



今日天气



今天晴间多云,偏西风转偏南风2到3级,7℃到21℃。

特别提醒
天气预报早知道
请拨打12121



许昌移动用户
编写11发送到10658121即可订购

许昌联通用户
编写121发送到10620121即可订购



洗车指数
适宜



运动指数
适宜



紫外线指数
一般



钓鱼指数
适宜



历史上的今天
TODAY IN HISTORY

2009年11月11日 淘宝网开始举办 “双11”促销活动

2009年,淘宝网开始在11月11日举办促销活动。

其最早的出发点是做一个属于淘宝网的节日,让大家记住淘宝网。选择11月11日是一个有点儿冒险的举动,因为此时刚好处于十一黄金周和圣诞节促销季中间。但是,这时候是人们添置冬装的时候。当时,淘宝网想试一试,看网上的促销活动有没有可能成为一个对消费者有吸引力的窗口。结果一发不可收拾,“双11”成为电商消费节的代名词,甚至对非网购人群、线下商城也产生了一定的影响。

2012年12月,阿里巴巴集团获得3个商标,涵盖广告、实业经营、实业管理、办公事务、电信、教育、培训、娱乐和文体活动等行业。除此之外,阿里巴巴集团还注册了“双十一狂欢节”“双十一网购狂欢节”“双11狂欢节”“双11网购狂欢节”等11个和“双11”相关的商标。

(晨综)

昼暖夜寒,秋冬之交防感冒

本报讯(记者 张大弓)刚刚过去的周末,白天暖意融融,中午气温达20℃;夜晚比较寒冷,气温只有5℃,昼夜温差达到15℃。虽然目前未进入气象学意义上的冬季,但是秋冬之交昼夜温差大,大家出门要及时增添衣服。市气象台预报,我市今天晴间多云,7℃到21℃;明天多云到阴天,9℃到21℃。

经常搓手,可以预防感冒

最近,记者发现,由于昼夜温差加大,感冒的人多了不少。其实,大家不妨在平日里经常搓手。不需要太长的时间,您就会感到两只手暖烘烘的。这样做不仅有利于养生,而且能预防感冒。

经常搓手,一方面可以借助摩擦生热提高人体局部的温度,另一方面能加速血液循环,从根本上防止冻伤。此外,经常搓手还能促进新陈代谢,预防感冒。拇指根部在中医上被称为“大鱼际”,脉穴丰富。经常刺

激它能加速血液循环,疏通经络,提高咽、鼻、喉和上呼吸道抵御感冒病毒侵袭的能力。

搓手的时间可长可短。只要有空便可将双手从虎口处接合,然后捏紧,再转动。在转动的过程中,使双手的各部位互相摩擦。手部有很多肌肉、关节,且均受大脑指挥,因此,经常搓手能让大脑越来越灵活。

空气干燥,尽量别舔嘴唇

刚刚过去的双休日,很多市民走出家门,或在市区公园、广场玩耍,或到周边赏红叶。

只是,玩耍中难免口干舌燥,加上有太阳的日子里,空气愈发干燥,很多人会不自觉地舔嘴唇。其实,秋冬季节舔嘴唇会使干燥症状加重,甚至导致唇部肿胀,患上慢性唇炎。

这是因为唇部皮肤的厚度只有身体皮肤的1/3,而且没有皮脂腺,不具备保护功能,对干燥的空气、低温、冷风等特别敏感。所以在秋冬季节,大

家要及时补充水分,多吃新鲜蔬菜,如黄豆芽儿、油菜、白菜、白萝卜等,必要时可服用维生素A、维生素B。

体检前准备些什么

近来,许多单位组织员工进行体检,这可是一项难得的福利。还有什么比健康更重要呢?健康这件事可马虎不得,要想获得准确的数据,体检前一天有些事情一定要记牢。

体检前一天,吃过晚饭就不要进食和喝水了,因为抽血、CT等检查一定要在空腹状态下进行。如果长期服用某种药,那么体检前一天仍然可以服用,但体检时要告诉医生服用了什么药,为什么服用。这样,医生才能对体检报告作出正确的分析。如果最近才开始服用某种药,那么体检前一天应停止服用,体检后再服用。

睡眠质量会影响心电图的检查结果,所以体检前一天一定要睡好,最好在22时以前睡。此外,体检前一天不要喝酒、抽烟,不要做剧烈的运动。



舞起来

虽已立冬,但是中午时分暖意融融,人们走到屋外伸伸懒腰就会感觉无比舒服。这舞动彩龙的一幕是在中央公园拍摄的。

晨报摄影 杨望祥 摄



天凉了,家庭药箱应该备些啥药?

本报讯(记者 张铮)立冬后,冷空气不断来袭,天气一天比一天冷。在这个季节交替的日子里,人们稍不注意就会头疼脑热。那么,家庭药箱应该备些啥药?11月7日,记者对此进行了采访。

这几天,很多人在早上感到透心凉,时不时感到头疼脑热。有的人病情不重,不想往医院跑,就在家备些应急药物。

在市区一家连锁医药超市工作的药剂师孙瑞告诉记者,一般家庭并不具备长期存放药品的条件,平时在家里准备一些解热镇痛药、胃肠解药、助消化药、止泻药、抗过敏药、皮肤外用药等常用药品即可。

“如果药品打开包装3个月内没有

用完,就不要继续服用了。”孙瑞说,有些人喜欢把药品放到冰箱中储存,这也是不正确的,因为冰箱内潮湿的环境会影响药效。除非是强调需要冷藏的特殊药品,一般药品不建议放入冰箱。

利君沙、阿莫西林、环丙沙星、乙酰胺螺旋霉素……几乎在每个家庭的药箱里都能找到几种抗生素类药品,有的人一旦发现身体有炎症就吃点儿。

孙瑞说,抗生素类药品是处方药,并不能由患者自己判断是否需要使用。为了保障用药安全,最好还是把药箱里的抗生素类药都“请”出去,等有病时去医院检查后再看适合吃什么药,或者在生病时带着家里的抗生素类药去请教医生,得到医生批准后再服用。服用时还要注意药品的保质期

和剂量要求。

采访中,对于怎么处理过期药品,不少市民称“直接当垃圾扔了”。也有市民表示,如果是胶囊,自己会逐个拆开并倒掉里面的粉末;如果是药片,自己会掰开扔掉,因为“整盒扔怕被别有用心的人捡走再卖掉”。

随着我市垃圾分类工作的逐步推进,正确的过期药品处理方法是什么?市垃圾分类办公室工作人员彭加林建议,应将过期药品连同包装一起扔进有害垃圾箱。如果担心药品被不当利用而选择拆开包装,例如普通感冒药、助消化药等药物,可以选择把拆出的药片放在一起用纸包好,然后统一扔进有害垃圾箱。