"温暖列车"爱心满满

民生e点通精彩活动看过来

NO.1 "健康直播间"第一波专家释疑 孩子发热问题的真相与对策

根据网友有关健康问题的热 问, 上周宁波民生 e 点通在甬派 与官方微信上推出了"e 点通健 康直播间"。其第一波主题"我 家'小神兽'的健康烦恼",首 先聊一聊"孩子发热问题的 N 个真相与对策"。

发热是宝宝成长过程中的一 大重要考验。近两个月, 因甲型 流感病毒感染以及高温天气,发 热患儿更是明显增加。市妇儿医 院的门诊统计显示,该院近期发 热患儿的接诊量比平时翻了近-

面对烧得红扑扑的小脸蛋, 宝爸宝妈究竟该如何应对?宁波市 妇女儿童医院呼吸科主任郁玉波 与小儿急诊(发热门诊)副主任干 冬梅两位专家,上周应邀走进直播 间,分享了自己的经验与对策。

短短1小时,光临直播间的 网友有17余万人次。应众多错 过直播的网友之要求,我们在此 将访谈精华整理成文,与更多的 宝爸宝妈共享。

温馨提示

小科普,大健康! 为助力网 友提高健康素养, 树立自我健康 管理意识, 及时并更好地解决自 己及家人的健康问题, 宁波民生 e点通"温暖列车"推出"e点 通健康直播间"

平台将定期邀约医疗专家, 在甬派客户端与宁波民生e点通 微信公众号上与大家面对面,帮 助您零距离接触并实时对话平 时一号难求的医学专家, 足不 出户了解您所关心的疾病防治 知识与对策。您也可通过拨打 81850000, 或扫描以下甬派二 维码,或微信关注"宁波民生e 点通",就自己的烦恼给我们的 直播栏目点题, 我们会有针对



性地邀请 更多医学 专家到直 播间为您解 难释疑。 (易 民)

孩子发热 马上就得去医院吗

郁玉波: 孩子发热的原因很 多,临床上可分为感染性与非感染 性两大类,而通常以病毒、细菌、 支原体、衣原体、霉菌、寄生虫等 感染性发热最为多见。此外,血液 系统疾病、免疫结缔组织疾病、风 湿热川崎病、代谢性疾病, 以及肿 瘤、药物、暑热症等也都可能引起 发热。

但发热并非都是坏事。很多病 菌的最佳存活温度是体温37℃, 而发热有助于帮助消灭病菌。形象 一点地说,发热是孩子与病菌的一 场战斗,一旦病菌被打败,温度自 然会回归。

因此,孩子发烧后是否立刻去 医院就诊,需要看孩子的具体情况。 以腋温为例,37.5℃-38℃为低热, 38.1℃-38.9℃为中度发热,39℃-41℃为高热,41℃为超高热。

如果低热或中度发热,但孩子 精神很好,依然喜欢玩耍,面色、 皮肤及口唇等颜色都正常, 且无基 础疾病,比如免疫缺陷,先天性心 脏病,重要脏器有损害等情况的, 可在家里护理并观察。

如果出现高热、抽搐、寒战等 体征,抑或孩子有皮肤及黏膜变得 苍白、花斑纹明显或者苍灰,想睡 觉精神状态差, 呼吸很快, 呕吐腹 泻,小便很少,囟门饱满,呻吟, 双眼凝视等症状,则须立即就医。

上述规则 婴儿是否也要遵照

郁玉波:不可以。小婴儿发热 是例外!由于免疫功能、脏器功能 发育尚不成熟,因此,6个月以 下,尤其2-3月龄以下的小婴儿, 发热后必须马上送医院诊疗。

发热就诊 必须抽血做血常规吗

干冬梅:发热患儿中大部分是 呼吸道感染,但病因不同,治疗方 法也不同。因此, 医生通常会建议

家长给孩子做血常规, 但不是绝对 的。比如孩子发热才1-2小时,低 热或中度发热,精神状态尚可,没 有其他症状,检查初步诊断考虑为 急性上呼吸道感染,可能就暂时不 做血常规。但精神状态差,末梢发 凉,皮肤有花斑纹等,不仅要做血 常规,还要查做其他检查,比如前 降钙素等。血常规可用于判断是哪 一类感染。比如病毒感染,基本表

现为淋巴比例会增高、c反应蛋白

正常或稍增高、白细胞正常或偏

低;细菌感染,基本表现为白细

胞、中性细胞增高, c 反应蛋白增

急诊治疗 发热需不需要输液

干冬梅: 在急诊门诊, 很多家 长会要求输液。尤其是孩子反复高 热的时候,家长会认为不输液不会 好,这是一个误区。如果是上呼吸 道感染而且是病毒性感染为主,精 神状态可以,胃口也可以,这样的 孩子是不需要输液的; 如果是细菌 性感染,但其他情况都可以的,输 液也不是首选,能口服的药尽量口 服;如果孩子腹泻次数多,呕吐频 繁,无法进食,被判断是病毒性肠 胃炎,则可能要输液,补充葡萄糖 及电解质,以免孩子出现脱水或低 血糖等症状。

