

市妇儿医院妇科每天平均挂出1200号 防范妇女疾病 还得未雨绸缪

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员马蝶翼)“怎么会有这么多人!”昨日,因身体不适前往市妇儿医院就诊妇科的张女士,拿着B超单,望着服务台前的人来人往,多少有些吃惊。据统计,市妇儿医院妇科门诊平均每天挂出1200号。来自市卫生部门的一份最新统计显示:在20至50岁的女性体检者中,妇科问题最为突出。医生提醒,防范妇科疾病,还得未雨绸缪。

近年来,乳腺癌的发病率越来越高,目前已跃居妇女恶性肿瘤的第一位。乳房疾病常见症状有乳房肿块、乳房疼痛、乳房溢液,常见的乳房疾病有乳房炎症、乳腺增生症、乳房肿瘤等。市妇儿医院乳腺外科李占文主任告诉记

者,预防乳腺疾病要做到以下几点:养成良好的生活方式,不断调整自己适应目前的生活节奏;不乱用外源性雌激素,避免不必要的胸部X线受量;不过量饮酒,消除烦恼,保持心情舒畅;儿童发育期,家长应注意营养均衡,避免脂肪摄入过多,营养过剩;青春期也要控制脂肪和动物蛋白的摄入,加强体育锻炼,使性发育过程符合生理规律;应提倡和鼓励母乳喂养,这不仅有利于婴儿的生长发育,也有利于降低母亲患乳腺癌的危险性;妇女更年期应适当增加体育活动,控制总热量的摄入,避免绝经后肥胖,有助于减少乳腺癌发生的风险。

妇科疾病中,宫颈癌常让人闻之色变。宫颈癌的发生源于HPV(人乳头

状瘤病毒),但是由于宫颈癌生成过程非常缓慢,从感染高危HPV引起宫颈癌前病变到成为宫颈癌平均历时6至8年,有的长达10年,而且临床检查很容易发现病变。妇科专家认为,宫颈癌虽然危险,但它却是可预防可治愈的。市妇儿医院妇科副主任医师熊娜群告诉记者,如果宫颈癌前病变发现得早,治疗也相对简单,大部分可以在门诊治疗,术后定期做好随访,若再次发现问题及时处理即可,最后演变为宫颈癌的概率并不高。

“关键是要进行每年正规的细胞学检查。”据了解,宫颈脱落细胞学检查十分灵敏,也很准确,但由于该项检查不计入医保,又因费用较高,很少有单位将其

列入常规体检,加上女性自我保健意识不强,不检者为数不少。宫颈癌的发生源于HPV,而HPV基本上是通过性接触侵入人体。熊娜群医生强调,只要有性生活的女性都应该定期参加宫颈癌普查。

此外,目前妇科体检中盆腔炎症患者越来越多见。妇科炎症是一种很常见的感染性疾病,大部分健康女性体内有致病菌原体存在,由于机体免疫功能强大,各种菌群互相制约,不易发病。但当人由于生病、紧张、压抑、过分激动、乱服药等原因造成免疫功能低下时,就容易感染上炎症。市妇儿医院的妇科专家提醒,现代女性一定要学会自我减压,调适心情,并懂得关爱自我,以防预防各类妇科疾病的发生。

海曙30余家妇女手工坊成“慈善池”

本报讯(记者杨静雅 海曙记者站毛一波)“今天参加比赛的手工制品都将参加义卖,所得的义卖金用于‘紫丁香’贫困单亲妈妈的帮扶基金。”前天,海曙区举行了妇女手工坊手工艺品制作大赛,庆祝“三八”国际劳动妇女节。与以往不同的是,这次比赛充满了来自“巧妇”的浓浓爱意。

手工娃娃、DIY手链、编织的毛衣……活动一开始,来自海曙8个街道和机关部门的编织队就摆出了琳琅满目的手工艺品,吸引着前来参加活动的妇女同胞们。当天义卖得到的2227元将全部用于帮助辖区的困难单亲妈妈。

“这两年,海曙区各个社区成立了爱心编织队,通过退休或者下岗工人的‘巧手’,制作出特色的手工艺品来义卖,目前全区已有30余家妇女手工坊。”海曙区妇联相关负责人介绍,去年这些编织队的部分义卖金就汇入到“紫丁香”爱心基金中,并提供1万元救助金,帮助鼓楼街道遭遇车祸的单亲困难母亲。

