郑州晚报

早晚交通高峰期，穿行市区咋走最快？

民警划出了行车路线和26条“绿波道路”，您可就近选择

□见习记者 王晋晋 晚报记者 刘德华

为方便市民穿行市区，市交警支队昨日向市民公布了26条“绿波道路”(即按照绿波方向，以设计时速40公里行驶，能够一次通过路口的道路)。有了这些优化道路，驾车者将可以避开车流高峰，顺利抵达目的地。

图例：

高峰期最佳行程路线

高峰期车流量大的“四桥一路”及花园路

高峰期比较顺畅的路线

环线

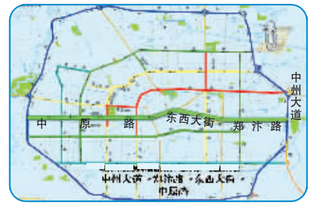
由西向东、北方向

由西向东、南方向

早高峰

晚高峰

由郑东新区向西、南方向



驾车出行可选择多条便利路线

目前，市民从郑州市西区到市区东北部有多条可选择的往返路线。金水路作为市区东西方向的一条主干道，连接行政区和西郊距离最短。市民张先生开车从建设路与秦岭路交叉口附近区域出发，要到花园路与农业路交叉口附近，就有3条行驶路线可供选择，分别是A：建设路→“四桥一路”→花园路→花园路农业路口；B：秦岭路→冉屯路→农业路→花园路农业路口；C：建设路→嵩山北路→二环支路→黄河路→花园路→花园路农业路口。

张先生选择行驶路线A（一般情况下，大多数驾驶者都会选择的路线）的理由是：“四桥一路”上非机动车、行人对机动车的干扰小，且不必等信号灯；花园路上的“绿波”效果明显。但是，当张先生开车到“四桥一路”、花园路的时候，车流量就会处于饱和、超饱和状态。此时就出现了车速慢、油耗高的情况。

所以张先生可以选择B、C路线，因这两条路线路宽、车稀、信号灯少，车辆节油不说，最主要的是节省时间，免受缓行、拥堵、费时之苦。

小范围、小幅度绕行更加省时省油

市民可能会发现，市区道路的车流量很不均衡，尤其是贯穿市区东西和南北的几条主干道，例如建设路、金水路、中原路、陇海路、花园路、紫荆山路、大学路等，全天几乎分不出交通高低峰。而同样是主干道，桐柏路、秦岭路、嵩山路、未来路、航海路、淮河路、长江路、冉屯路却相对好走得多。“其实驾车者可以考虑和尝试一下小面积、小范围、小幅度的绕行，来改变一下固有的出行线路。”市交警支队一工作人员说。

线索提供 李霞

由农业路以北区域向南、西方向

由北向南、西方向

具体绿波道路名称：

1、紫荆山路（顺河路—陇海路）
2、金 水 路（城东路—未来大道）
3、城 东 路（顺河路—陇海路）
4、经 三 路（政四街—黄河路）
5、经 三 路（黄河路—农业路）
6、金 水 路（经八路—南阳路）
7、文 化 路（金水路—黄河路）
8、文 化 路（黄河路—农业路）
9、东 明 路（纬二路—黄河路）
10、南 阳 路（岗杜北街—黄河路）
11、陇 海 路（布厂街—东明路）
12、大 学 路（康复前街—桃源路）
13、大 学 路（淮河路—航海路）
14、中原东路（福寿街—大学路）
15、解 放 路（二七广场—福寿街）
16、嵩 山 路（伊河路—淮河路）
17、中原西路（百花路—华山路）
18、陇海西路（工人路—伏牛路）
19、航 海 路（郑密路—嵩山路）
20、航 海 路（新郑路—紫荆山路）
21、京 广 路（陇海路—淮河路）
22、桐 柏 路（伊河路—淮河路）
23、花 园 路（纬五路—农业路）
24、花 园 路（北林路—徐寨路）
25、西 大 街（顺城街—紫荆山路）
26、江 山 路（国基路—开元路）

