

泰安市发布新冠肺炎中医药预防方案

预防新冠 中医有“方”

本报讯（最泰安全媒体记者 徐文莉 李皓若）日前，为进一步发挥中医药在应对新型冠状病毒感染中的优势，针对秋冬季新冠病毒感染和流感的发病特点，市卫生健康委组织我市中医药专家组参照《山东省中医疫病防治方案》，制定了《泰安市冬春季新型冠状病毒肺炎中医药预防方案》，指导公众科学应用中医药预防疾病。

市中医医院副院长、市疫情防控中医药专家组组长李平介绍，本次预防方案针对不同人群人体生理病理特点，按照中医理论，为市民提供了中药预防方案、中医特色预防、传统功法、日常生活调养四大方法。其中，中药方剂有普通人群预防方和重点人群预防方，并结合不同体质人群给出了不同的方药加减。市民也可通过姜枣茶、玉屏风茶、百合银耳莲子羹等中药药膳，穴位按摩、艾灸等中医特色疗法，八段锦、太极拳等运动康复疗

法，有效改善身体状态，增强抗病防病能力。

我市发布的新型冠状病毒肺炎中药预防方包含了黄芪、炒白术、防风、金银花、连翘等药材，一线医务人员、密切接触者等重点人群的预防方增加了苍术、西洋参、大枣等药材。李平告诉记者，普通人群的中药预防方功效以益气固表、清热解毒为主，重点人群的预防方药量加重，并增加了补肺益气、清热燥湿的药材。中药预防方主要起预防作用，有扶正祛邪功效，服药期限一般一周左右。

市疫情防控中医药专家组成员、泰安市中医医院肺病一科主任闫平提醒，市民服药及饮用代茶饮预防方期间，如有不适感觉，应立即停止使用，并及时咨询医师；老人、儿童、慢性疾病患者和胃虚寒者以及有特殊疾病或用药患者，应在医师的指导下使用；儿童必须在成人监护下使用，并注意剂量减量

或在儿科医师指导下使用；孕产妇慎用预防方。服药期间，市民应清淡饮食，少食或忌食油炸、熏烤或辛辣、油腻之品；保持良好卫生习惯，勤洗手，戴口罩，做好自我防护；保持平和心态，作息规律，勿过分紧张，服用期间如出现发热等变化可及时就诊。

除中药预防方外，市民也可选择穴位按摩、艾灸、药膳、防疫香囊等中医特色预防，比如穴位按摩可重点按摩迎香、风池、足三里等穴位，调畅气机，提高机体免疫力。此外，市民应规律作息，保证充足睡眠，适当锻炼身体，可以每日一到两次练习15至20分钟的八段锦或30至50分钟的太极拳，提高抵抗力。



扫一扫二维码
看中药预防方

冷空气将影响我市 14日最高温降至零下

本报讯（最泰安全媒体记者 张芮）近几天，冷空气“缺席”天气舞台，我市气温走势平稳。不过，新一波冷空气正在积攒实力，即将开始活跃起来。记者12月8日从泰安市气象台了解到，未来几天我市以晴间多云天气为主，预计10日前后受弱冷空气影响，14日前后受强冷空气影响，气温有所下降。

据泰安市气象台12月8日预报，未来几天，我市以晴间多云天气为主，北风转换频繁，12月9日早晨有雾或轻雾。未来几天将有两次冷空气影响我市，其中，10日前后有一次弱冷空气影响我市，预计10日最高气温5℃左右；14日前后，一次强冷空气将影响我市，气温下降，并伴随6到7级阵风，从目前资料来看，14日最高气温或在0℃以下。

具体来看，12月8日夜间到12月9日，我市晴转多云，有雾或轻雾，降水概率20%，北风2到3级，湖面3到4级，最低气温-1℃左右，最高气温10℃左右；12月10日，多云转晴，降水概率20%，南风3到4级转北风4到5级阵风6到7级，湖面5到6级阵风7到8级，最低气温-4℃左右，最高气温5℃左右；12月11日，晴间多云，降水概率20%，北风转南风2到3级，湖面3到4级，最低气温-6℃左右，最高气温3℃左右。