“一直想着退休了可以为社区为大家做点事,现在终于实现这个梦想了。”来自段塘街道七色艺术工作坊的何川英喜出望外,她带领的这个手工坊刚刚获评海曙区最优女性社会组织。“这是一份荣誉,更是一种责任。”

七色艺术工作坊通过每次的爱心义卖帮助着邻里。社区有个因患白血病而常年休息在家的单亲母亲董阿姨,家庭比较贫困,工作坊就出钱出力帮助董阿姨。患有视力、精神双重疾病的王阿姨因为一次意外,重病住院,何川英和手工坊的姐妹们接连举办了两次义卖,募得善款2万余元……

“多亏有了七彩手工坊,我们的晚年生活才能多姿多彩。”西门街道新芝社区七彩手工坊的马莉萍告诉记者。2013年,社区将许多心灵手巧的爱心人士组织起来成立了“七彩手工坊”巾帼志愿者团队,经常制作一些工艺品作为礼物送给邻里和同龄老人。当高龄老人生病时,她们送上一盆长青健康树;高龄老人生日时,她们送上一幅织锦老寿星;每年义卖所得善款,全部投入到社区爱心互助会中,帮助辖区内生活困难的老人。

姊妹毛衣秀 巾帼展风采

近日,江东福明街道举行“姊妹毛衣秀 巾帼展风采”活动。社工和居民穿上由爱心编织站提供或自己编织的毛织品在台上走秀,博得观众的阵阵掌声。

(丁安 陈颖 摄)



说说身边事 给您提个醒

东钱湖启动游客驳运线 3至5月,节假日免费坐中巴进景区

本报讯(朱军备 冯哲 袁春 祁珊)东钱湖旅游度假区三条游客驳运线已于上个双休日正式启动。从现在到5月底的双休日、节假日,去东钱湖的游客可免费乘坐驳运车进入景区。

3月7日一早,记者体验了新开通的驳运车服务。这是辆26座的中巴车,车前玻璃上写着“免费接驳车”字样。当天共投放10辆中巴车,有8个停车场,一路上有40多名志愿者在值勤。

这三条游客驳运线分别是:一号线,雅戈尔动物园二期地块停车场—动物园南门—南苑花博园度假酒店—纪家庄度假村停车场—十里四香停车场,全长5.7公里。二号线,下水东村停车场—福泉山景区临时停车场,全长3.7公里。三号线,陶公砖瓦厂地块停车

场—柏悦地块停车场—小普陀景区停车场,全长1.5公里。发车时间为每个驳运日8:30—17:30,发车频率为10分钟1班,双向往返。

据东钱湖旅游度假区交通部门介绍,在东钱湖景区内,停车场分为收费、免费两种。市民在驳运车起点有免费停车场,而收费停车场为20元/辆/小时。此外,原来的环湖公交线路966路将加密投放,每票3元,市区公交可刷卡。所以,市民可坐公交车进入东钱湖,或在截留点停车后,改坐免费驳运车进入景区。

截留区内沿途禁止停车。交警将实时巡逻,对重点路段进行驻点管理,发现违停即抄牌,并通过指挥中心要求立即移车,超过限定时间将拖车。

横溪古道周边私家车拥堵 交警建议市民乘公交车前往

本报讯(记者王晓峰 通讯员俞昊翔)鄞州横溪古道凭借其独特的魅力,已成为市民短途自驾游的目的地之一。但问题随之而来,停车位不足,违停车辆屡屡占道,由此引发的矛盾纠纷不少。

据横溪交警统计,天气晴朗的节假日,登山旅客每天有上千人,光是亭溪岭和松石岭两条古道周边停放的车辆就有600多辆。虽然有3个临时停车场“应急”,但集中性的车流以及乡村道路通行条件的限制,导致该区域交通压力剧增。

“每天我们都会接到求助。有些时候联系到车主了,但人还在山上,短时间下不来,可想而知,被堵的车主有多窝火。”横溪交警中队的任警官说。为了最大限度避免这类事情发生,

横溪交警近日发布了出行提醒,建议市民乘坐公交车前往。据悉,游客可乘坐公交111路、629路到横溪终点站下车,往东步行300米便可到达松石岭山脚;前往亭溪岭的游客可乘坐629路到横溪镇中学下车,路边有景点指示牌,步行5分钟便可到达景点。