氧立得3重大礼惊喜相送

在活动指定购买点，买电子制氧机就送3重大礼：
一重大礼：送定时药盒一个！
二重大礼：送哈磁杯一个！
三重大礼：送精美收音机一台！
仅限7天
详情请电话咨询：
0371-66039696 66209088

氧立得电子制氧机新装上市！惊爆价：1980元！

胸闷、心悸、憋气、眩晕，怎么办？

用氧立得，第一时间吸氧

突然发病，怎么办？

心脑血管疾病及肺气肿，肺心病患者，在出现胸闷、憋气，肢导等缺氧症状时，建议您用氧立得制氧器吸氧，可以帮助您有效缓解这些缺氧症状，减轻痛苦，并清您尽快到医院就诊。

另外，一旦突发意外，出现心肌梗塞，脑中风，如果不能赶车第一时间送到医院急救的话，用氧立得及时补氧，不仅可以起到急救作用，为抢救赢得时间，还能有效缓解缺氧危害，让家人安心。

YOUNGLEDA 氧立得 手提式氧气发生器（便携式的制氧器）

惊果抽际同时推出：颈椎治疗仪、颈椎治疗仪、家用血压计等系列产品！

活动地址
■蓄山南路16号阳光四季城2号楼5单元701室■亚细亚一楼北门氧立得专柜
■五星医疗器械（大石桥）■仟福堂中原路氧立得体验中心、德化街总店
■紫百大楼2楼医药部氧立得专柜■人民路升尼斯2号馆2楼医药部

河南大药房各连锁店 本草国药各连锁店 仟福堂各连锁店 南方参药房 同德堂大药房
老百姓大药房各连锁 北京专科一楼医药部 至生堂大药店 金海大药一 中证药店
健康人大药房各连锁 张仁恩大药房各连锁 刘百人堂医药 省医药集团
亚细亚一楼南阳路 郑元广场一楼医药部 经济国大药店 中原医药连锁
东世界一楼嵩山北路 九洲通医药各连锁 仁恩堂大药房 第三药店连锁
中原国际妇幼医药部 大十海二号专卖 百仟国药 商业大厦医药部
【上街】[illegible] 【中牟】[illegible] 【荥阳】[illegible]
【新郑】[illegible] 【登封】[illegible]

氧立得 ACORN

氧立得制氧器 氧立得制氧机

陈中数理化轻松快乐学习法课堂之三

新学期找不到学习方法 陈中帮你忙

据笔者在对新学期的学生调查中认为，初一的学生经常会遇到的问题是：来到新学校对陌生环境不适应；对突然增加的课程和课业负担感到不适应；或者以前在小学一直是尖子生，考到了中学不再拔尖后的心理落差等；因为心理压力大，沉迷于网络等情况就比较容易发生。这就需要学校、老师、家长共同引导，帮他们度过心理衔接期。

除了学校和班级的班主任老师要主动为新生营造一个宽松、和谐的学习环境以外，学生们要尽快学会适应新的学校、同学、老师，不要刻意与过去的小学生活相比，在心理上逐步学会承受来自学习上的压力、同学之间因不了解产生的挫折感，认识并适应新课程，培养独立思索的习惯。

陈中辅导中心的老师们认为，学生补习不是在成绩出来就开始补习，应该新学期开始就让学生参加补习班，这样子学生在学校听不懂的问题可以在补习班上得到解决，学习方法不对的，辅导中心的老师会根据学生的特点，指导学生怎样去预习、复习、巩固新课程。这样子才能让学生信心十足，应对心理落差等；因为心理压力大，沉迷于网络等一些问题。

因此，应广大学生的要求，陈中辅导中心定于9月1日、2日举办秋季辅导班免费公开课，让学生重塑学习信心，找到新学期新学习方法。

喜讯！陈中辅导中心9月启动陈中宏志班计划，详情关注9月郑州晚报。

陈中辅导中心报名咨询电话：
63619977 63697866 13733857717 13938585599

陈中老师：43岁，教育硕士，原省实验中学数学竞赛教练员，毕业班年级主任，省级骨干优秀教师，省学科带头人，非常熟悉数理化之间的内在联系；每年都潜心研究小升初考试、中考、高考，积累了丰富的考前辅导经验。