今起泰安汽车总站恢复运营

本报讯（最泰安全媒体记者 张建）记者从泰安汽车总站了解到，12月9日起，从该站发车的各客运班线将有序恢复运营。

12月9日起，车站恢复泰安至

聊城、潍坊、东营等客运班线；12月10日起，将恢复泰安至蓬莱、临淄等客运班线；12月11日起，将恢复泰安至蒙阴、黄岛客运班线。具体发车班次以当天为准，其他省

际、市际班次也将陆续恢复。

市民可关注“泰安交运伴你行”微信公众号或拨打客服电话0538—2188777查询班次信息，随时了解班次动态。

国网泰安供电公司 2022年12月份停电公告(三)

尊敬的用电客户：
因供电设施检修，我公司计划在下列时段对以下线路进行停电检修，现将检修线路、停电区域及主要影响客户范围列表公告如下：

序号	停电设备名称	工作内容	停电时间	主要影响客户范围
1	110kV大河变电站:10kV 粥店线加气站101环网箱进线02开关至10kV 粥店线环湖路102A环网箱进线01开关间线路	10kV 粥店线二十里铺102环网箱进线02开关至10kV 粥店线102A环网箱进线01开关间电缆线路及10kV 粥店线二十里铺102环网箱至10kV 粥店线天平湖支102-201环网箱间电缆线路改迁;更换10kV 粥店线二十里铺102环网箱和10kV 粥店线天平湖支102-201环网箱;电缆头制作安装,新建分接箱2台,送电后核相。	17日7:00至17日20:00	二十里埠小区、天平湖一号小区、中国铁塔股份有限公司泰安市分公司、天平湖旅游投资有限公司、新城鸿璟房地产公司
2	220kV天平变电站:10kV 新区线666断路器至10kV 新区线102环网柜进线01开关间线路	更换原10kV 新区线101环网柜,电缆头制作;送电后核相。	18日8:00至18日18:00	京沪高铁回迁楼C区小区、高铁B区二期小区、英雄山小学
3	35kV西庄变电站:10kV 洪河线水峪支线160-00D开关至末端线路	10kV 洪河线水峪支线#17-#39号杆更换绝缘导线。	18日8:00至18日18:00	土山村、水峪村、南韩村、泰新高速化马湾收费站、泰安市岱岳区化马湾乡水峪村村民委员会、中国石化山东泰山石油公司
4	220kV天平变电站:10kV 客运线651断路器至10kV 客运线望岳广场102环网柜进线01开关间线路	更换原10kV 客运线101环网柜,电缆头制作;送电后核相。	19日8:00至19日18:00	高铁B区二期小区、京沪高铁回迁楼C区、英雄山小学、鸿易置业有限公司
5	110kV大河变电站:10kV 体育场线东岳大街103环网箱进线02开关至体育场线东岳大街105环网箱进线01开关间线路	更换原10kV 体育场线东岳大街104环网箱,电缆头制作;送电后核相。	20日8:00至20日18:00	君悦山小区、泰安市食品药品监督管理局、泰安市市政工程处、天津银行
6	220kV徐楼变电站:10kV 旧镇线王家店北支17-00D开关至末端线路	更换王家店泮河小区箱变,3号杆、4号杆绝缘防护。	22日8:00至22日17:00	王家店村北、王家店泮河小区
7	220kV徐楼变电站:10kV 旧镇线王家店支09-00D开关至末端线路	T接与新建王家店A台区,安装快速跌落开关2组,绝缘防护,加装驱鸟器。	24日8:00至24日17:00	王家店村中
8	110kV财源变电站:10kV 金桥线灵芝街104环网箱灵芝出线11开关至末段线路	更换灵芝小区箱变。	24日8:00至24日17:00	灵芝小区
9	220kV徐楼变电站:10kV 旧镇线铁路宿舍支线灌庄分界开关至末端线路	更换灌庄(2)高耗能箱变。	25日8:00至25日17:00	灌庄回迁楼

检修工作有可能比计划时间提前完成，我公司或会提前恢复送电，如因天气及不可抗力导致检修工作无法正常进行或延误送电，敬请谅解，请注意恢复送电过程中的用电安全。如有其他用电疑问，请拨打供电服务热线：95598。

双电源及自备电源用户，需切换电源时请提前3天到供电公司办理有关手续。

我公司对电网检修工作给您带来的不便表示歉意，并将努力缩短停电时间，衷心感谢您的理解与支持！