抗生素 发热期间要不要使用

郁玉波: 抗生素不能滥用, 但 该用的时候也不能不用。对孩子的 感染性发热,应针对不同的病原体 选择不同的抗生素进行治疗;而在 非感染性发热的情况下,使用抗生 素是无效的。必须结合临床体检、 化验结果,综合评判抗生素用不 用,用什么,怎么用。

干冬梅: 不建议把抗生素作为 孩子的常规备用药。孩子稍微有点 流鼻涕就使用抗生素,会导致耐药 菌产生。

这些"土办法" 退热是否科学并有效果

干冬梅: 小儿发热不能用酒精 擦拭。在发热的情况下,如果用酒 精擦拭,会导致小儿毛细血管扩 张,酒精吸收进入血液,量较多时 会引发酒精中毒。建议采用温和的 物理降温,如头部冷敷、洗温水澡 等方式。退热贴可以辅助用。捂汗 是错误的,建议去衣散热。

推拿是运用特定的手法作用与 特定的部位,调整人体脏腑、气血、 经络的功能,从而达到防病治病目 的的一种外治手法。根据不同的体 质进行不同的手法。我不是中医医 生,但相关资料佐证,推拿具有一定 的退热效果,虽然起效较慢。

退烧药品 家中常备哪些比较好

郁玉波: 推荐布洛芬或对乙酰 氨基酚,不推荐氨基比林、吲哚美 辛、尼美舒利等。服用退热药要视 年龄、体温、病情而定,较为适用 的是2个月以上、体温在38.5℃以 上,且没有出现明显不适感的孩 子; 2个月以下的婴儿禁用上述解 热镇痛药。

干冬梅: 任何退烧药并不能杀 死病毒或细菌,它只是解决发热给 孩子造成的不适,而不是解决病 因。如果体温达到39℃,但既往 没有高热惊厥病史, 也没有其他不 适症状的孩子,还不一定要口服退 热药,而是可以先物理降温。相 反,孩子虽然只有38℃,但出现 烦躁、寒战等情况,则就应该服用

"烧坏"脑子 发热会导致这个后果吗

郁主任: 发热本身与烧坏脑子 没有必然的联系,但超高热引发的 惊厥抽搐,及其他因素如低钙血症 抽搐、中枢神经系统感染等情况还 是要小心。6个月至3岁的儿童,如 果体温突然升高,并出现精神不佳, 甚至意识不清、肢体抽搐僵硬、双 眼上翻、嘴唇发紫等症状,这时必 须及时就医检查并进行治疗。

(张璐 钟海雄 仇龙杰)

NO.2 周四晚上!邀您"打卡"鄞州湾底村

天气太热,不想出门?本周 四晚上7点至8点,请您用手机 看直播,一起"云打卡"鄞州下 应湾底村,了解湾底村的好看、 好吃与好玩,并将有机会得到直 播福利——天宫庄园和天宫城堡 门票及年卡。

为深入推进数字乡村建设, 全面提升乡村品牌形象与品牌价 值,鄞州区委网信办携手宁波 民生e点通开展网络媒体走进乡 村活动,活动围绕五个"一" 开展,与村民开展一场恳谈 会, 进行一场直播, 推荐一批 网红打卡点,推荐一批农副产 品,培育一批本地的网络直播 人才,从而更好地推荐丰富的 农产品资源,展示网红休闲 点,为新农村建设与农民增收 插上互联网的"翅膀"。

湾底村位于鄞州中心城区近 郊,从发展工业到以工促农,再 到布局发展第三产业, 而今走出 了一条农旅一体、城乡一体的发 展之路, 谱写了一段乡村振兴发 展的传奇。该村目前拥有省内单 体面积较大、植物种类较全、智 能化程度较高的热带植物园—— 天宫庄园植物世界。据了解,该 植物园采用全电脑控制系统, 自

动调节温度、光照和湿度, 并配有 自动的喷、滴管系统。人工再造的 植物生长环境使人宛如置身大自然 的怀抱。植物园设置了南亚热带水 果区、热带水果区、热带雨林区、 现代农业区、沙生植物区、精品花 卉等专区,展示了500多种植物的 奇特景观。

此外,湾底村还有10大类50 多个品种的精品水果种植基地。 桑果、梨、葡萄、火龙果、无花 果、草莓、七彩番茄、猕猴桃 ……季季有花,月月有果,天天

小小一个村,玩的可不少。 为发展农业旅游,湾底村成立天 宫庄园休闲旅游有限公司,并先 后投资1.2亿元建起了花卉基地, 逐步打造出植物园、天宫城堡等 一系列"近郊型"休闲项目。同 时,还将原先自然村内部分有特 色的古建筑整体迁移至西江古 村,建起了鄞州非遗馆、宁波服 装博物馆,形成了老戏台、老店 铺、古石桥、水街等特色风情风

本周四晚七点,请锁定"天宫 庄园景区"抖音直播间,参与精彩 互动! 不见不散!

