问吧 有问题 找问吧

生活百科、寻人寻物、困难求助……
不管问题大小,我们都帮你问到底。
当然在这里,我们更希望的是你帮我、我帮你、大家帮大家。

互动方式
■直接拨打 96060
■登录我能网 www.wonengw.com(新浪微博和腾讯微博账号可直接登录)"求帮助"版块,点击"我要提问"

准备"造人",能吃膏方吗?

周小姐:我和老公计划要孩子,想先调理一下身体。不知道我备孕期间,能不能吃膏方?

全国名中医、南京博大肾科医院的邹燕琴博士说,准备怀孕的女性可以吃膏方调理进补,而且丈夫也应该吃。

邹燕琴说,中医认为,女子以气血为本。女性的月经、怀胎、生产、哺乳都离不开血的滋养。女性怀孕前吃膏方,创造健康的母体环境,对大人小孩都有好处。同时,也有助于提高怀孕后的抵抗力。同样,男子如果处于亚健康状态,精子活力和质量都不会好。吃有针对性的膏方,把身体调整到最佳状态,可以提高精子的质量,让宝宝有个优良的起点。

该院的王钢教授介绍,中医有"补身先补肾"一说。肾气强健了,包括性功能在内的人体各项机能都会跟着强健起来。他有好几位男病人通过膏方进补,不仅改善了亚健康状态,还提高了性功能和精子活力,成功使妻子怀上了孕。

邹燕琴说,现在越来越多的年轻夫妇都会在准备要孩子前一起来开膏方。不过要注意,怀孕后就不要再吃膏方了。

通讯员 严悦 现代快报记者 安莹

驾照 资料图片

有网友日前发微博称,11月10日,一名19岁留学生Yichun Xu,在规定车速30英里的住宅区街道上开到了70英里,相当于112公里/小时的速度,从侧面撞上一辆宝马车,导致该车内四人重伤。11月15日,这名中国留学生被控四项驾车攻击罪。据当地警方调查,这名留学生只有中国的驾照,没有国际驾照。这加重了对他的处罚。这则微博也引发了一个话题:国内的驾照,无法在国外直接使用吗?

国内驾照,出国能直接使用吗?

现代快报记者从南京车管所了解到,每个国家和地区,对中国驾照的认同度不一样。就拿美国来说,政策也很复杂,有的州允许有15天的过渡期,即拥有中国驾照的司机,到了那里之后,在15天之内,可以凭中国驾照开车,但过了15天,就应当换取当地的驾照,而且需要考当地的法规等内容。但在有些州,如果没有换取当地驾照就驾车,按无照驾驶处理。

因此,南京市车管所的一位负责人建议,出国人员一定要留意当地的交通法,不能以为自己在国内获取了驾照,在国外就拥有驾驶资格。据现代快报记者了解,目前只有比利时一个国家跟中国签订了互认协议,中国的驾照可以直接在比利时使用,比利时的驾照也可以直接在中国使用。

南京市车管所负责人介绍,除了比利时之外,其他国家的驾照,如果是C1照以下的驾照,换取中国驾照,必须要参加科目一考试。换取C1照以上的驾照,要参加科目一和科目三的考试。如果没有换取中国的驾照,交警同样认定为无照驾驶,并不存在"国际驾照,全球通用"的说法。

现代快报记者 朱俊俊

冬天赖床有利健康?

专家:起床的确宜慢不宜快

已经到了"起床靠毅力,洗澡靠勇气"的冬天,早晨最难舍的莫过于暖暖的被窝了。最近,一条名为"赖床五分钟有助预防头晕"的微博被网友疯狂转发。赖床真的有如此功效?

【有此一说】

"喜讯:赖床五分钟有助预防头晕。起床第一件事是什么呢?对,你应该在床上多赖上五分钟!夜间睡觉时,身体各处系统及关节都属于半睡眠状态,如果马上起床,身体尚未适应工作状态,会出现头晕、心慌,甚至四肢乏力、反应迟钝等现象。"

【专家说】

南京市中西医结合医院大内科主任鞠娟介绍说,无论从西医保健还是中医养生的角度,早上起床的时候的确宜慢不宜快。尤其是脑供血不足、颈椎病患者和心血管疾病患者等更要注意。比如临床上经常会遇到有的患者起床太急,上厕所的时候突发脑溢血的病例,这是非常危险的。还有椎动脉型、交感神经型和混合型颈椎病患者,早上起床时如果突然起身,容易导致大脑供血不足发生眩晕。清晨人体的血管应变力最差,骤然活动也易引发心血管疾病。

专家建议说,早晨起床前,不妨先躺在床上闭目养神5分钟左右,等头脑清醒、身体适应了,再慢慢起床。这5分钟在床上,不妨先躺着伸伸懒腰,用双脚互相搓搓脚心(中医涌泉穴所在位置),用手先做个干洗脸,有助于提神醒脑,振奋精神。 通讯员 杨璞 现代快报记者刘峻

枕头翻过来就能睡得香?

