

水泥线杆受损 过往市民担心

□文/图 本报记者 于文博

8月27日,市民王先生向本报新闻热线反映,称市区解放路烟厂花园附近有几根水泥线杆受损严重,存在安全隐患,希望有关部门尽快处理。

随后,记者赶到现场。在王先生所说的地方,记者看到这里设置有不少水泥线杆,其中一些水泥线杆受损比较严重。一根设置在盲道旁的水泥线杆底部有深深的裂痕,水泥线杆已经向一侧倾斜。在水泥线杆上方架设着许多电线,来往的路人看到这种情况,都选择绕路走。

在这根水泥线杆附近,另一根水泥线杆也出现了类似



水泥线杆的底部受损严重。



水泥线杆出现严重倾斜。

的问题,水泥线杆底部的部分水泥已经脱落,露出了钢筋。“这些水泥线杆年久失修,我们每次路过这里,都胆战心惊。”一些在附近游玩的市民告诉记者。

“这附近的水泥线杆特别多,也不知道是谁设置的,时间长了,有的水泥线杆受损比较严重,看起来很危险。”王先生告诉记者,“这附近还有学校、居民小区和菜市场,每天来来往往的人和车辆特别多,水泥线杆这样的状态,真是让人害怕。”

随后,记者将此事反映至供电部门,一位工作人员表示,他们会派相关工作人员到现场查看,确定水泥线杆的归属后妥善处理。

选择牙刷 因人而异

选择什么样的牙刷清洁效果最好?传统的手动牙刷,品牌繁多的电动牙刷,还是打着超声震动概念的声波牙刷?答案也许不一而足,口腔预防医学专家指出,牙齿的清洁度与刷牙态度和技巧相关性更强,刷牙工具之间的差异性不大。

虽然有数据显示,清除同样数量的牙菌斑,电动牙刷比手动牙刷的速度更快,但不论手动牙刷还是电动牙刷,都不能100%清除牙菌斑。最大限度地清除牙菌斑,除了刷牙,还需配合使用牙线或牙缝刷。现代口腔疾病预防的理念是用最简单的工具或办法,达到最大化的预防效果。因此,一味强调刷牙工具在清洁牙齿方面的差异性并无意义。

保持良好的口腔卫生要遵

循两大标准,一是所有的牙面都清洁干净,二是对牙齿和牙龈的磨损度降到最低。刷牙态度消极的人,口腔卫生条件差,反之,刷牙态度积极的人中,有些因刷牙用力过猛,导致牙齿或牙龈出现磨损。目前这两个极端刷牙人群的数量都不少。

牙齿磨损不可再生。为了避免刷牙磨损牙齿,对待不同位置的牙齿,刷牙时要轻重有别。通常来讲,下牙内侧面,上牙后部外立面,清洁难度最大。清洁这两个区域的牙齿时,不仅力度要大些,频次也要增加。像门牙这样不易隐藏牙菌的位置,可以适当降低力度和频次。另外,处于上下两排牙中弧形位置处的牙齿,最易发生磨损,刷牙力度要轻。刘敏强调,无论使用哪种类别

的牙刷,都要遵循以上刷牙原则。

选择牙刷讲究因人而异,无论类别和品牌,满足使用舒适和能够将牙齿刷干净两大标准即可。刷头的软硬可根据个人卫生状况选择。口腔卫生状况良好的人,可以使用软毛刷头,减少对牙齿的磨损概率;如果口腔卫生条件差,就要选择硬毛牙刷,提高牙齿清洁度。牙刷的更换频率也不必拘泥于三个月,可根据个人感受和牙刷的磨损度进行取舍。