(肖圣华 张璐)

NO.3 百余名孩子争当"急救小医生"

继报名火爆的"眼科小医 生"活动后,8月5日,宁波民 生e点通又携手宁波大学附属人 民医院开展暑期"小医生"体验 活动第二波——"当一回急救 '小医生'"

本次活动再次引发热烈反 响。招募消息刊出仅一天,报名 人数即有百余人,远远超出"额 定计划"。为此,宁波大学附属 人民医院临时决定再增一场培 训。上周五,有幸得到体验机会 的两批60多名小学员都已顺利 通过实操考试,获得了医院颁发 的培训证书。

在宁波大学附属人民医院临 床技能培训中心, 该院病理科医 生陈鲧以视频、图文讲解、现场 动作演示、模拟人训练等方式,

悉心向小学员讲解心肺复苏紧急救 护的基本原则、方法与步骤,以及 自动体外除颤器(AED)的正确 使用方法。小学员们认真听讲,不 少孩子还拿出纸笔仔细记录。

培训结束时,小学员们的急救 已做得有模有样。11岁的女孩陈 子熙按照陈老师讲述的方法,轻易 地就将150斤重的成人侧翻并进行 开展相应的抢救工作。

一个男孩还调皮地说,现在才 知道喝醉酒回家后不能平躺,否则 有可能发生窒息,回家要劝说爸爸 别再喝醉酒,而且万一遇到突发情 况也知道该怎么处理爸爸了。

下一期的小医生体验活动-"牙科小医生"报名将于近期推 出,欢迎大家继续关注并参与。

(仇龙杰 钟海雄 张璐)



小学员们学习自动体外除颤器 (AED) 的正确使用方法。

(仇龙杰 摄)

NO.4 e点通"大表哥"助农又有好货了

红心火龙果、阳光玫瑰葡 萄、美味玉露蟠桃……炎热夏 天,来点水果解暑降温吧!大表 哥,本期助农好物安排。

为助销因受疫情影响而滞销 的农产品,2020年以来,中国 宁波网民生e点通联合各地供销 社,推出了多次助销活动,在帮 助农户的同时,也将实惠带给了 广大网友。

本次助销的产品主要为本地 产的火龙果、阳光玫瑰葡萄、玉 露蟠桃,还有余姚"真当家"五 香全形脱水榨菜、土鸡蛋,以及 部分速冻品与厨房调料等。

特别值得一提的是余姚叶先 生请求助销的阳光玫瑰葡萄。近 期高温,葡萄成熟过快,当地葡 萄面临滞销。一箱礼盒装的阳光 玫瑰葡萄,净重五斤左右,只要 55元,请您帮忙带回家。

本次活动的详细信息请微信关 注"宁波民生e点通",或扫描下 方二维码后发送"助农"两字获取 并参与。

和以往助农活动一样, 民生e 点通"大表哥"团队将精心为大家 做好售后服务工作,且不收取任何 差价,款项全部支付给相应的农户 及商家。

提货方式: 按短信通知的时 间,本周五(8月12日)下午,前往 宁波日报报业集团(鄞州区宁东路 901号)。提货时,需出示通知短 信、付款截图等信息。

特别提醒: 本次活动不提供

现场购买,未接 到短信的,务请 不要前来提货, 敬请谅解。



(张璐)

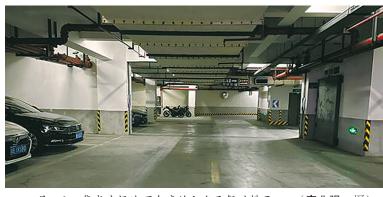
脏乱差"红灯"追踪

在宁波民生e点通群众留言板 的网友诉求中, 有一些网友投诉的 脏乱差顽疾, 因部门受理许久没有 答复而悬起了"红灯"。这些"红 灯"或许只关系一些"小事",但 损害的却是我们宁波的形象。

追踪"红灯",直至问题解 决! 在此, 我们诚邀您一起跟进, 及时反馈并督促脏乱差现象的"整 改"与"未整改"。相关情况,我 们会每周一在本版与大家分享。 周一见!美丽宁波,我们一起

注:根据《宁波市网络民生诉 求事项办理工作办法》《宁波市网 络民生诉求事项办理工作监督考核 细则》,宁波民生e点通群众留言 板实行四色"亮灯"制度。其中, 5天后一直未回复的,标注"红

海曙联丰中路(机场路-薛家路段) 管道脱节引发的积水有望清除



8月3日,集成广场地下车库的积水已暂时排干。 (廖业强 摄)

7月21日,网友"小学生的眼 泪"反映,联丰中路(机场路-薛家 路段)扩改建时导致污水雨水管断 裂,且长久未修。每逢大雨,雨水倒 灌进入集城广场地下车库,且路面 积水导致交通堵塞,何时能维修?

