



# 空气好不好,今后也预报

## 今年10月郑州将开展空气质量预报预警 市民出门前,可先了解24小时、48小时空气情况

### 空气质量预报预警等级

| 级别 | 颜色 | 含义                                      |
|----|----|-----------------------------------------|
| Ⅳ级 | 蓝色 | 当预测未来将出现持续3天以内重度污染,AQI日均值大于200的天气时。     |
| Ⅲ级 | 黄色 | 当预测未来将出现持续3天及以上重度污染,AQI日均值大于200的天气时。    |
| Ⅱ级 | 橙色 | 当预测未来将出现持续3天及以上严重污染,AQI日均值大于300的天气时。    |
| Ⅰ级 | 红色 | 当预测未来将出现持续1天及以上极重污染,AQI日均值达到或大于500的天气时。 |

注:以上内容根据《河南省重污染天气应急预案》制作。AQI是空气质量指数的英文缩写。当各省辖市达到上述预警级别时,事发地政府要启动本级相应级别预警程序。省级预警条件:当全省5个及以上区域相邻的省辖市同时达到Ⅱ级或Ⅰ级预警条件时。

### 空气持续重污染将启动会商

根据省环保厅4月16日印发的《河南省环境空气质量预报预警试行方案》,当空气污染达到一定污染时,成员单位将进行会商。

省内区域重污染天气预警会商成员单位分为5个区域:豫北及周边区域,范围为安阳、濮阳、鹤壁;豫西及周边区域,范围为洛阳、三门峡、济源;豫中及周边区域,范围为郑州、许昌、新乡、焦作;豫西南及周边区域,范围为南阳、平顶山、漯河、驻马店、信阳;豫东及周边区域,范围为开封、商丘、周口。

当预测未来可能出现连续多地重污染

过程时,将适时启动部门内预警会商工作,当会商意见为预测可能达到区域预警等级时,启动部门间重污染天气预警会商。城市和省级环境监测部门根据各地的重污染天气预警应急预案开展辖区重污染天气预警会商;城市环保部门针对辖区特点和气象部门开展重污染天气预警会商。

预警发布后,当监测和预报未来24小时不满足重污染天气预警条件时,经部门内和部门间会商按程序上报解除预警。

会商将采取电话形式,通过电子邮件交换预测信息,未来条件具备时可采取视频会议等形式。

今年10月底前,我省和郑州市将完成空气质量预报预警体系建设,开展空气质量及重污染天气预报预警工作,包括预报24小时、48小时空气质量形势。根据重污染天气应急预案,还将开展未来3天或一周空气污染趋势预报,预报内容包括空气质量级别范围及首要污染物等。

郑州晚报记者 王军方

### 郑州10月开始预报预警

各级环保部门要建立环境空气质量预报预警系统,负责开展例行的各自辖区内的空气质量预报业务,包括辖区内例行24小时、48小时空气质量形势预报(次日00:00起连续24小时、连续48小时)。根据重污染天气应急预案的实际要求,开展未来3天空气污染趋势预报。预报业务产品信息包括空气质量级别范围及首要污染物等。

今年9月,省级、郑州市开始内部

试预报。10月前,省环境监测中心和郑州市环境监测站,将完成各自辖区内的空气质量预报预警能力建设,开始开展区域和郑州市空气质量及重污染天气预报预警工作。

明年3月底前,开封、洛阳、平顶山、安阳、焦作和三门峡6个环保重点城市完成预报预警业务工作能力的搭建,并开始内部试预报。明年12月底前,我省其余省辖市开始内部试预报。

### 预警信息通过网站、手机等渠道发布

各地在开展空气质量预报预警能力建设时,同步建立辖区空气质量预报预警信息发布平台。

空气质量预报预警信息发布内容包括未来24小时、48小时空气质量级别范围和首要污染物,以及建

议政府、公众采取的防范措施等。发布方式是当地环保部门官方网站、环境监测部门网站、手机、电视、广播等,内容力求简单易懂、形式多样、贴近民众,便于公众及时了解空气质量预报和重污染预警信息。

# 心脑血管病长寿不吃药

高血压、冠心病、动脉硬化、糖尿病、脑血栓,为什么这些中老年慢性病,也想了各种办法,也治了这么些年,总是治不好呢?原因很简单,你没有找到最佳的解决办法!最新研究表明,患上慢性病,是人体缺少欧米伽-3造成的!

# 欧米伽-3 洗血就好

## 人类历史上最伟大的发现 神奇的欧米伽-3

惊人发现:爱斯基摩人“大块吃肉,大碗喝酒”,竟没人得高血压、糖尿病、冠心病、脑血栓、风湿关节炎、脑萎缩、前列腺炎、肾虚、尿毒症!

