



电视剧

- 中央电视台(一)
13:03 连续剧: 两黄金 22, 23
19:55 连续剧: 十万人家 24, 25
23:28 星夜剧场: 烽火少年 10, 11
- 中央电视台(三)
7:30 连续剧: 宝莲灯 5, 6
00:00 连续剧: 新四军 23~25(次日)
- 中央电视台(四)
19:11 连续剧: 英雄虎胆 5
- 中央电视台(八)

- 6:00 剧场: 乐意为人 19~21
8:35 连续剧: 西游记 23~25
12:53 连续剧: 西游记(续) 1~5
17:00 剧场: 天地有情 55, 56
19:30 剧场: 仁者黄飞鸿 11~13
22:00 每日佳艺: 冷暖人间(四) 19, 20(日本); 乞丐王子 37~39(韩国)
02:24 环球影院: 案发现场(一) 25~28(次日)
- 中央电视台(十一)
11:13 连续剧: 汉武帝大帝 51, 52
16:55 连续剧: 神探狄仁杰(二) 5, 6
23:54 连续剧: 昭君出塞 35~37
- 中央电视台(十二)
6:00 连续剧: 王保长歪传(精编版)(四) 1, 2
15:50 剧场: 西游记 8, 9
21:30 连续剧: 王保长歪传(四) 3, 4

- 北京卫视
9:04 连续剧: 笑着活下去 6, 7
13:10 连续剧: 乔省长和他的女儿们 23, 24
19:40 连续剧: 乔省长和他的女儿们 23, 24
- 上海东方卫视
10:00 剧场: 西游记 17~20
13:30 连续剧: 西游记 21, 22
19:35 剧场: 爱在有情天 23
- 天津卫视
8:00 剧场
13:08 剧场
19:32 剧场: 李卫当官 23:00 剧场: 遗失的世界之丛林历险
- 重庆卫视
8:10 剧场
11:00 剧场
19:33 剧场
- 河北卫视
7:50 剧场
12:55 剧场
19:35 剧场
- 黑龙江卫视

- 8:20 剧场
19:33 剧场
- 江苏卫视
8:25 剧场: 我叫金三顺 11~20
21:00 剧场: 桃花灿烂 13, 14
22:50 剧场: 雪狼 11, 12
- 浙江卫视
8:19 剧场
19:36 剧场: 倚天屠龙记 32~34
22:11 剧场
- 安徽卫视
8:58 剧场: 魔女游戏
19:35 连续剧
23:15 连续剧: 舞动全城
00:15 电视剧: 血色浪漫(次日)
- 山东卫视
7:36 剧场: 绝不放过你 20~22
11:55 剧场: 婚姻与阴谋 20~24
19:38 剧场: 凤穿牡丹 34, 35
00:20 剧场: 凤穿牡丹 54~61(次日)

- 湖南卫视
13:45 剧场
21:55 剧场
- 广东卫视
9:09 剧场: 越王勾践 4, 5
13:02 剧场: 外来媳妇本地郎
14:39 剧场: 后天美女 9, 10
21:10 剧场: 深圳湾 8
- 广西卫视
7:57 剧场: 火花游戏 17~20
18:00 剧场: 天眼神虎 39, 40
23:39 剧场: 狙击 15, 16
02:00 剧场: 李卫当官(二) 21, 22(次日)
- 四川卫视
7:35 剧场
12:51 剧场
20:05 剧场
- 贵州卫视
13:00 剧场: 光荣岁月 13~15
15:23 剧场: 五月的鲜花 20, 21
19:40 剧场: 光荣岁月 7~9

- 云南卫视
7:03 剧场: 武林外传 20~30
20:11 剧场: 想爱都难 13, 14
01:00 剧场: 楚留香传 12(次日)
- 陕西卫视
8:25 剧场: 暗宅之谜 21
13:30 剧场: 笑着活下去 22~25
20:00 剧场: 山野 15, 16
23:05 剧场: 重庆谍战 31, 32
01:20 剧场: 贞观之治 45, 46(次日)
- 中央电视台(六)
4:17 故事片: 杀机背后
6:10 故事片: 警门虎子
7:55 故事片: 天龙八部
13:10 电影: 抗日冲锋队 猎狼行动
14:55 电影: 抗日冲锋队 偷梁换柱

- 16:45 电影: 抗日冲锋队 密码使命
22:14 译制片: 李小龙传奇(美国)
00:28 故事片: 雪花那个飘(次日)
02:24 故事片: 双栖间谍(次日)

体育

- 中央电视台(五)
9:30 2008/2009 赛季 NBA 赛场(爵士队—火箭队)
12:55 2008 年世界职业拳王争霸赛
19:25 2008/2009 赛季中国男子篮球职业联赛

戏曲

- 中央电视台(十一)
6:06 地方戏之窗
13:16 CCTV 空中剧院
19:31 九州大戏台

肾病患者如何过冬

天气趋冷,皮肤排出的汗液和毒素减少,肾脏的负担比其他季节增大。肾炎、高血压肾病、尿毒症等慢性肾病人的病情往往容易恶化。肾病患者怎样才能防止肾病加重,安全度过冬季呢?就此,笔者走访了河南淇县同济肾病医院,医院院长李兴国讲,总的来说需要做好三方面的保健工作。

严防感冒

李院长说,研究证实,感冒是导致肾病患者肾脏损伤的主要因素之一。临床表明,患有慢性肾炎的病人感冒当天或次日会使病情复发、加重,肾脏加剧损伤。急性肾炎一般易在感冒后的10天~15天出现,症状显示为浮肿、尿血,如果患者这时检测肾功能,就会发现肌酐尿素氮迅速升高。很多患有慢性肾炎的病人都在看完感冒后就不得不“转战”肾内科,还有不少肾病患者则是在感冒中被发现有肾病。