如果开车前往,交警建议车主避开横溪人民路等拥堵路段。如果发现人民路车行不畅,建议在人民路与岐山路路口左拐,行驶至金溪路后再右拐。当然,车主最好在横溪时就提前进入明州大道,从郭家峙绕行。

停车方面,交警建议车主不妨将车停在稍微远一点的地方,一方面不会添堵,另一方面回去时也不用为“出不来”揪心。

81年前宁波人编的速记课本今回故里

本报讯(记者陈敏 通讯员宁教志)81年前编写出版的速记教材是怎样的?感兴趣的朋友可以到宁波教育博物馆(筹)去一探究竟。记者从宁波教育博物馆(筹)获悉,该博物馆刚刚高仿了一本1934年出版的《世勤中文速记》课本。

近日,一位市级机关退休老干部向市教育局教育志办公室展示了一本他刚从上海征集到的《世勤中文速记》课本。这本教材出版于1934年,出版人正是其岳父范世勤。据《宁波志》教育卷主编、宁波教育博物馆主编胡审严考证鉴定,这是一本宁波人编写最早的中文速记教材,曾在上世纪三四十年代广为流传,如今在81年后重回故里,填补了宁波教育史志和地方文献的空白,弥足珍贵。《世勤中文速记》作者范世勤,

镇海人,1930年起任镇海中学国文教员、训育主任,1931年参加校师生抗日宣传队,其事迹载入今镇海中学《百年校史纪实》。1934年赴上海,创办上海市私立世勤中文速记学校,同时编写和出版《世勤中文速记》教材,进行面授和函授。

速记,是用一种简单的记号符号迅速记录语言的方法。由于工作需要,秘书、记者、作家、特工人员等往往力求学习掌握这门学问,以根据速记的符号,整理成文。范世勤的速记教材,经过二三十次的试印和修改,创造出一套全新的速记符号与方法,以拼音为基础,书写容易,线条简单,颇受社会欢迎。

据悉,我国中文速记始于1896年。目前全国各地(含宁波)有速记学校数百所。

小手扎花儿 朵朵甜心窝



6日下午,在鄞州区钟公庙街道紫裕社区活动室,几名小朋友正在老师指导下学做纸艺花。当天,该社区举行“浓浓爱意庆三八”活动,孩子们用灵巧的双手做出一朵朵寄托着爱意的“康乃馨”,并亲手把这份礼物送给自己的妈妈,祝福她们节日快乐。(徐能 董磊艳 司徒乐莹 摄)

关于老三区新增单行(线)片区(征求意见稿)的公示

为进一步缓解部分区域交通拥堵,提高支路网通行效率,缓解老旧小区停车困难。经现场实地调研踏勘,拟对4个片区和26条支路逐步于今明年实施机动车单向通行的交通组织措施。现予公示,请广大市民就拟新增的单行线是否实施、单行走向、起讫点等方面提出意见和建议。

