

航海路两侧停水 60小时

时间:3日22点到6日10点 区域:未来路至七里河段

为配合三环快速化中州大道给水工程施工,郑州自来水投资控股有限公司将在11月3日晚10点到6日上午10点期间(共计60个小时),对航海路中州大道一根直径为1米的供水干管进行封堵施工。

停水区域:航海路(未来路—七里河)道路两侧

降压区域:经开区和郑东新区部分区域降压供水

相关措施:施工单位24小时不间断作业;普查并通知沿线社区、重点单位及时做好储水准备;其间安排两辆应急流动送水车解决市民用水问题。

市民如有用水需要,也可拨打供水热线67680000。

此外,郑州自来水投资控股有限公司还将对以下部分区域实施停水:

文化路(农业路—东风路)道路两

侧实施停水,附近区域降压供水。停水时间为:11月3日21:00至5日9:00。

经五路37号院实施停水,附近区域降压供水。停水时间为:11月3日21:00至4日9:00。

建设东路与大学路交叉口西南实施停水,附近区域降压供水。停水时间为:11月3日20:30至4日9:00。

东明路以东、未来路以西(商城东路)实施停水,附近区域降压供水。停水时间为:11月3日21:00至4日21:00。

淮北街以西、兴华北路以东实施停水,附近区域降压供水。停水时间为:11月3日21:00至4日11:00。

信息学院路与俭学街交叉口实施停水,附近区域降压供水。停水时间为:11月3日21:00至4日9:00。

郑州晚报记者 张华

“郑州名医馆”第四期开诊

很多骨科病不用吃药 动起来,暖起来就行

还剩3个免费就诊名额,等待有需要的微友出现



郑州名医馆

昨日“郑州名医馆”第四期开诊。市骨科医院关节科主任邹士平在线坐诊,为微友一对一答疑解惑。这一期专家在线坐诊,发现大多数微友平时缺乏锻炼、不注意保暖,直到身体发出疼痛警示才后悔莫及。邹士平主任提醒大家,平时一定不要懒,要及时锻炼身体,注意保暖。根据微友所述病情,昨天只发出两个免费就诊名额,大家还可以继续留言。
郑州晚报记者 邢进 谷长乐



关注郑州名医馆 扫一扫

上午9点半,邹士平主任准时登录“郑州名医馆”微信平台,他一一查看微友的问题,发现大多问题集中在由季节变化引起的膝关节疼痛以及腰间盘突出等。大多数微友平时缺乏锻炼,不注意保暖,直到产生疼痛感才开始重视。邹主任提醒大家,不要过度依赖药物,一定要加强锻炼,注意保暖,不要久坐久站,上下班可选择走路,闲暇时做些有利于关节的动作,久而久之就能自行恢复。

上午1个小时的坐诊,邹主任按微友留言的先后顺序一一回复,对求福利的微友会耐心解释:“你的情况没有必要拍片诊疗,可以让给有需要的微友吗?”最后,邹主任选择了“ping”和“rose”两名微友发放了免费诊疗福利。

邹主任表示名额继续保留,直到有需要的微友出现,凡是有治疗需要的微友,请在线留言病情、姓名、电话,就有机会享受免费诊疗福利。医馆君选取了几个典型病例和大家分享。

“ping”:我女儿今年22岁,2012年和2013年连续两年都是上厕所膝盖错位造成髌骨撕裂,今年天一冷我就让她戴上护膝,请问有什么预防的好方法?

邹士平主任:根据你的情况,我考虑是髌骨外脱位,需要来医院进一步明确诊断。如果是习惯性髌骨外脱位,有可能在活动中突然摔倒造成意外情况,所以建议手术治疗。

“rose”:每到天气转凉,我的左膝盖就开始疼,一直酸疼到大腿根部,上楼梯感觉就是骨头对骨头硬支撑着上楼,完全没有缓冲润滑。看了医生,说我长了骨刺,可是我查了下资料,骨刺反应不应该是这样,我现在才33岁,怎么能缓解疼痛,根治?

邹士平主任:先要明确诊断才能谈能否根治。骨刺有时候不是造成疼痛的原因。骨刺是人的一种正常保护性方式,当骨刺比较多或长的部位不合适才会疼痛。局部保暖最重要,建议用非甾体抗炎药,口服及外用,也可以适当加一些祛风止痛中药。

“小草”:我今年52岁,女,年轻时就患有骨关节炎,一直没治好,想问一下骨关节炎应该怎么锻炼?

邹士平主任:可以选择适度锻炼,比如走路,若骨关节炎较严重可适当加手杖进行辅助。平时以减轻负重的锻炼方式为主,例如游泳、骑车。避免爬山或暴走。

“追逐梦想”:平常生活中应该如何预防股骨头坏死啊?

