

携手身后捐献遗体 宁波古稀夫妇诠释“最美情书”

培育和践行
社会主义核心价值观

本报讯(记者陈结生 通讯员龚云帆) 3月15日上午10点左右,一位古稀老人独自来到鄞州区明楼街道常青藤社区居委会,她用有些颤抖的手递上了一张纸:“我们从报纸上了解到居委会可以办理遗体捐献手续,这是真的吗?”在说明来意后,老人接着说,“我老伴腿脚不好,我想帮他一起办理这个手续”。这位携老伴一起身后捐献遗体的老人姓何,捐献遗体这个想法是她20多岁时便已种下。

昨天上午,记者跟着社区工作人员一道走进了何阿姨家。由于临近中午时分,何阿姨正在屋里忙碌着准备午饭。朴素的房间,温馨祥和。



何阿姨和包师傅正在填写遗体捐献登记表。(陈结生 摄)

“捐献遗体的想法在我的脑海里已经存在很久了,还生怕老伴不同意。没想到他不仅支持我,还愿意陪我去完成这个心愿。”何阿姨

一边说着,一边操持着家务,为老伴感到骄傲。这时何阿姨的老伴包师傅接过话茬:“她从报纸上了解到,遗体可用来做医学实验,眼角

膜能让其他人重见光明,捐献遗体能让人生的价值在死后继续发挥余热。”

对于作出捐献遗体这个决定,包师傅告诉记者,他是一个唯物主义者,在老伴的鼓励下,他决定和她一起捐献遗体,这是一件好事。

对于二老希望捐献遗体的想法,儿子一开始是反对的,但是在二老的劝说下,他也渐渐理解了他们的心愿。

“年轻时家里穷,老头子对我很好,买菜做饭洗碗,都是他一人承包,现在年纪大了,我也想和他一起为社会做点有意义的事。”何阿姨说。此时,一旁的包师傅笑着说:“年轻的时候分不开,老了更分不开,现在不分开,以后也不分开,这是我写给她最美的情书。”

“执手白首,相知相伴。”这封无字“情书”写了几十年,他们用感恩的心回答了什么是人间最美的爱情。

今日春分,甬城降雨又降温 日平均气温下降7℃至9℃



本报讯(记者厉晓杭 通讯员虞南) 阳光和煦,花开正盛。近期全国大部分地区天气偏暖,各地气温持续上扬。昨天,我市市区最高气温25.8℃,刷新今年入春以来最高纪录。

昨天,市气象台发布冷空气消息,北方较强冷空气正在东移南下,昨天夜里开始影响我市,日平均气温下降7℃至9℃;今天有阵雨或雷雨,并伴有短时强降水,最高气温17℃至18℃,最低气温10℃至12℃。

有关气象专家分析,3月份仍是冷空气的活跃期,也是寒潮多

发期,本次寒潮来势虽猛,却并不罕见。由于前期全国大部升温明显,此次寒潮带来的降温也会比较猛烈,普遍会在6℃至10℃,部分地区在15℃以上。冷空气影响时段不同,各地降温时间也有先后。

今天,我们迎来了二十四节气中第4个节气——春分。春分是个比较重要的节气,它不仅在天文学上的意义,在气候上也有比较明显的特征。春分时节,我国除青藏高原、东北、西北和华北北部地区外都进入明媚的春天,在辽阔的大地上,杨柳青青、莺飞草长、小麦拔节、油菜花香。

俗话说:“春分麦起身,肥水要紧跟。”一场春雨一场暖,春雨过后忙耕田。春管、春耕、春种即将进入繁忙阶段。

甬城春暖如夏 市民轻装出行



昨天,甬城市区最高气温达到25.8℃,仿佛一日跨入夏天。天一广场,不少行人纷纷脱下厚重外套,换上了短袖、短裙等清凉着装。(周建平 摄)

路遇货车侧翻,四位姑娘紧急施救

暖新闻

本报讯(记者陈敏 通讯员黄美红 牟家金) 3月19日,解放军第906医院的四位姑娘出外训练返营路上,遇到一货车侧翻,驾驶员满脸是血。四位姑娘紧急施救,受伤的驾驶员得以成功脱险。事后四位姑娘悄然离开,若不是昨天地方交警部门打来电话到医院核实,院方还不知道有这回事。

“遇到这样的事,每个‘906人’都会冲上去的。”四位姑娘之一的葛君说。

3月19日12点50分,葛君和汪颖、陈素芬、尹添乐训练结束坐车返回医院。车刚驶到小港街道下部公交站路口,正好遇上一辆装满石子的货车侧翻,挡风玻璃碎了一地,驾驶员倒在离车头约2米远的路上,满脸是血。

