

天气预报

今天白天到夜里，多云间阴天，偏南风 2~3 级，最高温度 17℃~18℃，最低温度 3℃~4℃。预计：明天多云间晴天。

周口市气象台

2010 年 11 月 17 日 18 时发布

每日空气质量

(11 月 17 日)

污染指数 (API)	100
空气质量状况	良

周口市环境监测站提供

今日生活气象

紫外线

属弱紫外线辐射天气，无需特别防护。若长期在户外，建议涂擦 SPF 在 8~12 之间的防晒护肤品。

穿衣

建议着夹衣加薄羊毛衫等秋装。体弱者宜着夹衣加羊毛衫。但昼夜温差较大，注意增减衣服。

舒适度

白天不太热也不太冷，风力不大，相信您在这样的天气条件下，应会感到比较清爽和舒适。

晨练

早晨天气阴沉寒冷，请尽量避免户外晨练，若坚持户外晨练请注意保暖防寒。

健康

天气寒冷，且昼夜温差很大，极易发生感冒。请特别注意增加衣服保暖防寒。

入冬后“五招”防止血压高

要控制体重

体重指数大于等于 24 时，表示超重；体重指数大于等于 28 时，表示身体肥胖。男性的标准体重小于 2.6 尺，女性的标准体重小于 2.4 尺。

要戒烟限酒

不仅吸烟有害健康，还要防止被动吸烟。每日饮酒：白酒少于 1 两，红酒少于 2 两，黄酒少于半斤，啤酒少于 1 斤。

要适量运动

运动要坚持有恒、有序、有度原则。

合理膳食

每人每天盐的食用量控制在 6 克以内，食用油控制在 25 克以内，谷类使用量在 6 两到 1 斤，蔬菜水果摄入量保持在 500 克左右。

培养稳定而乐观的情绪，避免激动，做到心平气和。

天干气燥 加湿器受宠

医学专家：使用不当可致病

□晚报记者 朱东一

本报讯 立冬之后，空气开始变得寒冷干燥，许多人出现了嘴唇干裂、上火等症状。昨日，记者在周口市区的各大家电卖场看到，许多市民购买加湿器以应对干燥的天气。但医学专家提醒市民，加湿器是把“双刃剑”，使用不当可致病。

在一家家电卖场，导购员告诉记者，自今年 10 月份以来，加湿器的销量迅速攀升。卖得最好的属价格在 200 元至 400 元的中档加湿器。记者在其他几家家电卖场也发

现，加湿器已成当前家电销售的热点。

虽然加湿器增加空气湿度缓解干燥，但医学专家表示，适当增加空气湿度可以避免因天气干燥诱发的各类呼吸道疾病。然而，加湿器也是把“双刃剑”，用得好防病，用不恰当则能诱发肺炎或加重关节炎、糖尿病。

据介绍，用加湿器增加室内空气湿度，以保持呼吸道湿润，最大限度地减少慢性支气管炎、慢性哮喘等病的发生和复发，这是正确的做法。但如果加湿器使用不当很可

能伤害呼吸道。正确使用加湿器应包括以下几点：一、湿度适宜。使用加湿器时，应控制好房间湿度，健康的湿度环境是 45% 至 65%，在这样的湿度条件下，人体感觉最舒适，各种病菌不易传播。湿度过高会使人体呼吸系统产生不适，家庭可以配备一个湿度计随时调节室内湿度。二、使用凉白开水或纯净水。自来水中的氯原子和微生物有可能随水雾吹入空气中造成污染。如果自来水硬度较高，加湿器喷出的水雾中因含有钙镁离子，会产生白色粉末，污染室内空气。三、要

每周清洁加湿器。加湿器应该每天换水，一周左右要清洗一次，以免蒸汽被污染。

医学专家提醒市民，使用加湿器一定要勤开窗通风，保持室内空气的流通，千万不要在密不透风的环境中长时间或频繁使用加湿器。因为湿度温度上升，也给有害细菌提供了滋生温床，它们进入呼吸道容易诱发哮喘、支气管炎等病症。而慢性肺部疾病、关节炎、糖尿病患者还要慎用加湿器，因为潮湿的空气会加重病情，若确实需要使用，应与专科医生沟通，确定合适的湿度。

食品检测箱把关市场食品安全

连日来，扶沟县工商局执法人员利用食品安全检测箱，对辖区内的各大超市、食杂店进行食品安全检查。据介绍，食品安全检测箱改变了工商部门过去眼看、鼻闻、手摸的落后监管手段，为食品安全提供有力的技术保障。

晚报记者 金月全 摄 线索提供 付昌 华伟

网络诈骗又出新花样

一市民网购遭遇“替身网站”

□晚报记者 孙建珍

本报讯 “真是太气人了，现在网络诈骗又出了新花样……”昨日，家住周口市区的王女士拨打本报新闻热线讲述了网购时遭遇的一件窝心事。原来，本想在淘宝网购衣服的她竟被“替身网站”骗走了 1100 元。

11 月 5 日上午，王女士在淘宝网上，看中一款漂亮的棉袄后，主动通过淘宝旺旺和卖家联系。

见卖家要求与她通过 QQ 交谈，王女士便加了卖家提供的 QQ 号。经过一番讨价还价，卖家通过 QQ 发给王女士一个链接。

打开该链接后，王女士看到该网页与淘宝网一模一样，于是没多想就拍下了货品并通过网上银行进行了支付操作，但支付网络却提示交易失败，接下来的两次支付操作均是如此。因此前在媒体上看到有网友网购时被骗的新闻，王女士赶紧通过网上银