有许多肾病患者的感冒属于隐匿型,这是由于身体免疫功能降低,不会出现发烧头痛等明显的感冒症状,只出现怕冷怕风,咽喉痒痛等轻微不适感觉,这些往往不易引起患者重视,但实际上对肾脏的损伤同样非常严重,因此,感冒后有浮肿、尿血等症状一定要赶紧去医院看病。一些患有尿毒症、糖尿病等肾病的病人更要注意。

控制饮食

除感冒外,肾病的另一大诱因和加重因素是饮食不当,摄取过高的蛋白质。临床统计显示,每年临近节日都是慢性肾病发病、复发、加重的高峰

期。慢性肾病人很容易在冬季因摄取过多蛋白质而导致病情加重。有些人起初可能表现为大吃大喝后胃口不好,很多人误认为是消化系统出问题,可能会去消化科就诊。其实贫血、血压高、浮肿、腰酸都可能是肾脏发病的前兆。所以,肾病患者在大吃大喝的时候,要多想想自己的健康,高蛋白、高脂肪的食物尽量少吃,尤其是肾功能不好的人,更要注意。

加强锻炼

肾病患者由于天气寒冷,更加不愿意运动,整个冬天喜欢呆在温暖的家里甚至卧床休息。同济医院专家提醒:这是极其错误和危险的,这样会使肾脏血流减缓,加重血液淤滞和肾脏的硬化萎缩。肾病患者在冬季应该坚持合理的运动锻炼。

咨询热线:0392-7221333
免费咨询热线:8009191555
网址:<http://www.hn-tjyy.com>

(陈静)



海岩转型刷上星

《金耳环》重亲情

被称为海岩转型作品的《金耳环》正在江苏卫视上星首播,经过重新剪辑后的《金耳环》更加突出亲情,海岩似乎有意通过这部剧冷藏自己的“悬疑+爱情”成熟模式,希望靠亲情打动观众心弦。

据海岩说,这次的上星版本,与地面频道播出的相比修改了部分情节,在经过精心“处理”后,《金耳环》亲情主线更加明显。不但剧情修改,剧名也由《河流如血》改为《金耳环》。在故事中,金耳环引领保良走上寻亲之路,联系着姐弟俩的命运。

此前,海岩的作品大多是涉案剧,《金耳环》则与《永不瞑目》、《玉观音》等海岩名作有本质区别。剧中,海岩着力讲述了一个父亲与子女之间既温馨又残酷的家庭故事。作为一个父亲,海岩对剧中的“父亲”角色有自己的理解:“剧中的父亲粗暴、不讲

理,不能理解姐弟的想法,那是因为他们所经历的时代不同,这是上一代与这一代之间客观存在的一种矛盾。”对于两代人之间的矛盾,观众会更同情谁?海岩坦言,“我希望《金耳环》播出后能得到观众的反馈。”

(张红梅)

●江苏卫视每天 19:35 正在播出

野生大鱼坊

来自乌苏里江无污染的绿色生态大鱼

我们的鱼老人吃了长寿,小孩吃了健脑,女人吃了美容养颜,男士吃了更强壮,“喝江鱼一碗汤赛过飞禽走兽一筐”,何不陪同亲戚朋友领导来到野生大鱼坊品尝生态鱼。

宁吃野生一两 不吃养殖一斤
野生大鱼坊,今天吃了明天想!

预约电话:2615789 15939257456

野生大鱼坊全体员工恭候您的光临!

地址:山城区山城路与奔流街交叉路口路西

2009年度《淇河晨报》小记者招聘开始

自《淇滨晚报》小记者采访团成立以来,本社组织小记者进行了培训、参观等一系列活动,得到了小记者和家长的广泛赞扬。明年《淇滨晚报》更名为《淇河晨报》,应广大同学和家长的强烈要求,经报社党委研究,本报决定招聘2009年度《淇河晨报》小记者,具体要求如下:

一、招聘范围:

凡学习优良、思想活跃、身体健康、爱好广泛、遵守纪律、积极参加社会实践、关注《淇河晨报》、有一定写作(摄影、绘画)基础的中小學生,均可申请报名。

二、录取条件:

报名者提供1篇~2篇能反映实际水平的优秀习作和一寸免冠照片两张,经报社审核后录取;在正规的报纸、书刊、广播电视、网络上发表过作品,或在学校以上各类比赛中获得过奖励的中小學生可直接录取。报社审核录取后缴费160元。

三、报名方式:

- 1.直接到报社二楼211室小记者活动中心报名。
- 2.可由学校组织集体报名。
- 3.可由本报正式小记者推荐报名。

四、《淇河晨报》小记者可享受以下待遇:

- 1.发放小记者证、采访本、小记者帽。
- 2.免费赠阅一年《淇河晨报》1份(价值138元)。
- 3.可参加以下活动:
 - (1)免费为小记者举办知识讲座;
 - (2)免费组织小记者参加市内采风活动;
 - (3)优秀小记者可申请跟随报社记者实习;
 - (4)享受诸多合作单位为小记者提供的优惠或免费服务。
 - (5)在本报《小记者家园》专版刊发小记者优秀稿件及绘画、书法、摄影作品。
 - (6)在本报《小记者家园》专版免费为小记者祝福生日。
 - (7)每年对优秀小记者进行评选奖励。

报名咨询电话:2189906 3319180 13033892229(王老师) 13849202392(关老师)

七店同贺升级版:裕隆超市九州店撼世登场,百余款商品低于进价销售。敬请关注!服务热线:2960888