

# 今年春运旅客发送量预计减少7%

## 节前铁路客流高峰预计出现在1月27日至29日

再过2天，一年一度的春运就要拉开帷幕。记者从日前召开的我市春运工作会议中了解到，在今年40天的春运中，我市预计发送旅客2142万人次，同比减少7%。其中铁路宁波站等一批新场站投入使用，杭甬高铁等新的交通运输方式开通，都将是今年春运的最大变化。

—— 记者 范洪

据介绍，除新开通的铁路宁波站外，我市今年还有庄桥高铁站、余姚北高铁站以及汽车南站临时站等客运场站均将首次面临春运考验。

随着杭甬高铁的开通，今年春运铁路客流将同比上升30%，达到382万人次；公路客流为1650万人次，同比下降13%；民航客流68万人次，同比上升6%；水路客流42.3万人次，同比减少3.6%。

春运期间，铁路宁波站将在常规开行的96对列车基础上，增开洛阳、贵阳、阜阳、成都方向的5对临客列车。记者了解到，截至目前，节前绝大多数长途普通列车车票已

全部售罄。相关人士建议，到现在还没有买到返乡火车票的旅客，选择其他交通出行方式返乡，或到周边杭州、上海等城市火车站中转返乡。而随着春运的临近，到杭州、上海方向的短途高铁票也开始逐步升温，目前个别日期上午时段车票已经出现紧张，建议抓紧购票。

此外，由于目前铁路宁波站仍处于工程建设期，北广场、汽车站、地下停车场等配套设施仍然无法使用，因此建议旅客选择公共交通工具到站乘车，以免耽误出行。

从目前预售票情况看，铁路宁波站今年节前客流高峰将出现在1月27日~29日，也就是农历腊月廿七到廿九。

### ■相关新闻

## 江北一老板热心帮员工“抢票”

### 已有近九成员工回家车票有了着落

商报讯 (记者 林伟 通讯员 吴红波) “注意了，各种应用软件都退出来，抢票马上开始了。”昨天，离早上9点还差10分钟，随着人力资源部李经理发出最后的提醒，宁波萌恒服装辅料有限公司办公室的气氛一下子紧张起来。自去年12月28日来，每天早上这里都要上演一场激烈的“抢票争夺战”。

有钱没钱，回家过年，这是中国人共同的心愿。可说到买车票这事，就让人头痛不已。为了让来自异乡的员工顺利回家吃上团圆饭，萌恒公司的老板调度帮忙“抢票”，在抢票时间段只给数十名“抢票专员”供网。

这是萌恒公司为外来员工代买车票的第5

个年头了。临近过年，公司统一收集需要买票的员工身份证，相关工作人员先去火车站订团购票。然后，再由数十名办公室人员组成“抢票队”，一到放号时间就准时蹲守电脑前“抢票”。

该公司共要买火车票937张，截至目前，已“抢”得836张票。

“有了票心就踏实了，也能安心把年底最后的工作做好。”萌恒公司一外来员工笑着说，“这是老板年前给我们最好的福利。”

由老板带头发起，自上而下的“抢票”行动，可谓收到双赢的效果。员工吃了定心丸，心里暖暖的；老板得到了员工的信任，还可以消除年底“军心散乱”的烦恼。

## 颈椎病切莫自行按摩推拿



**毛巾抵抗**

用毛巾紧贴后颈部，双手拉，头颈则向后用力相互抵抗5次。



**左顾右盼**

头先向左后，再向右后转动，幅度宜大，以自觉酸胀为好，30次。



**前后点头**

头先前后，前俯时颈项尽量前伸拉长，30次。



**摇头晃脑**

头向左一前一右一后旋转5次，再反方向旋转5次。

医生推荐的颈椎操

商报讯 (记者 鲍云洁 通讯员 应红燕 虎贲) 前天，40岁的俞女士上厕所时突然一阵头晕，摔伤了头，之后整个人就陷入了昏迷。拍片显示为蛛网膜下腔出血，需要住院治疗。考虑到俞女士4年前就被查出患有颈椎病，一直没有好好治疗，医生们推断，这次意外应该是由颈椎病引发的。

### 颈椎病病因复杂

专科医生告诉记者，颈椎病虽是常见病，但病因复杂，表现症状也多种多样，出现误诊或误治的可能较大，因此患者如果出现手麻脚麻、头晕恶心等症状，一定要及时到医院就诊。

李惠利医院骨科副主任医师陈斌辉告诉记者，颈椎病分为多种类型，包括神经根型颈椎病、脊髓型颈椎病、椎动脉型颈椎病、交感神经型颈椎病等等。不同类型颈椎病的症状也有所不同，例如神经根型主要表现为手部麻痛，脊髓型主要表现为手脚发麻，而交感神经型、椎动脉型主要表现为头晕、恶心等症状。

俞女士患有椎动脉型颈椎病，主要表现为头晕、恶心，很容易被误以为是过度劳累或其他原因所致，而到神经内科等科室去就诊，如果碰到经验不足的医生，会因误诊而耽误治疗。

### 不要自行按摩推拿

“如果是局部肌肉酸痛，可以用放松的按摩来缓解，但如果已经发展到颈椎病了，患者千万不要轻易到非医疗机构按摩推拿。”

陈斌辉说，“例如脊髓型颈椎病就不能进行牵引或推拿。”

