

防晒别别窍

挑遮阳伞 不妨看看地上影子

颜色越深,防晒效果越好

快报讯(记者 刘峻)夏至到了,一年中最热的时候也将随之到来,市民要注意防晒避暑。而提到防晒,很多市民都会想到遮阳伞。专家提醒,防晒选伞有讲究,为了健康,马虎不得。

随着夏至的到来,光照更加强烈,记者在南京各大医院采访时了解到,近日日光性皮炎的患者骤然增多,而其中一些人,看上去防晒措施做得很不错。来南京市中西医结合医院就诊的何女士,就是因为用了不合格的遮阳伞,患上了日光性皮炎。

南京市中西医结合医院皮肤科主治医师杜长明介绍,伞

面是衡量防紫外线效果的关键。棉、丝、尼龙面料都不如涤纶的好。伞面料应挑选织物紧密的,缎纹织物的最好,然后是斜纹和平纹;面料颜色越深越好。但经阳光照射后容易变黑,而且最好选择银胶在里面的,这样不易脱落。另外,雨水对防晒涂层有腐蚀作用,为了保持遮阳伞的防晒性能,最好不要把遮阳伞用来防雨。



狂吃李子圣女果 突发尿结石

快报讯(通讯员 徐敏 记者 安莹)炎炎夏日,各式各样的新鲜水果上市了。近日,记者从南京市第一医院获悉,因长期食用一些含糖较高的水果,导致尿路结石的患者不在少数,其中,学生和白领最多。

收入颇丰,生活中的他也非常讲究合理饮食,他平时晚上很少吃饭,尤其是夏季,除了在外应酬,每天晚上只吃些水果,如圣女果、李子等。前天,他与同事打完羽毛球回家后,冲完澡就坐在电视机前边吃水果边看世界杯,不一会,他突然腰腹疼痛起来,连起身都很困难。他赶紧拨打120,随后被送至市第一医院救治。医生结合化验报告和其疼痛部位确诊其患上了尿结石。

据该院泌尿外科沈明顺副主任医师介绍,夏季是尿路结石发病的高峰季节。这与天气炎热、人体出汗多,导致尿液浓缩,容易形成结晶、结晶有关。此外,一些热带、时令水果,如草莓、橙子、圣女果、李子等,如同菠菜一样,本身就属于草酸含量普遍较高的食物,吃多了这类水果也可能使尿液中的草酸钙饱和度增加,促进草酸钙结石形成。

空气指数

抬头看,南京天空湛蓝一片……可昨天,南京的空气质量指数99,离污染线只有一步之遥。这样的结果让人有些吃惊,以往这样的蓝天,空气可都是优秀啊。

阳光不错,空气却不咋的

昨天,阳光不错,但并不意味着空气质量也一样优秀。南京空气质量结束了连续的污染天,缓慢回到良好行列。但99这个指数还是让人捏了把汗,因为它距离轻微污染只有一步之遥。全市九个国控点,山西路、迈皋桥和仙林大学城空气质量指数都在100以上,为轻微污染。

江南九区现有上千个工地

沙尘暴,工地施工,秸秆焚烧……今年以来,不少市民感到天空常被灰蒙蒙的尘埃笼罩。空气质量也不咋的。据悉,目前南京江南九区现有工地超过1000个,部分工地占地近10万平方



你的心情会受天气影响吗?你的生活会因天气而改变吗?开心的,不开心的,欢迎一起来韶韶。每周我们都会评出一个最积极参与奖,30元话费等你拿!

互动通道

移动用户发送短信到1065830096060
电信用户发送短信到10659396060
联通用户发送短信到1065596060
你也可以投稿到jstq@hotmail.com
(请注明“韶天气”,留下真实姓名)

里,这些大规模“开膛破肚式”的作业让南京大气中可吸入颗粒物指标居高不下;如果近期即将开工的更多市政城建项目大面积同时上马,南京城市空气质量将会出现较长时间的“脏天气”。据了解,南京环保部门正着力针对扬尘、工业排放和机动车尾气这三大污染源,开展系统、全面的整治工作。

今年“蓝天计划”完不成了

记者从南京市环保部门获悉,今年南京空气质量明显差于去年同期,空气中可吸入颗粒物平均浓度也超过了国家二级标准。2010年南京的“蓝天计划”是320天,意味着全年空气质量最多只允许出现45天不达标,但是从数据来看,截止到昨天污染天是34个,“污染指标”仅仅还剩下11天。和往年相比,南京的“蓝天计划”要到12月份才能见分晓,如今上半年还没有结束,“污染指标”已经用掉了这么多,不少环保专家甚至表示,按照这样的情形,今年的“蓝天计划”铁定完不成了。

快报记者 安莹

大家韶天气 送出30元话费!

“大家韶天气”栏目自开办以来,众多读者积极参与,发了很多创意短信。经本报编辑部评选,读者练红宁6月8日报的“高考到,鸟儿不许叫”语言最诙谐,获本周大奖,奖励30元话费。其他读者也加把劲喽!每天发条短信,很可能,下周30元话费就是你的了!