- 一、海曙区**
拟实施单向交通走向:
(1) 肖家巷(大梁街—基威停车场)由南向北单行;
(2) 老实巷(大梁街—中山东路)由北向南单行;
(3) 西北街(永丰路—西河街)由北向南单行;
(4) 卖鱼路(前莫家巷—体育场)由南向北单行;
(5) 孝闻巷(宁波市中心血站大门口—孝闻街)由西向东单行;
(6) 法院巷(尚书街—府桥街)由北向南单行;
(7) 呼童街(府桥街—尚书街)由南向北单行;
(8) 冷静街(仓桥街—解放南路)由西向东单行;
- 二、江东区**
1、庆安片区
(1) 荷池路(江东北路—工人新村中间道路)由西向东单行;
(2) 常关弄(大河巷—江东北路)由东向西单行;
(3) 工人新村中间道路(荷池路—姚隘路)由南向北单行;
(4) 大河巷(荷池路—常关弄)由北向南单行。
- 2、宁舟片区**
(1) 无名路(百丈南路—甬港南路19号)由东向西单行;
(2) 百丈南路(南端尽头—百丈南路6号)由南向北单行;
(3) 无名路(甬港南路38号—百丈南路)由西向东单行。
- 3、零星单行线**
(1) 鄞州人民医院中间道路(甬港北路—舟孟北路)由东向西单行;
(2) 曙光北路12弄(惊驾路—曙光北路)由北向南单行;
- (3) 吉庆街(朝晖路—民安路)由西向东单行;
(4) 潜龙巷(外潜龙街—百丈路)由北向南单行;
(5) 虹桥巷(彩虹北路—舟孟北路)由西向东单行;
(6) 舟孟北路41弄(舟孟北路—潜龙巷)由东向西单行;
- 三、江北区**
1、孔浦片区
(1) 文汇路(孔浦路—大庆北路)由北向南单行;
(2) 孔浦菜场北侧道路(文汇路—孔浦一村中间道路)由西向东单行;
(3) 无名路(渔业配电室—文汇路)由东向西单行;
(4) 孔浦一村中间道路(大庆北路—社区通道)由南向北单行;
(5) 无名路(温州利华道路保洁公司—大庆北路)由北向南单行。
- 征求意见时间为3月9日—3月18日(工作日9:00—12:00 14:00—17:30),欢迎广大市民踊跃提出意见和建议。我局将充分考虑和吸收市民的合理意见和建议,并进行完善。另外,对尚未设置和已经实施单行(线)片区的道路有意见建议的,也可一并反映。联系电话(传真):81981083, Email: nbjzlxzc@163.com; 新浪微博@宁波市公安局交通警察局; 网络:宁波公安交警信息网 www.nbj.gov.cn(“警民交流栏目”)。
- 宁波市老三区单行线汇总表(含2015年拟增加单行线)详见宁波公安交警信息网—交通管制栏目。

宁波市公安局交通警察局 2015年3月9日

通告

根据宁波市江北区发改局《关于宁波铁路北站安置地块南侧配套道路工程项目建议书的批复》(北区发改基[2010]175号)文件,由我局建设的宁波铁路北站安置地块南侧配套道路工程(康庄北路—规划康桥北路)即将开工建设,请设置于该拟建道路范围内的现状所有地上、地下管线的产权单位在见报十日内到江北区住房和城乡建设局办理有关手续,逾期将作无主处理,由此造成的损失建设单位概不负责。特此通告!

联系地址:槐树路108—6号
联系人:徐辉 电话:87356706
宁波市江北区住房和城乡建设局
2015年3月6日

关于开展2015年度中小企业信用评级的公告

信用评级是企业(单位)向银行等金融机构申请的基本程序,是金融机构发放贷款的重要参考依据,同时也是企业(单位)正确客观衡量自身经营状况,改善经营管理的重要措施。根据宁波市人民政府批转中国人民银行宁波市中心支行“关于进一步完善宁波市贷款企业资信评估体系实施意见”的通知要求,从即日起在全市范围开展2015年度中小企业信用评级工作。现将有关事项公告如下:

一、参评对象

凡符合国家工业和信息化部等单位制订的《中小企业划型标准规定》的中小企业(单位)、经营已满一年,并且没有列入我市重点大户贷款企业范围的企业(单位)均为中小企业信用评级对象。

二、参加方式和时间

1. 为了方便起见,凡要求参加评级的企业(单位)均可向基本存款开户银行(信用社)办理评级申请手续,由开户行、社统一送宁波金融事务有限公司进行评级。
 2. 一家企业(单位)只能在一家行、社办理申请委托,以免重复。
 3. 申请手续自即日起开始办理,具体日期由各行、社排定。
- 三、申请评级需提供资料**
按规定要求填写完整《2015年度宁波市中小企业信用等级评估申请表》(空白《申请表》可向开户行、社领取);然后持填好的《申请表》,随带下列资料在本企业(单位)的基本开户行、社办理申请手续:

1. 工商行政管理机关颁发的《企业法人营业执照》(事业单位法人证书)副本复印件;
 2. 《中华人民共和国组织机构代码证》复印件;
 3. 经过会计师事务所或上级有关部门审核认定的2014年决算报表(资产负债表、利润表(事业单位为收支表)、现金流量表)复印件;
 4. 《机构信用代码证》复印件;
 5. 其他评估需要的证书复印件。
- 特此公告

宁波市中小企业资信评估工作协调委员会 宁波金融事务有限公司