门诊输液逐步减少，口服药物渐成主流

一天三次的口服药该怎么吃？

商报讯（记者 孙美星 通讯员 赵冠菁 张基隆）“一天三次的药，究竟该跟着三餐吃，还是每八小时吃一次？”昨天，一名患者拿着刚从医院配出的口服药犯嘀咕。自从宁波各大医院逐步取消了门诊输液后，口服药物渐成门诊治疗的主流。“口服药物该怎么服”这个看似简单其实又复杂的问题难倒了不少人。

“口服药物的服药时间，是根据用药目的、吸收排泄情况以及药物对胃肠道是否刺激而定的。一般来讲，一天三次服药通常指早、中、晚餐服用，一天两次通常指早餐、晚餐时服用，但不同的药物服药时间有区别。”市第一医院药学部临床药师朱素燕介绍，像抗菌药物，由于药物的疗效与血中药物的浓度密切相关，一天三次尽量按每隔8小时服用，而一天两次尽量按每隔12小时服用。如果按三餐时间服用，容易导致药物浓度较高，继而引起不良反应。同样讲究每隔8小时服药的还有抗癫痫药、止痛药、激素类药、治疗甲亢和哮喘的药物。

朱素燕介绍，一些消化系统的药物，本身就作用在胃肠道，用药时间可根据就餐时间分别在饭前服用或饭后服用。一些降糖药物，像阿卡波糖，它本身是用来降低餐后血糖的，因此，它的服药时间也要随三餐时间服用。

朱素燕还提醒，“饭前服药”不等于“空腹服药”。空腹服药是指清晨、饭前1小时或饭后2小时；饭前服用是指在进餐前15~30分钟内服用。“饭后服用”多指进餐后半小时左右服用。

口服药物少不了喝水，怎么喝水也有讲究。“吃西药首选温开水，不要用茶水、果汁、牛奶等含有化学成分的水，避免与药物发生配伍禁忌。”朱素燕介绍，果汁（尤其是新鲜果汁）富含果酸，果酸的主要成分是维生素C和柠檬酸等，易导致有些药物与果汁中的化学成分发生各种化学反应，也不利于药物的吸收。

好牛奶是养出来的
宁波牛奶集团温馨告知

承承看天

今天
多云
东北风1~2级
23℃~31℃

明天
阵雨
东北风3~4级
23℃~29℃

后天
阵雨转多云
东北风3~4级
22℃~28℃

本周先雨后晴

受高空西风槽影响，昨天甬城高云增多，局部有雨。特别是昨天下午，市区一直在下雨。好在气温适宜，最高气温31℃。

这周我市先雨后晴。今天上午多云到阴有时有小阵雨，下午起多云到阴局部有小阵雨，最高气温也是31℃。明天我市多云到阴有时有阵雨，后天阴有阵雨转阴到多云。明后天最高气温都下降到30℃以下，分别为29℃和28℃。

从9月8日起，我市天气转好，最高气温也将回升到30℃以上。其中，9月8日和9日我市晴转多云，早晚温差在10℃左右。 本报记者

交通

中秋小长假汽车票今起发售

今天开始，汽车南站、中心站、北站临时站以及东站开售中秋小长假车票，9月26日开始售国庆长假汽车票。

具体来说，9月5日起客票预售期延长至14天，具体安排如下：9月5日预售至9月18日，9月6日预售至9月19日，依次类推。9月26日起逐步恢复至7天预售期（含当天），即9月26日至10月2日均预售至10日8日，10月3日预售至10月9日。

目前，宁波各汽车站已经实施实名制购票，买票时旅客需主动出示本人身份证、护照、港澳台通行证、军官证等有效证件，未成年人购票须出示户口簿或当地公安机关出具的身份证明。戴文娟 范洪

每天一句宁波话

词条： 对头

解释： 对面。

例句： 啤酒对头小店有卖哦。[啤酒对面小店有卖的。]

钱元平 辑录
任山葳 配图

旅游

金秋错峰普吉游

泰国的普吉岛是让人喜爱的度假海岛。这里有游客所需要的很多度假元素：畅快的海风、湛蓝的大海、摇曳的椰树、通宵的购物街、high到爆的酒吧、饕餮的海鲜以及各种人文景观和自然风景等。

A.【蜜月尊享】上海直飞普吉岛－双体帆船游艇海钓七日游 9月9/16/23/10月14/21日，3999元，提前报名第二人立减600元，飞扬自组，升级2晚国际五星度假村，独家双体帆船出海海钓。