秋季招生免费公开课时间表

三班	8月1日	9月1日	8月2日	8月3日
初四	第一数学	第一英语	第一数学	第一英语
	第二数学	第二物理	第二数学	第二英语
	第三化学	第三化学	第三化学	第三物理
初二	第一物理	第一英语	第一英语	第一物理
	第二化学	第二数学	第二数学	第二化学
七班	8月7日	9月7日	8月8日	8月9日
小四	8:00 10:00	9:00 10:00	8:00 10:00	8:00 10:00
初四	第一数学	第一数学	第一数学	第一数学
	第二英语	第二英语	第二英语	第二英语
	第三物理	第三物理	第三物理	第三物理
初二	第一化学	第一化学	第一化学	第一化学
	第二物理	第二物理	第二物理	第二物理

甲醛已升级为一级致癌物

世界卫生组织(WHO)于2004年6月15日发布的第153号《甲醛致癌公告》，正式确定甲醛为致癌物质。国际癌症研究机构(IARC)在同年报告中将甲醛由原来的2A级可疑致癌物质上升为一级致癌物质。10个国家的26位科学家对甲醛致癌证据确认后，证明甲醛会引起鼻咽癌，鼻腔癌，鼻窦癌以及肺癌，并充分证实甲醛可引发白血病。近年来，甲醛害人的事例每年巨增，2006年有关数据显示，我国每年由近15万人死于室内污染，210万儿童受到甲醛威胁！比两年前增加了30个百分点，甲醛已成为健康的头号大敌！

甲醛猛于虎

谁让她失去了做母亲的权利？

身为运动员的冷东丽，遭受了当头一棒。医生告诉她得了白血病，随时都有恶化的可能。更让冷东丽伤心的是，她从此不能生育了，因为即使怀孕，生出来的也是死胎或是畸形儿。医院化验表明，导致冷东丽患白血病的“元凶”是甲醛。检测结果表明，她家里空气中的甲醛浓度超过国家标准的3倍多！就像一间毒气室。冷东丽起诉了给她装修的家装公司，但是家装公司声称其使用的家装材料全是环保材料。双方僵持至今没有结果，冷东丽只能在绝望中无助的悲伤。

孩子进屋就生病，是咋回事？

因为工作繁忙，4岁的亮亮由姥姥照顾，姥姥特意买了几套新儿童家具，满以为外孙会高兴，谁想到，到姥姥家没多久，亮亮就经常出现感冒，咳嗽，身体发热起红疹等现象。更可怕的是，亮亮的眼睛经常红的像“兔子眼”，还以为亮亮着了魔？姥姥带亮亮看了医生，医生怀疑是甲醛在作怪，姥姥找了专业机构检测，检测结果发现，家里空气中甲醛超标4倍，主要来自新买的儿童家具，姥姥后悔不已，本来是一片好心，却招来了甲醛祸魔。

青年才俊命丧甲醛

2005年媒体报道：济南一家公司的老总在搬进新装修的办公室后，原本健康的身体状况便每况愈下，不久便患上了白血病去世，年仅35岁。事后，在家属的要求下，有关机构对这位老总的办公室进行了检测，发现他公司的甲醛浓度超过国家正常标准的7-8倍。可惜一代英才，毁于甲醛之手。同年，北京周先生事业有成，但是在搬进新家后，突患喉癌，经医院化验证实为甲醛所致，经空气检测部门检测，其家中甲醛超标8倍，周先生将家具公司告上法庭，最终胜诉，成为甲醛污染纠纷胜诉第一人。

甲醛尤其伤害妇女和儿童

在我国，80%以上的新装修住宅甲醛超标，每年有15万人死于室内环境污染！210万儿童受到甲醛威胁！笑星黄宏的小品中说：“不怕假货就怕甲醛”，虽然是搞笑噱头，却道出了甲醛危害不容小视。