网友还追问,这条不到400米 的路改建已经快2年了,为何至今 还没完成?为何一拖再拖,还造成这 么大的副作用?

7月22日,海曙区受理这一投 诉。因未能及时回复被"亮"红灯,8 月1日,宁波日报、中国宁波网、甬 派客户端对此进行了跟进曝光。

8月3日,记者在现场看到,机 场路至薛家南路之间的联丰中路大 致被薛家桥分成东、西段。据了解, 这两段道路分别由宁波市海曙开发 建设投资集团有限公司、宁波市城

市基础设施建设发展中心负责改 造。宁波市城市基础设施建设发展 中心工作人员表示,联丰中路地下 的雨污水为自西向东流淌,但海曙 开发建设投资集团有限公司在截断 下游管道时,未及时与他们沟通,导 致联丰中路地下雨污管道脱节,集 成广场的雨污水难以排放,并形成

截至发稿时,这一投诉仍未被 回复,已超时6天,但记者得到一个 好消息:8月20日前后,宁波市城 市基础设施建设发展中心将开挖 集成广场北侧、联丰中路南幅路 面,并与宁波市海曙开发建设投资 集团有限公司一起,把地下雨污管 道接上。届时,长期困扰集成广场地 下车库的雨污排放问题将得到彻底 解决。

鄞州凌波路嘉莱美整形医院 破墙而开的窗终于封上了



8月7日, 鄞州凌波路嘉菜美整形医院外墙的窗已经封闭。

(廖业强 摄)

5月11日,编号为"7772242" 的网友反映,鄞州区凌波路上嘉莱

美整形医院破墙开窗,请处置。 因这一投诉长期未有回复,6 月20日、7月11日,7月18日、7

月25日、8月1日,宁波日报、中

国宁波网、甬派客户端连续5次对

多次催办。 8月5日,福明街道回复:现 已要求嘉莱美整形医院暂封窗户, 并按流程办理开窗审批手续。

此进行了曝光, 民生 e 点通平台也

8月7日,记者在现场看到,嘉 莱美整形医院已将外墙的窗户封闭。

北仑碧玉园 车位垃圾已开始分类清理

7月5日,网友"麦兜和鱼"反 映,大碶街道碧玉园小区内有4个 半停车位长期堆放着建筑垃圾和大 件垃圾。小区停车位本就紧张,而且 这些堆放的垃圾呈开放式,扬尘明 显,并有孩子在该区域捡垃圾、攀 爬,存在安全隐患。部分业主还无视 垃圾分类,直接将其他垃圾也倒入 该区域。对此,物业有安排清理,但 总是会有部分垃圾遗留现场。

7月29日,北仑区大碶街道回 复:目前碧玉园小区的大件垃圾采用 预约上门收运方式,清运时间由物业 与相关单位具体落实,最新一次清运 时间为7月13日。对于投诉中提到的 堆放点位里有混杂的生活垃圾,7月 29日,物业公司派人对大件垃圾点进 行了分类清理,下一步物业公司将加 强管理,加大对周边环境清洁。关于 大件垃圾堆放点的撤存问题,需由业 委会统一全体居民的意见后,由物业 统筹落实。街道、物业站和丁山社区

将及时对小区物业进行指导。

7月31日下午,网友再次反馈, 现场未见任何整改,周边环境依旧 脏乱。

8月4日,北仑大碶街道再次回 复:8月1日,大碶街道物业站已对 小区物业公司进行约谈,要求物业 加强点位督查管理,落实垃圾分类, 及时清运,近期将对大件垃圾点位 设置围挡,并加强巡查管理。

8月7日上午,记者在现场看 到,该小区的大件垃圾堆放点的垃 圾已做分类处理,建筑、大件垃圾分 别堆放在一个角落,等待集中清理。 堆放点周边环境比较整洁,不再脏 乱,也无异味,但围挡尚未建起。

但相隔不久,网友再次来电:这 个角落又被人倒上了其他垃圾。看 来除了临时性的集中清理,应尽快 设置相对封闭的围挡,并加强围挡 管理与物业巡逻十分必要。

(易民)