“快救人!”车子刚停稳,四人迅速跑向受伤的驾驶员。

“别紧张,我们是护士。”处置这样的突发情况,对在训练场上千

锤百炼、在日常医疗保障中练就过硬技能的军队医护人员来说是家常便饭。

查看伤口、止血包扎……四人手脚麻利地对受伤的驾驶员实施紧急救治。因车上没有急救设备,不能对伤者进行头部处理,但如果头部错过最佳治疗时间,很可能会留下后遗症,四人赶紧请围观的人员拨打了120电话。

警车和120救护车很快到达现场,直到伤员被抬上车后,人们才发现,四位救人的姑娘不知什么时

候已经悄然离开。

当路遇侧翻货车时,葛君才发现,货车的油箱在不停地往外漏油,公路上已湿了一大块。施救时,葛君和战友离货车油箱的距离不足4米,如遇上明火,后果不堪设想。

“当时只想救人,根本没想那么多。”年年参加大项演训保障任务的葛君说,现在想起来有些后怕,但再遇到这样的事,她们还是会冲上去的。

记者了解到,受伤的驾驶员经医院抢救后,生命体征已平稳。

“滴水小课”把水文化带进校园

本报讯(记者王岚 通讯员杜蔷薇) 你知道我们用的潺潺清水从何而来?宁波水资源情况如何?什么是“分质供水”?为迎接2019年“世界水日”“中国水周”到来,昨天下午,宁波排水集团工业供水有限公司走进宁波大学青藤书院,给孩子们带去了一堂内容丰富的水文化课,引导孩子们从小养成“节水”“节水”意识。

“哪位小朋友能够告诉大家宁波的母亲河是哪条?”“姚江!”“我们喝的是哪里的水?姚江水又可以用来做什么?”“我们喝的自来水都是水库水,姚江水处理后给机器喝。”……在播放了宣传片后,孩子们对宁波水资源状况、应用等已有了初步认识。

“对于青少年的水知识普及,主要是为了培养他们的护水节水意识,从小养成良好的用水习惯。这契合今年世界水日‘不让任何一个人掉队’,以及中国水周‘坚持节水优先,强化水资源管理’的主题。”志愿者崔轶杰说。

最受孩子们欢迎的要数实验环节,这也是本次“滴水小课”的一大特点。志愿者胡艳梅一面通过实验器材模拟工业水厂的净水工序,一面用通俗易懂的语言向孩子解释其中奥秘。之后的互动实验中,孩子们在志愿者的协助下还对自来水的余氯、pH酸碱度作出了检测,深刻了解自己生活用水的质量。



图为互动实验。

(刘波 王岚 摄)

血压居高不下 竟是睡眠障碍作怪

说说身边事
给你提个醒

本报讯(记者陈敏 通讯员俞水白 张林霞) 3月21日是“世界睡眠日”。昨日,宁波市第一医院心身医学科举行“走进睡眠中心,了解睡眠疾病”宣讲义诊活动,吸引了众多市民。记者从现场了解到,这几年,睡眠障碍患者越来越多,在市第一医院睡眠中心,每年前来进行睡眠监测的患者就有近2000例。

我国目前有38%至40%的人存在睡眠障碍。而睡眠障碍会引起各种健康问题,其中顽固性高血压就是其中之一。

前不久,市第一医院睡眠中心的童茂清博士接诊了患者许先生。40多岁的许先生患有高血压,平时坚持服用降压药。可过年后很长一段时间,血压一直居高不下,一次次跑医院,医生一次次地调整用药方案,可是血压仍然降不下来。经朋友介绍,许先生来到市第一医院睡眠中心,接诊的童茂清建议他先做一个睡眠监测。监测结果显示,许先生患了严重的睡眠呼吸暂停综合征。按照童医生的建议,许先生为自己配了一台呼吸机,睡眠好了,居高不下的血压终于得以控制。

像许先生这样的患者不在少数。而睡眠障碍引发的疾病不仅仅有顽固性高血压,还会导致患者学习能力、记忆力变差,还可能引发心理疾病。

今年刚满40岁的张某最近有个困扰,就是总感觉自己没睡够,白天哈欠连连,头昏脑涨,甚至开车时间长了差点睡过去,好几次被吓出一身冷汗。这可不是闹着玩的。张某带着疑惑到宁波市李惠利东部医院呼吸科做了睡眠监测,被诊断为睡眠呼吸暂停综合征。随着生活水平的提高,肥胖人数增多,睡眠呼吸暂停综合征发病率也越来越高,且在中青年人群中多见。