邹士平主任:防跌倒、防摔伤,戒烟限酒。不能长期使用激素类药物。此外还需注意参加潜水项目的时候,控制时间和潜水深度。

下周,冷空气来袭 我省部分地区气温跌至0℃

一周后要迎来立冬节气,这几天温度下降不少。下周后期将有一次冷空气影响我省,周初最低气温较低,部分地区将出现初霜冻。

据省气象台预报,下周(11月3日~9日)我省无明显降水过程。周平均气温:西部山区和北部9℃~10℃,其他地区11℃~12℃。周内极

端最低气温:西部山区0℃左右,其他地区1℃~3℃。

郑州市:昨天夜里到今天,阴天转多云,凌晨到上午有雾、霾,偏北风2到3级转西北风4级左右。今天早晚温差:最低温度为12℃~13℃,最高温度为18℃~19℃。

郑州晚报记者 王军方 通讯员 王霞

颈肩腰腿疼,多方治疗不见好,方法用对能小跑

颈肩腰腿疼患者 来电领取新疗法

如果您是一位长期被颈肩腰腿疼折磨的风湿骨病患者,请立刻拿起电话拨打400-666-3592,就能免费领取到一本介绍新疗法的科普畅销书《骨关节病求医不如求己》。真的!完全免费,不收取您一分钱!

您可能还是很犹豫。您一定不相信,看了《骨关节病求医不如求己》这本书就能治愈颈肩腰腿疼?

和您一样有这种想法的人太多了!很多人最初也不相信,但忍不住疼痛的折磨就抱着半信半疑的心态领取了一本。反正也不花一分钱!当他们领到书读完之后,很多人已经失去的治疗信心一下子又回来了,健康之火又升腾起来。“讲得真是太好了!”“我以前怎么就不知道这么好的方法呢?”“这一本书真的比花费几千元上万元都值。”他们兴奋不已,把这本书推荐给自己身旁有风湿骨病的亲戚、朋友、同事……因为,他们按照书中新疗法坚持了一段时间后确实感受到了实实在在的效果。

这是一本怎样的书?介绍了一种什么样的新疗法?难道真的比那些大医院的医生还高明?说出来可能很多人都不相信。这本书提出的新疗法就是让风湿骨病患者向健康人学习。

您想想,同在一个地区,同在一个小区,同在一个村庄,为啥您又是腰疼,又是腿疼,又是肩膀痛,蹲不下、站不起。而您的左邻右舍却腰腿灵活,天天扭秧歌。他们是神仙吗?不是,是因为他们在日常生活中比您更懂得如何科学用药、合理食疗和锻炼。风湿骨病刚一露头就被扼杀在萌芽状态。这种看似简单的方法才是最有效的方法!

《骨关节病求医不如求己》就是这样的一本书。该书由一线专家编写,首次全面论述了骨关节病治疗、锻炼、饮食调理三者的紧密关系并提出科学治疗方案,文字流畅、通俗易懂,具有极强的可操作性 and 实用性。书中以大量图片形式为风湿骨病患者展示了多个简单易行的康复锻炼方法,照着图片步骤一学就会,一学就见效,堪称“风湿骨病私人家庭自助康复师”。很多风湿骨病读者看后直叹相见恨晚,白走了那么多冤枉路,花了那么多冤枉钱!

《骨关节病求医不如求己》一出版就受到风湿骨病患者热捧。截至目前,全国已经有60多万风湿类、强直性脊柱炎、颈腰椎病、痛风、骨质增生、骨折、半月板损伤等患者都从书中找到了适合自己的好方法,获得了完全健康。

风湿骨病康复“圣经”《骨关节病求医不如求己》全国免费赠阅

免费索取热线:400-666-3592

为了普及推广风湿骨病健康养护常识,科普畅销书《骨关节病求医不如求己》再次加印全国免费赠阅。我省限额300名。风湿、类风湿、强直性脊柱炎、颈椎病、腰椎间盘突出、痛风、骨质增生等骨关节病患者均可拨打400-666-3592索取。本次公益活动分文不收,欢迎各界人士监督。如发现收费欢迎举报,一经查实10倍奖励。



400年祖传秘方 免费治鼻炎

国家非物质文化遗产有绝招

鼻痒鼻干鼻塞,嗅觉减退、打喷嚏、流鼻涕、呼吸不畅、头疼头晕、记忆力下降都是顽固难治的鼻炎造成的。

创于明朝万历年间(1607年)的扈氏鼻炎膏,历经407年传承,14代精心传承,独创的“拔鼻毒 清肺毒”一推二消三修复,不打针,不吃药,不手术,不喷激素,独门绝技治鼻炎。其采用祖传14代特有秘方,配上特制的U形棉棒给药,不同鼻炎鼻炎不同的给药部位,能排尽鼻毒和肺毒,修复鼻粘膜和鼻腔免疫力,使用不到10秒钟,肺部就开始不停打喷嚏,当场就会看到从鼻腔和肺里排出大量沾满不同致病菌的黏

性的黄色的脓鼻涕。鼻腔、肺腔、颅腔顿时清爽通畅!扈氏鼻炎膏,治一个好一个。

扈氏鼻炎膏敢于免费给您治,就是有独特的效果保证!为了让千万人验证过效果的神奇古方造福于民,扈氏鼻炎膏特推出“3-5天免费治鼻炎”的惠民政策,每天前20名打进电话的患者,可立刻安排到店验证效果,不收任何费用。

预约咨询热线: 4006917233 60929520
地址:郑州市桐柏路市一中分校对面,市内乘坐52、201、203、210、909路公交车市一中站下车路西即到。