行查询，结果发现自己银行账号内已被转走 1100 元。这时，王女士才恍然大悟，自己刚才打开的竟是一个“替身网站”。被骗后，王女士到银行查询得知，银行账户只有网购显示但没有款项具体去向。

为此，王女士希望通过本报提醒喜欢网购的朋友，一定不要随意轻信并打开卖家发来的链接。

高兴事 烦心事 感人事 稀罕事

有话 就说

8289999

马静，来领你的手包

周口日报印务中心李师傅于 11 月 15 日在周口大道绿化带内拾到一个粉红色手包，包内有马静的身份证 (4127011988****0540)，中国银行长城电子借记卡等多个银行卡、购物卡。希望马静看到信息后，速到周口报业大厦 11 楼采编值班室领取您的东西。

晚报见习记者 韩瀚 整理

退休职工患病 全体员工帮助

太康县电业局退休职工要全良：我是太康县电业局退休职工，今年 9 月因做心脏搭桥手术引起并发症，导致肝功能丧失，肾萎缩。为了给我治病，家中变卖了所有值钱的东西。得知我的情况后，太康县电业局工会组织全体干部职工为我捐款 1.3 万元。在此，我向太康县电业局全体干部职工表示感谢。

晚报记者 张洪涛 整理

今日菜价参考

单位：元/500 克			
品种	价格	品种	价格
芋头	1.29	双汇特级五花肉	9.9
白萝卜	0.36	双汇瘦肉馅	9.58
白菜	0.48	双汇精制汤骨	7.9
西芹	0.95	双汇五花肉馅	5.8
南湾芹	4.28	火锅丸子	6.8
(以上价格由万果园超市提供)			

现代基因技术推动中药走向世界

近日，广药集团在全球范围内率先发布了白云山丹参全基因组研究成果，广州白云山和记黄埔中药有限公司与中国医学科学院药用植物研究所合作利用第二代高通量测序技术对丹参全基因组进行测序，并完成丹参基因组框架图的组装。

丹参基因组框架图的完成获得肖培根、刘昌孝、甄永苏、于德泉、钟南山、刘德培六位院士的一致肯定，专家们认为，白云山丹参基因组研究开创了中药基因组学研究新模式，为揭示中药活性成分生物合成途径的分子机制奠定了坚实基础；提高了我国知名中药企业丹

参产品的科技含量，推动了具有世界品牌新药的研发，进而保证中药资源的可持续发展；在中药国际化中抢占主动，中药基因组研究不但有助于世界认识中医药，加速中药国际化进程，而且还可通过申请国际专利等方式在国际竞争中抢占主动权。

丹参，在治疗冠心病、心绞痛等心血管疾病时有着良好疗效。复方丹参片在心脑血管临床已经有 30 多年历史，是预防心血管疾病的的一线药物。作为第一品牌的白云山复方丹参片年产量 80 亿片，市场占有率高，拥有防治老年痴呆专利（专利号：

ZL200310112427.2），主要药材来源于 GAP 基地。白云山丹参基因组框架图的完成预示着白云山复方丹参片正加速国际化进程，按照中国工程院院士肖培根的说法，此研究通过基因层面揭开道地药材的神秘面纱，掌握道地药材基因密码，解读丹参遗传信息的“无字天书”，使得丹参在新品种培育中保持药材的“道地血统”，使白云山复方丹参片疗效更好，质量更优。

买白云山复方丹参片可免费享受“个人健康服务”工程，免费咨询服务热线：800-830-2398。（王文）

市区蔬菜水果抽样检测情况表

(12月9日抽检)

抽样地点	抽检品种	抽样数(个)	合格数(个)	合格率(%)
万果园购物中心(五一广场)	萝卜 花菜 龙豆 黄瓜 香菜 芹菜 胡萝卜 西葫芦 大青菜 油麦菜	10	10	100
一峰生活广场	黄瓜 芹菜 菠菜 茼蒿 生菜 香菜 荆芥 大青菜	8	8	100
亚威量贩(七一中路)	大葱 菜花 番茄 辣椒 西葫芦	5	5	100
双汇连锁店(育新南路)	芸豆 辣椒 菠菜 大葱	4	4	100
康湾农贸市场	芹菜 辣椒 花菜 包菜 白菜 番茄 黄瓜 大葱 油麦菜	9	9	100
八一路农贸市场	韭菜 辣椒 大葱 白菜 芹菜 生菜 茼蒿 四季梅 大青菜	9	9	100
北花园农贸市场	芹菜 辣椒 菠菜 香菜 油麦菜	5	5	100
周口饭店	黄瓜 芹菜 菠菜 辣椒 大葱 西葫芦	6	6	100
锦绣花园酒店	茄子 黄瓜 大葱 韭菜 生菜 荆芥	6	6	100
周口迎宾馆	黄瓜 豆角 苦瓜 辣椒 茄子 花菜 萝卜 西葫芦	8	8	100
平原宾馆	大葱 蒜薹 菜薹 辣椒 香菜 油麦菜	6	6	100
东杨庄果品市场	桔子 苹果 贡桔 梨	4	4	100
合计		80	80	100
检测单位：周口市农产品质量安全检测中心				