相关阅读

正确刷牙步骤

- 1.先刷牙齿外表面。牙刷的刷毛与牙齿表面呈

45度,斜放并轻压在牙齿和牙龈的交界处,轻轻做小圆弧状来回刷,上排的牙齿向下、下排的牙齿往上轻刷,注意轻刷牙龈,适当按摩可促进血液循环。

2.刷牙齿咬合面。

平握牙刷,力度适中来回刷牙齿咬合面,保健型牙刷的动感刷毛可发挥不同部位的独特作用,分别深入清洁牙面及牙间缝隙。灵活纤薄的刷头,令难以触及的后臼齿也能被清洁干净。

3.刷牙齿内侧面。

竖起牙刷,利用牙刷前端的动感刷毛轻柔地上下清洁牙齿内表面。

4.轻刷舌头表面。

由内向外轻轻去除食物残渣及细菌,让您保持口气清新。 晚综

出门看天

据市气象台预报,受热带低压外围和南下冷空气共同影响,明天、后天我市将迎来阵雨天气,降雨过后,气温变化不大。

夏末秋未至,夜凉风露清。近期,我市早晚凉爽,但暑热仍在,今天白天最高气温仍可达32℃,夜晚最低气温在21℃,体质较弱的朋友要注意及时增减衣物。

处暑节气到来之后,饮食方面提醒大家要多吃一些滋阴润燥的食物,少摄取辛辣、多增加酸性食物。

今明后三天天气

8月28日	晴到多云 21℃~32℃
8月29日	多云转阵雨 25℃~31℃
8月30日	多云,局部有阵雨 23℃~30℃

(感谢葛战旗提供信息)

生活提醒

如何挑选哈密瓜

哈密瓜是很多人喜欢吃的水果,它不但香甜,还富含维生素,但在我们购买时如何才能挑选到香甜味美的哈密瓜呢?

越沉越好。成熟的哈密瓜含糖量较高,因此分量也会更重些。

越硬越好。成熟优质的哈密瓜通体偏硬,用手指按压时不会留下坑印。

教你一招

衣服缩水 两招还原

洗发水

适合:针织、棉、羊毛、羊绒等几乎所有衣服材质。

方法:先将1升温水倒入水槽或者盆内,再将15毫升婴儿洗发水倒入水中,可按此比例酌情添加温水和洗发水。将温水和洗发水搅拌均匀后,把缩水的衣服浸泡在水中,确保完全浸泡30分钟左右。把毛巾连带着里面的衣服再次拧干,并保持十分钟。最后把衣服取出来,扯平,悬挂晾干即可。洗发水能够舒展衣物纤维,晾干时重力能够进一步拉伸衣物,自然就能将衣服还原了。

醋或硼砂

适合:羊毛、羊绒。

方法:将温水倒入水槽或水盆,每升水加2勺硼砂,或者每升水加500毫升白醋。混合均匀后,将羊毛衣物浸泡在水中至少25分钟。如果衣物缩水严重,浸泡时可以轻轻拉扯衣物。25分钟后将衣物拿出来拧干,并将衣物铺平在毛巾上,卷成一团,再拧干。之后让衣物在毛巾内呆10分钟左右。然后拿出衣物,铺平晾干即可。不喜欢醋味的可以用冷水手洗衣物,再悬挂晾干。

晚综

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查,仍不能保证每一条信息的真实性,请客户在使用本版信息时认真核实相关资料,签订有效法律合同,因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话: 0395-3132295 3117189 13781707655

家政服务

清爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗
石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

欢迎刊登
分类信息

红丝线婚介

重诚信 讲信誉 服务规范 专业保密
十二周年庆典活动中,优惠多多,
敬请你来参与,欢迎您的垂询!
05682 女 24 未婚 1.68米 大专财务 苗条漂亮 白皙内秀
05683 女 27 未婚 1.68米 大专国企 知书达理 文静端庄
05685 女 32 已婚 1.64米 自由职业 端庄大气 聪慧贤淑
06398 男 28 未婚 1.75米 本科教师 阳光帅气 有房有车
06399 男 30 未婚 1.71米 大专国企 成熟稳重 独自有房
06400 男 43 离 婚 1.75米 机关干部 沉稳儒雅 车房齐备
爱情热线: 2923599 13069559387 (微信)
QQ:1239969982 丁湾法院路南方法院学校二楼红丝线婚介

传递最实用的生活资讯

婚介信息

世纪缘 2003年创办
加贺! 世纪缘七夕相亲活动
圆满成功!
地址:市人民路美隆大厦B座十楼
相亲热线:3398505 2121213

●征婚:女(32764) 33岁,未婚史,1.68米,自办辅导班,善解人意,温柔大方,寻年龄相当有上进心的男士。电话:2121213 微信:13523953597

●征婚:男(61421) 37岁,离异,1.75米,经商,有车房,条件优越,寻温柔善良,形象佳的女士。电话:2121213 微信:13523953597

●征婚:女(33026) 27岁,未婚史,1.63米,销售,苗条靓丽,性格开朗,寻阳光开朗有上进心的男孩。电话:18839527539 微信:luohe6179

●征婚:男(91787) 53岁,离异,1.71米,公务员,性格温和,懂得照顾人,寻有包容心,性格温柔的女士。电话:13721374788 微信:1021659026