁、地铁新街口站向东300米)电话:(025)84402432
②南京中山南路224号诺亚商务大厦(三元巷车站、地铁张府园站向北100米)电话:(025)84202602

国家硬件维修工程师培训
工业与信息化部电子教育与考试中心
1.台式机硬件维修培训 5.硬盘硬件维修培训
2.笔记本硬件维修培训 6.综合班(长期和短期)
3.显示器硬件维修培训 7.就业班100%包就业
4.打印机硬件维修培训 所有课可以免费试听
地址:南京市太平北路120号F2
网址:WWW.SCDNPX.COM
电话:025-83378122

秦淮电大招生
公办学校 业余学习 教育部电子注册
专科:工商管理、会计学、法学、行政管理、社会工作
本科:工商管理、会计学、法学、行政管理
报名地点:三山街金沙井34号(三山街地铁站4号出口旁)
招生电话:86624886、52215507
成人高考辅导班、会计上岗证培训班、电工、焊工培训班(安监局指定培训单位)、成人夜高中同时招生。

南京大学 现代远程教育专升本热招中
招生专业:英语(商务英语)、法学、行政管理、金融学、保险、数字媒体技术、国际经济与贸易、信息管理与信息系统、资源环境与城乡规划管理、市场营销学、旅游管理
学历文凭:南京大学本科证书,符合条件颁发学士学位,教育部电子注册,国家承认。
报名时间:即日起截止至2010年3月30日
时间:8:30–18:00(双休日不休息)
报名热线:025-83688829、81775952、81775953
报名地址:汉口路22号南京大学南园教学楼117
网址:www.njude.com.cn(可以网络预报名)
咨询QQ:447605616 407650301
溧水经贸学院报名点:56223297 83688829
大厂图书馆报名点:57029677 83688829
江宁图书馆报名点:52191604 83688829
栖霞图书馆报名点:85348161 83688829

白下电大本专科招生
公办学校 业余学习 教育部电子注册
本科:工商管理、会计学、小学教育(专升本、可授予学位)
专科:工商管理、现代文员、会计学、电子商务(初中生可报)
成人高中常年报名
报名、上课及考试地点:中山南路大砂珠巷1号 电话:52252768 www.njbxtvu.com

奥鹏教育 天天向上 2010春季网络学历教育招生进行中
抽空把大学上了!
高起专·高起本 专升本·本科二学历
▲招生专业:行政管理、汽车应用技术、会计学、土木工程、工程管理、法学、金融学、国际经济与贸易、计算机科学与技术、化学工程与工艺、电气工程及其自动化、机械设计制造及其自动化、安全工程、环境工程、广告学、保险学、师范类、临床药学、英、日、韩语、对外汉语、工程造价管理等。
▲招生高校:北京航空航天大学,南开大学,大连理工大学,天津大学,北京语言大学,福建师范大学。
南京奥鹏直属学习中心
★电话:84731733 84705622 陈老师
★地址:南京市中山路81号华夏大厦1304
www.njopen.com.cn www.open.com.cn 400-810-6736

南京大学 成人高考辅导班招生
2010年成人高考班在鼓楼校区由南大教师上课,教学效果好。
专科:文科。专升本:经管、理工、文史、法学类,及政治、英语辅导。
报名地点:南大南园教学楼二楼办公室。 电话:83592358

招生咨询热线:025-8653 2389
设计师培训 青东 GREEN EAST
网址:www.NjVisual.com

①交报名费500元→②证书档案办理毕→③再缴清学费
快拿学历·职称·执业资格
北京高校直属辅导站,正规办学单位,证书真实、合法、有效。 www.jsbjcc.cn
电话:025-66677072、66677073 江苏科技大厦2303招办(认清校址,谨防假冒)

南京技师学院职业培训教育集团
东方数控培训
面向社会培训高级数控人员,打造高薪技术人才,开设数控车、数控铣、加工中心等专业。集团师资雄厚,设备全省一流,校园环境优美,教学规范,安全可靠,以实践为主,多方开发学生思维。合格发《中华人民共和国职业资格证》,全国通用,出国有效。免费试学,高薪就业。 技能+学历
★数控全科班(一年半):系统学习普车、数控车、数控铣、加工中心等专业课程。
招生热线:025-85796589 发双证,全部安排就业。欢迎您前来参观学习。
校址:南京市仙林大学城学海路29号南京技师学院 www.njjsxx.cn