"把枕头翻过来,凉的一面可以让你睡眠更好。"最近,这条微博被转发了数万次。入眠困难的网友发问,这招是否真的有效?

南京市中医院主任医师谢英彪认为,这么做不但无助于入睡,反而有可能把睡意"吓跑"。谢医生说,一般材料的枕头,温度都是和室温相当。他认为,睡不着的时候把枕头翻过来或者换个枕头,这一动作很可能使大脑兴奋,反而"睡意全无"。谢医生说,枕头的高度以压缩后一个拳头高为宜。他说,过高过低都会造成肩颈部肌肉疲劳,影响睡眠质量。

现代快报见习记者 赵凤娟

帮你问

把海螺放在耳边能听到海的声音?

市民邱小姐拨打现代快报96060热线询问:朋友从海南带了个大海螺送我,说让我听听大海的声音。我把海螺放在耳边,果真有声音,"呜呜"的。我弟弟说,那不是大海的声音,是血液流过静脉的声音。他说是看微博上说的。我很好奇,海螺里的声音,到底是什么?

南京大学声学研究所一位老师说,邱小姐听到的声音,不是大海的声音,也不是"血液流过静脉的声音",而是周围环境的声音。他解释,海螺的壳是硬的,形状为喇叭状向外张着,形成了一个声波收集装置。当周围环境的噪声,进入到海螺里面,碰到海螺内壁会反射,就像光遇到介质会反射一样,反射的声音再传进人的耳朵里,就是邱小姐听到的所谓"大海的声音"了。

这位老师称,如果邱小姐处在一个十分安静的环境,把海螺放在耳边,就听不到声音了。

现代快报见习记者 张玉洁

水杉林地面上怎么会长出"木疙瘩"

地上的"木疙瘩"

杨先生:我是高淳县桠溪镇永庆村村民,前几天,我发现村里的水杉林地面上,长出几十个大小不一的"木疙瘩"。"疙瘩"都是一些湿润的木头,小的像鸡蛋,大的用两只手掌也包不住。这片水杉都有20多年的树龄了,这种"木疙瘩",我还是第一次见到。

南京中山植物园李梅博士解释说,这些"木疙瘩"是水杉的气生根,也可以称作呼吸根。水杉生长在湿润的土壤中,根部容易呼吸不畅,这些气生根长出地面,帮助呼吸。

(高先生供图,稿费50元)

见习记者 方舒 现代快报记者 顾元森

广告加盟热线:84214095 淘房超市 每周一、三、五见报

德基大厦
480m² 1000 万宜投资已收五年租金300 万 52471840
228m²638 万顶级 5A 级智能写字楼 52471840
565m² 1568 万含税全新品质装修 52471840
480m² 1368 万企业财富地位象征总部基地 52471840

夫子庙别墅 250+200m²688 万秦淮河畔全新欧式豪装 150 万前庭后院屋顶花园车库 52471840
夫子庙别墅 295+200m²768 万得房率高七室三厅院 200 平米品质豪装 52471840

幕府佳园
特价6跃7层109m²
全明 南北向 地铁口
新空房价低 115 万
13057503596

特价门面
5/18F 540m² 675 万写字楼解决疑难杂症免费代办过户 15380783417
1-2F 1783m² 3265 万正规门面位子极佳两证齐全 15380783417
4F 2213m² 2570 万 4A 写字楼送车位位子极佳两证齐全 15380783417

鼓楼区
南秀村 7 号 18F 65m² 137 万全明环优型佳 13851512588
南阴阳营 4/6 54m² 90 万 精装南北全明 13851512588
虎踞关 01 年 2/6 69m² 145 万 双南精装 29 中 13913875931
五条巷 6F 59m² 93 万 精装双南全明 13913875931
29 中虎踞关 5/6 62m² 96 万 双南管气实面积大 13813074677
6F 58m² 85 万 南北精装管气靠公园 13813074677
古平岗 4/5 61m² 76.8 万 双南精装全明 13770699851
钟阜路 2 号 6F 61m² 73.8 万 双南全明可带户口 83461200
三牌楼大街 4/5 51m² 63.5 万 双南天燃气小区佳 83461200
天福园 5/6 96m² 228 万 精装双南一北 52427310

虎踞北路 86 号 2/7 77m² 138 万 双南一北精装全明 52427310
00 年和会街 2/7 129m² 238 万 三南精装全明 52427310
山西路门面 1/7 129m² 285 万 地势佳营业中 52427310
古平岗 3/6 64m² 84.5 万 双南全新精装全明 52427310
水佐岗 1/6 80m² 125.5 万 双南双北全明院子 52427310
03 天福园 4/18 135m² 302 万 双南一北精装全明 52427310
雅典花园 7/11 143m² 305 万 双南一北精装全明 52427310
清凉门大街 7/9F 118m² 精装修双南一北双学区 263 万 68698273