老天也是个爱撒谎的孩子

读者葛女士:好几天都说要下雨,却一直没下,老天原来也是个爱撒谎的孩子啊!
读者宋菊:天气越来越热,路越来越堵,车越来越多,心里更是烦躁不安。司机朋友,夏天开车可要小心“情绪中暑”哦!
读者张红卫:今天正好是夏至,天气闷热不舒服。养生保健调情志,降温防暑要重视。
读者梅先生:天气预报说梅雨季节来临,这几天有中雨大雨,我出门都带着伞。但是,也没见到有什么雨点。相反,天太阳灿烂。



▲一只鸟儿正在枝头小憩。昨天下午4点左右,湛蓝的天空可见一轮淡淡的月影。快报记者 汲波 摄

天文奇观

这次,天狗不再温柔……本周六,会猛“啃”月亮

快报讯(记者 胡玉梅 通讯员 马伟宏)如果说元旦的“天狗”太温柔,只咬了月亮的一点点边而已,那么,6月26日的“天狗”肯定会凶猛得多,因为它会吞掉月亮的大部分。由于本次月偏食发生在日落不久,天还很亮,这为人们拍摄“创意”月食照片创造了有利条件。

据天文专家介绍,发生在26日的月偏食,食分为0.542,相比元旦的0.08分,大了很多。如果幸运,市民可以看到月亮被咬掉一大半。“和以往的农历十五相比,本周六我们看到的月亮并不是一轮圆月,而是一轮残月从东边升起,稍稍等20分钟,就达到了鼎盛,月亮的绝大部分都会被覆盖。当晚9点钟,月亮再次变成圆月。发生时月亮一半白,一半古铜色。”专家说,如果天气晴好,这个周六,市民抬头就能看到月亮变“戏法”,而且,发生在夏天的上半夜,观看不用担心着凉。

专家说,由于刚刚日落不久,天还非常亮,可以为人们拍摄“创意”月食照片创造有利条件。如果天气晴好,天文专家希望众多爱好者珍惜这次非常好的机会,充分发挥自己的想象力,拍出更多有趣的月食照片来。

生活直通车

- 家电维修
- 电脑维修

家电维修

金陵便民服务网
专业空调、精修、移装、充气、保养
精修彩电、背投、液晶、电脑、冰箱、微波炉
洗衣机、热水器、灶具、油烟机、疏通、保洁、专业太阳能维修、移机、升级、家装、水电
城市:83806522 城北:85525852
河西:96391311 城南:52975886

天宇空调
专业维修、移机、免费上门检测、搬运、清洗
鼓楼、建邺86518823 白下、玄武84612098
江宁、秦淮52106571 下关、栖霞86512023

苏宇空调
专业移机、维修、一级单位
鼓楼、玄武、下关 86434500 栖霞、浦口 85698089
江宁、秦淮 52635517 建邺、白下 83203987

雪陆空调
专业移机、维修 一级单位
鼓楼、玄武、下关 86559501 栖霞、浦口 85699508
江宁、秦淮、雨花 86559502 建邺、白下 86552775

千佳空调
专业移机、装机、精修、质保三年
免费上门检测、搬运、清洗(回收、出售)
鼓楼、玄武86656732 建邺、下关86608233
白下、秦淮51577977 栖霞、马群51637773
浦口、大厂51794800 江宁、雨花81618309

苏美空调
专业移机、维修、装机、免费加氟、搬运
鼓楼、玄武、下关 86656045 白下、建邺83619913
江宁、秦淮、雨花 82092955 栖霞、浦口 85150832

现代快报传播有限公司分类广告便民店(可上门服务,用户也可就近选择办理业务):
总部:洪武北路55号置地广场一楼现代快报 84783581、84783538
建康路:建康路423号方联超市巷口内 84404589、84456821
南湖北路:南湖北路129号2幢106室南湖公园南大门旁 86564459
86604837
大方巷:大方巷 鼓楼三条巷18号1-1 电信局东门斜对面 86636781
莱凤店:莱凤门莱凤新村51号101室(莱凤街菜场斜对面院内) 52300672、52315677
后标营:光华东街光华园1栋(门面) 电话:84499683
秦店:秦店门内高第街24幢53号101室(苏菜馆对面) 52633449、52624312
大厂:大厂园东路95号(一匹马广告公司二楼) 57060924
建康路:建康路423号方联超市巷口内 84404589、84456821
三牌楼:三牌楼大街160号(楼子巷小区内) 83450236、58706211
长营村:十字街70号18楼107室 85525150
江宁:江江北沿路168号-6、103底站向前 52283256
杨将军巷:进香河(菜场东门)老虎桥5号105 84785564
宁工新寓:草场门大街246号(烟酒店内) 86289095、86288821
浦口:浦口珍珠街46号(服装商城附近) 58409565