陈斌辉曾碰到多次类似的误治情况：“曾有一名40多岁的中年男子，患有脊髓型颈椎病，自己到按摩店推拿，有一天按摩完后骑电动车回家，骑着骑着突然手脚无力，坐在地上动不了了，被路人送到医院后，发现是按摩不当造成急性脊髓损伤，所幸手术治疗后得以恢复。”

但并非所有人都那么幸运，让陈斌辉印象最深的是有一名30多岁的女病人，脖子不舒服多日，也没有及时到医院就诊，而是自己买了个按摩器，让老公在家帮她按摩。一天晚上，按摩结束后，她突然发现自己全身动不了了，紧急送到医院。原来她患有颈椎病，因为急性脊髓损伤而全身瘫痪。遗憾的是，因为损伤严重，手术治疗后也无法恢复了。

陈斌辉说，颈椎病病因很复杂，类型也很多，患者出现相关症状时一定不要轻视，更不要自行按摩推拿，应在医生的指导下治疗。

### 如何防治颈椎病

陈斌辉建议，颈椎病患者要使用低枕，最好使用波浪形的枕头，脖子处可以适当垫高；睡觉的姿势最好采用侧卧位或仰卧位，不要俯卧；长期伏案工作者可以适当将桌面调高，经常站起来做做颈椎操。患者应该注意颈椎保暖，女性尽量穿高领衫，男性也要穿严实，睡觉时要把脖子盖严实一些，夏季不要直接吹空调，空调温度尽量控制在28℃左右。

此外，陈斌辉还向大家推荐了一套颈椎操(如图)。

## 使用热水袋谨防烫伤

商报讯 (通讯员 刘春霞 记者 鲍云洁) 记者了解到，入冬以来，许多市民都有使用热水袋取暖的习惯，而被热水袋烫伤的病人也明显增加，特别以年老体弱者、年轻女性及婴幼儿为多。

据镇海龙赛医院皮肤科主任沈军介绍，被热水袋烫伤有两种情况：

一是热水袋破裂，热水溢出直接烫伤皮肤，这类患者以儿童为主。和一般热水烫伤相同，受伤后应迅速脱去或剪开被热水浸湿的衣物，立即用冷水冲洗烫伤部位。天气冷不便冲洗时，可用冷水毛巾或冰袋敷在伤处，持续30分钟以上，并尽快到医院进一步治疗。

二是长时间接触并不太烫的热水袋导致的。这类患者以年老体弱者及年轻女性多见。病人早晨起来发现小腿被烫伤，起较大水泡，而热水袋往往并不是很烫。这在临床上称为“低热烧伤”或“低温烫伤”，是指长时间接触高于45℃的低热物体所引起的烫伤。

导致皮肤烫伤的因素有两个：一是热力，二是作用时间。

由于冬季人体神经反应比较迟钝，皮肤的感觉也较弱，而且下肢皮肤的角质层比较厚，刚接触热水袋时，皮肤可能并没有感觉烫。但时间一长，热力逐渐渗透到组织而引起烫伤，如同“文火炖肉”。一些人因为疲劳等睡得很熟，感觉迟钝，如醉酒后、老年人、婴幼儿、瘫痪者等，在熟睡的时候很少翻身，紧贴热水袋的这部分皮肤就容易局部烫伤。

这类低温烫伤表面看起来面积小、并不严重，但实际上几乎都是深度烫伤，不仅皮肤全层严重受损，有的已经烫伤到了皮下脂肪层甚至肌肉层，面积稍大点的往往需要手术植皮治疗才能愈合。因此，一旦发生这种烫伤，千万不要掉以轻心。如果不及时治疗耽误了病情，病原体容易在伤处生长繁殖而形成继发感染，创面会进一步加深，不仅增加痛苦，而且增加治疗难度，增加经济负担。



中信银行  
CHINA CITIC BANK  
宁波分行  
NINGBO BRANCH

95558  
www.citic.com

中信助您

马上有财

| 产品名称             | 期限       | 参考年化收益率   | 起点金额   |
|------------------|----------|-----------|--------|
| 人民币理财产品          | 六个月      | 5.8%      | 5万元    |
|                  | 三个月/435天 | 6.0%/6.2% | 5万元    |
|                  | 半年/1年    | 5.8%/6.0% | 10万元   |
| 人民币理财产品 (财富客户专属) | 63天      | 5.4%      | 100万元  |
|                  | 96天      | 5.9%      |        |
| 外币理财产品           | 360天     | 6.0%      | 9000澳元 |
|                  | 90天/360天 | 4.4%/4.6% | 9000美元 |

温馨提示：1. 理财非存款，产品有风险，投资需谨慎。  
2. 产品额度有限，请咨询各网点理财经理。

中信银行  
宁波分行网页



网点

理财经理热线

分行营业部 83873822 87733065  
海曙支行 87341187 87341115  
中山路支行 87981092 83873555  
江北支行 87173610 87173537  
江东支行 87733516 87712552  
兴宁支行 87854802 87854808  
百丈支行 87854871 87854878

网点

理财经理热线

中兴路支行 89103255 89103299  
鄞州支行 88211222 88211600  
明州支行 82822900 82822918  
高第支行 81851308 81861307  
北仑支行 88835558 88860555  
大榭支行 86761561 86761851  
镇海支行 86662812 86662816

网点

理财经理热线

余姚支行 62799292 62852008  
慈溪支行 630134055 63034036  
余姚支行 63926328 63925311  
上虞支行 83655060 83555083  
象山支行 65895558 83516260  
宁海支行 87236116 87235117  
奉化支行 88685965 88685963