B.【美廉假期】上海直飞普吉岛风情四晚六日游 9月19/26日，1999元，性价比好，全程当地五星酒店住宿。

热线：27666666、4000 -365 -666；**地址：**海曙大沙泥街88号富茂大厦裙楼8/9层；爱飞扬旅游网：www.iflying.com。

机票

明日部分宁波始发航班票价

目的地	离站时间	折扣价	目的地	离站时间	折扣价
香港	8：30	1550	青岛	14：50	360
香港	9：20	候补	青岛	17：20	610
香港	14：25	1550	青岛	21：00	440
澳门	15：50	1300	青岛	21：50	340
浦东	7：35	690	青岛	22：25	340
北京	7：20	910	潍坊	19：05	540
北京	9：40	990	成都	12：00	1280
北京	10：00	980	成都	13：15	1420
北京	12：00	1380	成都	16：10	1260
北京南苑	15：25	1040	成都	19：30	910
北京	17：45	860	成都	19：45	1070
北京	18：55	840	重庆	10：25	940
北京	19：05	720	重庆	13：25	970
北京	19：10	840	重庆	14：25	1110
天津	21：30	660	重庆	17：05	950
石家庄	15：55	850	重庆	11：30	1200
太原	17：40	无航班	昆明	7：40	2160
广州	7：20	650	昆明	11：10	1080
广州	10：50	760	昆明	12：55	1730
广州	11：00	750	昆明	15：45	1210
广州	12：40	760	昆明	19：55	1300
广州	14：30	760	丽江	14：30	1350
广州	17：00	630	贵阳	12：50	780
广州	17：55	760	贵阳	13：40	1070
广州	20：00	590	铜仁	13：40	800
广州	21：40	580	兴义	14：30	1000
珠海	10：40	870	长沙	11：30	560
深圳	9：45	1060	长沙	11：40	670
深圳	11：25	850	长沙	19：45	330
深圳	14：35	920	南昌	13：15	780
深圳	15：50	770	南昌	14：15	790
深圳	20：50	610	南昌	19：30	790
厦门	20：00	880	武汉	7：40	750
哈尔滨	19：25	570	武汉	12：50	750
哈尔滨	21：05	770	武汉	15：20	750
长春	12：10	1450	武汉	16：10	530
沈阳	14：50	700	郑州	11：40	770
沈阳	7：10	1040	郑州	20：35	550
大连	9：30	7：40	西安	8：00	1070
大连	11：30	740	兰州	15：20	820
大连	16：00	640	乌鲁木齐	7：35	2120
大连	18：00	810	海口	10：25	620
青岛	7：10	860	海口	13：10	620
			海口	17：20	450

注:1、以上信息于昨日17点采集，仅供参考，以上价格均不含税；2、24小时售票热线:88886666、13336668686，市区内免费送票。

福彩

双色球第2016103期
红色号：01 05 13 19 24 27 蓝色号：11
15选5第2016241期
基本号：05 08 09 10 13
3D第2016241期
开奖号码：4 9 9

体彩

6+1第16104期:
2 4 8 3 8 4 +3
20选5第16241期:
02 04 11 18 20
排5第16241期:3 2 0 4 0

分类信息

8:15-18:00（全年无休、全天候办理） 咨询QQ:956118880 办理微信号

套红免费送！ 刊登热线:56118880
活动截止日期另行通知！

搬家搬厂
●利民搬家搬厂价格优 87711478

空调家政
●空调洗衣机太阳能维修 87811222

征婚交友
●老中青相亲交友免费 87328947
●本女 39 单身开厂有房 13248617659
●本女 60 开厂有房有股 17186657812

调查咨询
神洲调查 87289267
民事取证、商务、打假、寻人
宁波人自己的老牌调查公司

旧货回收
收工厂酒店设备 13777079388
诚信回收各种旧货等一切废旧电缆
●收发电机工厂设备 13646646102

二手车市
高价急购二手汽车
车好价可稍高 18868687777 方
高价购二手轿车
货车面包车皮卡车 13185991787 翁

法律服务
●代理公司法务、劳动争议 87295238

家 教
●医师护士主治副高二建硕士论文致胜教育 13071208158 张老师

物业转让
刊登热线：56118880
新庄村一楼单层房屋出租
面积 400 平方，宜仓库 13906626587 周
●宾馆转让或承包 13566509955
潘火厂房出租
3楼 750 平方，环境佳 13967805200 胡
求租洪塘 C 区约 1000㎡ 厂房
联系电话:13957802805 孙先生
●礼嘉桥一楼 350㎡ 厂租 13906627478
●洪塘5千㎡集土港3千㎡出租63056126