白下区
大光路香格里拉 3/16 140m² 320 万豪装免中介 13505170537
中山门小区 3/6 57m² 83 万 南北月牙湖旁 58790641
后标营 28 号 2/7 75m² 142 万 双南精装环境优 58790641
后标营 2/7 54m² 77 万 南北价优 58790641
御道街 5/7 67m² 87.8 万 双南景观好可入户 58790641
石鼓路 6F 39.5m² 47.5 万 全明毛坯地势佳 13770699851
朝天宫西街 6/7 67m² 87.6 万 南北精装拎包住 83461200
琥珀巷小区 15/28 81m² 129.5 万 双南精装全明 13611578609

蓝旗新村 3/7 71m² 108 万 三房东边户 52254833
郑和公园旁 5/7 62m² 104 万 南北物业 13182915214
科巷新寓 15/35 76m² 120 万 双南户型佳 13913982615
王府园 7F 40.41m² 46 万单室套无装修 13382775547

玄武区
石婆婆巷 4/7 52m² 86 万 南北生活便利 58790641
花园路 1/20 69m² 87 万 双南豪装小区佳 13770699851
曹后村 3/6 44.5m² 47.5 万 南北两室小区 13770699851
华能城市花园 6/8 119m² 366 万 豪装临珠江路商业圈 13770992285
丹凤街尖角营 4/7 103m² 182.6 万 豪装套型佳 98 年房 13770992285
一枝园 2/6 47.5m² 76 万 南北两室 13770992285
珠江路 5/7 49m² 73.2 万精装 13611578609
孝陵卫农科院 4/6 75m² 93 万 三房精装地铁口 13182915214
老虎桥双门面 1/7 73m² 187 万 地势佳宜投资 13182915214
相府营 3/7 56m² 93 万 精装九中学区 13913982615
珠江路 2/7 73m² 128 万 双南一北精装全明 52427310
后宰门东村 3/7 65m² 85 万 三房物业 13182915214

秦淮区
阳光里 3/7 64.5m² 94.8 万 精装套型佳 13611578609
扇骨营小区 5F 65m² 82 万 2 室 2 厅东南朝向 13382775547
梅欣岭小区 3/6 67m² 67 万 产权精装 13182870167
2/6 53m² 44 万 产权精装 13182870167
雨花南路 5/6 62m² 71.8 万精装 13611578609
邓府苑 1/7 94m² 124.5 万 双南豪装 13611578609
雨花西路 3/7 85m² 105 万 双南简装 13611578609

下关/栖霞
大家乐旁 2/5 48m² 51 万 双南毛坯特价 13770699851
迈皋桥广场 5F 65m² 63 万 双南毛坯地势佳 13770699851
云谷山庄 9/11 84m² 101.5 万 双南新空套型好 13770699851
泰和园 5/7 78m² 133.6 万 豪装送地下室 13182915214
工农新村 4F 39m² 49.3 万送阁楼 39m² 85500273
和燕路小区 1/7 88m² 112 万 三房新简装院 30m² 13182915214
迈皋桥晓庄 2/7 107m² 精精装全明单价底 111 万 13913874423
迈皋桥地铁口 6/7 77m² 双南精装房型好 92 万 13913874423

迈皋桥地铁口 3/7 59m² 全明 98 房 11 年精装 65 万 18952051418
迈皋桥迈苑小区 1/6 67m² 双南全明精装院 45 加盖 87 万 18952051418
迈皋桥枫桥雅筑 3/7 85m² 双南经典房型精装很好 114 万 13913981163
晓庄师范 1/5 49m² 双南院 30 加盖环境好 51.8 万 13913981163

江宁/江北
江宁现房 1/6 83.87m² 28.5 万二室一厅朝向好新空房全明 52343063
1/6 101m² 36 万三室二厅朝向好新空房全明 52343063
6/6 65m² 19.5 万二室一厅全明新空房 52343063
大学旁商业街正规 1,2 层朝南门面 128m² 76 万 13390768366
九龙洼 53m² 简装 20 万 管道天然气 13851831968
天地新城 6 跃 7 162m² 136 万 毛坯套型很好 13770992285
南钢一村 41m² 18.5 万 管道天然气 13851831968
南钢六村 户口房 64m² 简装 32 万 管道天然气 13851831968
恒辉翡翠花园 8/11 130.6m² 7900 元/m² 三南两厅两卫婚装 13770699851

首蓿园大街 - 天首雅园
推出部分特价新房
电话:400-086-5828 13801597982
69.18m² 15980 元/m² 全部为 2012 年房
87.58m² 16800 元/m² 办理手续简便
123.68m² 17280 元/m² 全部配有车库
143.88m² 15800 元/m² 11 月底前一次性付款有优惠