甲醛对妇女和儿童的伤害尤为严重，长期生活在甲醛环境中，妇女会月经不调，皮肤过敏，产后免疫下降等，更容易患乳腺癌。甲醛超标过高可造成孕妇流产，生怪胎畸婴等，北京妇产医院每年接触此类患者近百万，其中60%是由于家中甲醛超标所致，给产妇带来很大打击。在美国，甲醛被称为“宝贝”杀手，可见甲醛对孩子的杀伤力。2006年，我国有13万儿童因为甲醛污染，得了白血病；有210万儿童因家里甲醛超标得了呼吸道或肺部疾病，不但孩子痛苦，而且给家庭带来无法挽回的损失。同时，吸入过量甲醛可造成孩子智力，记忆力，免疫力降低，并严重影响成长发育。为了妻子和孩子！消灭甲醛，刻不容缓！

12种人群请注意：

1.每天清晨起来时，感到憋闷、恶心、甚至头晕目眩。
2.家里人经常咳嗽不绝耳。
3.不吸烟，但眼睛被烟环境，但经常感到憋闷不舒服，有异物感，呼吸不畅。
4.孩子常咽喉、打喷嚏、鼻流清水不停，新买的物件屋孩子不愿回去。
5.家里人经常皮肤过敏无病，而且是阴雨性的。
6.家里人都共有一种疾病，而且离开这个环境后，症状能有明显变化和有好转。
7.新婚夫妇长时间不怀孕，查不出原因。
8.身体在正常情况下，发现脑儿畸形。
9.新做家具新装修后，室内植物不易活，叶子发黄发焦，枯萎，特别是一些生命力极强的植物也得以正常生长。
10.新做家后，家养的宠物猫、狗，甚至鱼等虽然活着，但不久后便死亡。
11.一上班就感到眩晕，呼吸道发干，时间长了头痛，容易疲劳，下班后就没问题了。
12.新装修的家和写字楼房间或者新买家具有刺鼻，刺眼，等刺激性异味。而且超过一年仍然气味不散。

央视上榜品牌！

快速宝 释放宝

权威认证
★中国建筑材料工业环境监测中心认证
★国家环保产品质量监督检验中心认证
★中国中轻产品质量保障中心认证

家有“太空1号”甲醛无处可逃

【太空1号】甲醛自动清除宝，是最新一代甲醛清除产品，为家居提供365天的呵护，采用美国最新太空纳米技术，由二氧化钛溶胶和生物活性酶作用后，产生氢氧自由基(OH)，将空气中的甲醛，苯，氨，TVOC等有害气体转化成二氧化碳和水，加以清除。

【太空1号】外形小巧，时尚，以飞碟设计为外观，可任意放置。操作简单，安全高效。太空1号改变落后谈产品的被动吸附方式，采用主动捕捉法，释放氢氧自由基(OH)，快速寻找板材，家具中的甲醛，苯等有害气体，让毒害无处可逃。

【太空1号】提出1+1＝0的理念，快速宝＋缓释宝，结合使用。快速宝：2小时见效，72小时清除空气中全部有害气体。缓释宝：1年长效作用，全方位清除甲醛，苯等多种有害气体，杜绝产生二次污染。

【太空1号】家居环保新篇章，国内市场除甲醛的第一品牌！！

郑州：亚细亚一楼药品区8区 怀仁堂大药房(黄河路服装市场东侧) 泰隆大药房(西郊群众艺术宫东门) 丹尼斯二楼医药部(丰产路-关虎屯) 家世界二楼保健柜(航海路-帝湖花园)
新密：香港大厦一楼医药柜(农业路) 上街：宏利来超市保健柜(长途汽车站对面) 荥阳：宏利来生活广场保健柜(701路口) 咨询：400-812-9966 0371-63468717
中牟：全新大药房(官渡购物中心对面) 巩义：金博药店(金好来大卖场负一楼东门口) 新郑：新建大药房(汽车站对面) 招商：13203817677