商铺招租
中信宁波国际大酒店副楼宾利展厅租约期满招租。
联系电话:56156077，56156090
新厂房出租出售
鄞县大道靠近机场路 2 公里处面积 12000㎡，适合物流和配送中心,价格面议。18606687717 张
海曙南站北广场
月湖银座二楼梦幻网吧转让，位置佳，可适合开宾馆，和其他，详情面谈。电话 13805863886 孙女士
厂房出售 中介勿扰
本厂房位于骆驼，共有三块：一、2 亩 1500 平方售 200 万；二、3.5 亩 2500平方售 350 万；三、5.5 亩 4000 平方售 550 万。联系电话:13306684242毛
市中心旺铺首次招租
城隍庙附近 1-3 层 2300㎡配有电梯车位，适合开餐饮、酒店、医院、娱乐等 13336670809 王

寻找合作伙伴
健身会所因发展需要，寻找有意向投资健身健康事业的合作伙伴，具体面谈，非诚勿扰。
联系人：13071984880 李先生
上汽大通求租 4S 店
地址：鄞州区，2000m² 以上
电话:15857488889 乐先生
房屋租赁
奉化市阳光茗都小区望悠路与清风路转角一栋二层小楼约1300㎡，框架结构、白坯可任意分隔。适宜开公司设办事处。价面谈13362863620 吕
东钱湖新厂房出租合作
鄞县大道东钱湖段马路旁有三楼 5000m² 和 5500m² 独门独院出租。另全新海天牌注塑机 250 克至 3000 克 4 台出租或合作 13600623187高
店面出租或出售
1、马园路 18 号店面 270㎡。2、江南一品商业街 1560㎡人气旺，价格合理。18657416868

街面营业房出租
近江东滨江商业广场、鄞州天童北路、建兴西路、金家一路路口、中海房产(悦兴花苑)小区主出入口现有街面营业房三间，每间门面 8 米，一楼高 4.5 米，二楼高 2.9 米，共 530 余平方，框架结构，三间可连通，房前有停车位。
适宜开设
银行、保险、投资、证券
医药、口腔、整形、美容、养生
健身器材、琴行乐器、专业教育培训
移动通讯专卖、品牌烟酒连锁
高端品牌车饰、楼盘展示等
13957870988 忻
新街面营业房无转让费、无中介费
鄞江厂房出租
一楼一层厂房约 1700㎡，电200KV；另有1-4 层约 1000㎡办公楼，水电齐全交通方便 13806665505 吴
北仑大楼租或售
北仑银行一条街 2000 ㎡，宜银行、宾馆、足浴SPA、办公，可分割出租 13505887333 顾

平安诚聘
助理1名、电话销售10名
23-50岁，高中以上，来宁波二年以上，待遇优13567879484

恒吉房产高薪诚聘
业务经理、业务员
提成高，待遇优
15105748889 徐经理

声明公告

刊登热线 56118880

●宁波博盛医疗科技有限公司遗失股权出质设立登记通知书，编号(象市监企)股质登记设字(2015)第 0036 号 特此声明

●宁波环创国际贸易有限公司遗失外商投资企业批准证书正本，批准号:商外资外甬保字(2014)0001 号，声明作废

●宁波市春禾时装有限公司遗失产权交易网竞拍的车牌上牌资料，编号 20160303 期车牌号为浙 B66M66 声明作废

●象山丹城别样红服装店遗失个体工商户营业执照正本一本，注册号 330225601116631 声明作废

●宁波市鄞州途众二手车交易市场遗失宁波市鄞州区工商行政管理局 2014 年 9 月 26 日核发的市场名称登记证正副本，编号:33022 72013 号，声明作废

●宁波博尔格有限公司(k-home)遗失 BLUE ANCHOR LINE 签发的海运提单正本三正三副提单一套，提单号 4359-0445-606.020，船名:TUCAPEL，航次：628W，声明作废。

●刘旭遗失建筑塔式起重机司机操作证，编号浙 B041201400 0353 ，声明作废

●刘金秀遗失道路运输经营许可证正本，编号:330226104218 声明作废

●象山洁象餐具清洗服务部遗失税务登记证正本一本，税号 33022567768095X 声明作废

●奉化市巧工甜品店遗失营业执照正本一本 注册号 33028360 2071834，声明作废

注销公告

经股东会决议，本公司决定注销，同时成立清算小组，并按有关规定办理工商注销手续。

特此公告

象山海庆机电贸易有限公司