1971年,丹麦的戴伯格(Dyberg)医学博士率领一个20人的医学研究小组到了格陵兰岛,调查中他们惊奇发现:常年生活在寒带地区的爱斯基摩人,很少患有心肌梗塞、中风之类的慢性病。

戴伯格(Dyberg)医学博士花了几年的时间终于弄清了原因。原来,爱斯基摩人吃的海鱼、海豹、驯鹿、北极熊中,含有高脂肪(为现代人的5倍),他在这些高脂肪里面,发现了一种神奇的物质——欧米伽-3不饱和脂肪酸!他是由DHA、EPA、ALA三种物质,经过各国科学家无数次反复验证黄金配比而成的。它是人体必须的,而又是自身无法合成的物质,是构成细胞膜的必须元素。是高血压、冠心病、脑中风、糖尿病、风湿性关节炎等疾病患者的首选,还有抵制血小板凝聚的作用。ALA含有人体所需要的18种氨基酸,具有抑制肿瘤、免疫调节、逆转衰老的作用。

这就是他们大块吃肉,大碗喝酒,却没有高血压、糖尿病、冠心病、脑血栓、风湿性关节炎、脑萎缩、前列腺炎、肾病、尿毒症等病的原因!欧米伽-3被誉为继青霉素之后的最伟大的医学发现

### 欧米伽-3 有两大特点

一、是血液血管清洁剂——“洗血之王”;欧米伽-3能有效的清理血管,让血管里多余的甘油三脂、胆固醇、低密度脂蛋白及其他垃圾快速溶解分离出去。

二、是细胞抗衰老剂,“细胞活力素”。DHA和EPA是大脑,神经细胞及人体防御的重要组织部分,具有健脑益智和延缓衰老的功效。

## 欧米伽-3 适用八大慢性疾人群

- 一、高血压 高血脂导致的头晕、耳鸣、恶心、血黏、脑供血不足。**  
服用之后:血压、血脂指标恢复正常,血管软化,血液清澈,血粘稠降低,血流通畅,逐渐停用降压降脂药物。
  - 二、冠心病、心率不齐、心肌缺血引发的心慌气短、胸闷、呼吸困难**  
服用之后:心绞痛等并发症消失,生活恢复正常,不必再支架手术,心肌恢复正常了。
  - 三、糖尿病并发症**  
服用之后:血糖下降,不在依赖胰岛素,降糖药物,视物模糊,皮肤瘙痒的症状明显改善甚至消失,可适量吃些水果和肉类。
  - 四、风湿关骨病导致的骨质疏松、关节疼痛、骨质增生、晨僵、变形、骨折、关节破损需置患者**  
服用之后:骨基质变厚,骨小梁数量增多,骨密度增加,不抽筋,消除骨折隐患,使受损的骨关节重新恢复抗压力,抗压力,抗磨性。
  - 五、免疫力低下,亚健康**  
服用之后:感冒多次数量明显减少,抵抗能力增强,平时走路没劲,没精神打哈欠打瞌睡明显消失,走路做事神采奕奕,精神百倍,不在感到疲乏无力。
  - 六、中风偏瘫及后遗症患者**  
服用之后:半身不遂,言语不清,口角歪斜等症逐渐减轻,严重者适量活动,下床走路,较轻者生活可自理。
  - 七、更年期综合征引发的心悸、烦躁、出汗、头晕、失眠、易怒。**  
服用之后:症状自行消失,心情舒畅不在抑郁。
  - 八、眼部疾病,胃病**  
服用之后:青光眼、白内障等眼部疾病康复,眼前飞蚊症消失;胃病、胃酸、胃痛等病消失。
- 科学证实:**欧米伽-3为鱼油的80倍,相当于虾青素的180倍,青霉素的1000倍,天然纯正高科技产品,安全有效无任何副作用,可长期补充。

## 救助慢性疾病我们在行动

中国医疗保健国际交流促进会共同发起的“慢性病康复工程公益活动”在全国启动,此次活动厂家将发放价值1000~5000元不等的欧米伽-3援助补贴,本次活动系爱心公益救助性质,为满足更多的慢性病患者需求,每人最多申领天然纯正国家专利产品欧米伽-3一年用量(数量有限,先到先得,领完为止)。

原价99元,现在只卖9.9元,此次纯属公益活动,每人最多援助一年用量,每个家庭最多援助两年。

今天至4月20日 **9.9**元/盒

4月21日 **39.9**元/盒

4月22日恢复原价 **99**元/盒



抢购热线 **400-0187-315**  
全国免费送货上门,货到付款