有医生指出,这种疾病不仅会引起夜间缺氧、人体二氧化碳潴留、睡眠紊乱,继而引起白天嗜睡、记忆力下降、慢性疲劳、头痛等;它还与高血压、冠心病、心律失常、心力衰竭、糖尿病、脑卒中等密切相关。尤其是青少年患者,如果有这样的情况,会严重影响身体、智力发育。

童茂清提醒说,在床上玩手机不仅会损害视力,还会影响睡眠。

据介绍,智能手机、平板电脑或笔记本电脑的屏幕发出的光与早晨的阳光具有类似的效果,可以使大脑停止产生褪黑素,而褪黑素可以提示身体现在是“睡眠时间”。

垃圾分类就应从娃娃抓起

民声

文武
鄞州区面向全区220多所中小学和幼儿园推广垃圾分类,涉及14.2万名学生,背后牵动的是10余万个家庭。据介绍,潘火街道德培幼儿园已开展垃圾分类教育4年,如何区分垃圾、改造垃圾已成为每个孩子的必修课。

做好垃圾分类的一个前提,就是提升民众素质,养成良好习惯,让市民改变垃圾混合处理的旧习,

向新的处理习惯转变。垃圾产生的源头在个人,如何教会个人掌握并且主动分类,是成败的关键。在一些地方垃圾分类推进缓慢,就在于一些人认识不到位、主观意识跟不上。

能否做到垃圾分类,不仅是一个文明程度的体现,也与个人生活习惯密切相关,而要养成垃圾分类的良好习惯,还得从娃娃抓起。垃圾分类是种行为,行为固定化、长期化了,就是习惯,而好的习惯要从小培养。要让垃圾分类的重要性深入人心,就得从小进行教育。

从小没有养成分类的意识,长大后就会随旧习,甚至被一些不良习惯误导。

孩子是祖国的未来,从孩子入手抓垃圾分类,不仅可以从小养成良好的环保意识,使垃圾分类真正成为尽人皆知的常识,还可以通过孩子影响家长。孩子们愿意学,也会纠正家长的错误,家长为了树立榜样,自然就会去做。当孩子们长大了,垃圾分类也就成了社会主流意识。

(欢迎投稿,来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com)

宁波市人民政府公报(要目)

宁波市人民政府办公厅主办 宁波市人民政府规章标准文本
2019年第5期(总第387期) 2019年3月15日出版

| | |
|--|---|
| 市政府文件 宁波市人民政府关于公布2018年度宁波市科技奖获奖名单的通报(甬政发〔2019〕5号).....(3) | 人事与机构 宁波市人民政府办公厅关于调整宁波国家高新区“一区多园”建设工作领导小组成员的通知(甬政办发〔2019〕24号).....(43) 宁波市人民政府关于郑卫东等任职的通知(甬政干〔2019〕7号).....(45) 宁波市人民政府关于贾让成等任职的通知(甬政干〔2019〕8号).....(45) 宁波市人民政府关于华平等职务任免的通知(甬政干〔2019〕9号).....(45) |
| 市政府办公厅文件 宁波市人民政府办公厅关于开展城中村改造攻坚行动的实施意见(甬政办发〔2019〕21号).....(11) 宁波市人民政府办公厅关于公布2018年度宁波市商贸流通业和开放型经济考核结果的通报(甬政办发〔2019〕22号).....(15) 宁波市人民政府办公厅关于印发宁波市推进长三角合作近期工作要点的通知(甬政办发〔2019〕23号).....(17) 宁波市人民政府办公厅关于印发2019年政府工作报告目标任务责任分解和2019年民生实事项目目标任务责任分解的通知(甬政办发〔2019〕25号).....(22) 宁波市人民政府办公厅关于开展水库周边环境问题整改专项整治行动的通知(甬政办明电〔2019〕4号).....(42) | 部门文件 宁波市工业强市建设领导小组办公室 宁波市经济和信息化局关于印发宁波市小微企业园区工业地产发展管理细则(试行)的通知(甬工强办〔2019〕4号).....(46) 宁波市经济和信息化局 宁波市财政局关于印发宁波市小微企业融资担保业务降费奖补实施细则的通知(甬经信中小〔2019〕25号).....(50) |

宁波市人民政府公报室
地址:宁波市鄞州区宁穿路2001号行政中心1号楼C417室 咨询电话:(0574) 89182682 89182545
邮政编码:315066 公报电子版网址: http://glog.ningbo.gov.cn/ 官方微博: http://weibo.com/nbzfgb 官方网站二维码 官方微信二维码