服务到家便民网
专业空调维修,移机(一级单位)
全市热线:84432328 83372328

苏友空调
专业维修、移机(一级单位)
白下、秦淮 84326953
鼓楼、玄武 83612372
建邺、下关、栖霞 86435193
江宁、雨花 52860405

便民网空调
快修、加氟、装机、移机、(回收)收
专 84624762白下、玄武质保
66068905鼓楼、下关 质保
快 86506705建邺、秦淮
捷 52444055江宁、雨花

美宁快修空调
专业维修、移机、质保、价低
建邺、鼓楼 86076177 下关、栖霞 85192392
白下、玄武 83822761 江宁雨花秦淮 52624462

江宁空调
专业维修、移机、装机、免费上门,质保3年。
江宁、秦淮、雨花:52106571
鼓楼、玄武、下关:86512023
建邺、栖霞、白下:84612098

现代快报征订热线
长虹 52450301; 南湖 86452745;
龙江 86217029; 大方巷 83478650;
河南南路 58817919; 瑞金路 84621887;
海福巷 84231837;
江宁 52136345;
小市 85830379;
长乐路:52300463

江苏省人民医院
妇科专家王淑玉
教授每周四在总队南京医院公益
坐诊(免高级专家挂号、诊疗费)

总队医院举办“爱赠金陵”著名妇科专家对疑难杂症爱心会诊活动”。届时将特邀江苏省人民医院知名妇科专家王淑玉教授(每周四上午)和在保宫、保宫治疗方面独具一帜的资深妇科专家张玉文主任(每周二下午、周五上午)等多位权威妇科专家联合坐诊,对子宫肌瘤、卵巢囊肿、宫颈疾病、子宫内膜异位症、妇科肿瘤、不孕症等妇科疑难杂症进行会诊。让你和自己梦寐以求的专家面对面,亲身领略权威专家治病的风采,让名医为你开良方,选好药,送健康!当前看病难更多地体现在看专家门诊难的问题上,为了获得知名专家的诊疗,人们不得不花费大量的时间和精力去排队挂号。要想得到王教授和张主任这样经验丰富的专家诊治是不易。总队医院急病人之所急,想病人之所想,给百姓提供这样一次难得的著名专家公益活动,还将免去50元高级专家挂号费及诊疗费(按普通医生挂号即可),患者只要提前电话或上网预约挂号省掉了见大专家排队挂号的麻烦,让您有机会在第一时间内得到国内一流妇科专家的亲诊。名额有限,敬请提前预约!)

江苏总队医院妇科
国家二甲,省市医保定点
省文明单位,节假日不休息
咨询电话:025-85551626
025-85613558
网络咨询:www.wjnyjy.com
QQ咨询:619133666
医院地址:和燕路东井亭·红山动物园地铁站旁。

扬子便民网
专业空调、维修、移机、充氟、太阳能。
城北:85210005, 城南:84612528, 江宁:52950028

五星快修空调、冰箱、移机。
52384442
利民 精修空调、加氟。85100511
浦口/大厂 空调、移+修+洗+氟。66032231

苏的空调
专业移机、维修、国字单位
免费 4006-025-001 市区
热线 025-52650571 连锁

新华空调
专业移机、维修、一级单位
建邺、雨花、秦淮:86633742 鼓楼、玄武:84440023
下关、栖霞、浦口:52601756 白下、江宁:57714409

五星空调
专业维修、移机、充氟(一级单位)
鼓楼、玄武:83999616 建邺、白下:51907800
下关、浦口:66068326 江宁、秦淮:66035284

法制现场便民网
(法制服务精神,规范维修市场)
高技术维修团队精修空调、移机、冰箱、彩电、洗衣机、电脑、微波炉、热水器、油烟机、灶具、水电、疏通、保洁、全市连锁。
服务热线:86030255、52994836

永杰 空调修、装、(移包运),保3年,售。全市连锁:86453738
雷宇 空调、移、修、收、售,快速上门。85370402

诚信便民网
专业空调、冰箱、快修、移机、充氟、维保(回收、出售)
城中:85622011城北:86661882
级:建邺城南:51860533城西:52896011

第十六届启德教育全国巡回展
主办: EIC 启德教育 浦发银行
留学服务 出国培训 SPD BANK
2010国际教育联展
现场面试快速录取:10国近70所精选名校现场招生
低龄留学发展论坛:指导高考生如何填报留学志愿
名师面授高分秘诀:托福.SAT满分教母免费公开课
特设奖学金咨询区:订造个性化省钱留学计划
世界名企带薪实习:抢占世界500强名企实习机会
南京站:6月27日(周日)14:00-18:00
中山路75号中心大酒店百花园
www.eic.org.cn 网上预约,由“VIP通道”快速进场!
预约热线:025-86993388
三重惊喜大奖来就抽
品牌笔记本电脑、手机、世博会门票