

近期好多人被甲流“击中”

医生提醒：“奥司他韦”不要乱用

说说身边事 给你提个醒

记者 陈敏
通讯员 谢美君 张林霞

近期宁波气温起伏不定，早晚温差大，稍不注意，头痛、脑热、咳嗽等就找上门。记者昨天在宁波几家医院采访时发现，很多患者被流感击中，发热门诊、儿科门诊、急诊内科都异常火爆。

甲流病人近期明显增多

上午10:30，记者来到鄞州二院急诊儿科时，胡佳凯医生正忙着为发高热的小付同学做检查。小付的妈妈告诉记者，自11月中旬以来，女儿班上多人因为患流感请假。胡佳凯医生告诉记者，这段时间流感患儿增多，一上午已挂出70多个号，前一天上午有90多个病人，门诊量差不多是平时的两倍。其中最多的是甲流患者。记者从隔壁的急诊内科了解到，该院每天的急诊量已增到500多人，而平

时一般为200多人，其中多数为甲流患者。

宁波市医疗中心李惠利医院儿科主任施红波介绍，在刚刚过去的一周，门诊急症较前期增长了25%，夜间急诊病人数较前期增长30%至40%。

施红波对近三天的采样情况进行了分析，从13项病原体检测的结果统计看，甲流病人超过五成，感染肺炎支原体的病人在20%左右，还有近20%的病人是混合感染。其中，甲流病人以幼儿园和小学的孩子为主。

李惠利医院、宁波市第一医院成人发热门诊的就诊量同样在增多。其中李惠利医院成人发热门诊接诊量增加到了平时的4倍左右，主要是中青年患者，甲流患者占了一半以上。

各大医院出台应急举措

为应对流感高发，确保广大患者能够及时得到救治，宁波各大医院纷纷采取了应急措施。

鄞州二院的急诊内科、急诊儿科均增设了夜班班；急诊内科日间诊室从1间增至2间，夜间诊室从

3间增至5-6间，鼓励科室医生业余时间回医院支援；急诊儿科双休日及周一中午、下午各增派一名医生，周一至周五安排各班人员，当等候患者超过40人，立即启动备班。

李惠利医院特别推出了“互联网医院问诊后线上开具‘13种呼吸道病原体核酸检测’功能”，患者在线下可直接去相关检测点检测，以有效分流候诊人群，缩短候诊时间，减少因聚集引起的交叉感染风险。

宁波市中医院则针对流感发病特点，遵循中医“治未病”理念，拟出了“成人流感预防方”。市民只需关注宁波市中医院公众号，点击互联网医院，就可配取“成人流感预防方”。

“奥司他韦”不要乱用

据介绍，除了发热、发冷、腹泻、呕吐等常规感冒症状，甲流还有两个标志性的症状：突起高热，体温超过38℃；头疼、全身肌肉酸疼、乏力。

李惠利医院发热门诊负责人郭兴炳提醒，轻症的普通感冒患者，

没必要扎堆去医院，可以在家对症用药观察，既能减少交叉感染的风险，也有助于医疗资源的合理分配；对于高热不退或中低热数天伴呼吸道症状没有缓解迹象的患者，建议去医院就诊，并在医生指导下用药。

记者在采访中还了解到，有不少患者为预防甲流自行服用“奥司他韦”。对此，医生提醒，“奥司他韦”确实有预防甲流的效果，但不能100%预防。服药预防需要评估接触过感染的可能性，否则不但不能起到预防作用，还可能造成耐药性。对于那些密切接触了流感患者的人，使用“奥司他韦”或许有一定预防作用。但如果没接触过甲流人群，也没去人多密集的地方，千万不要擅自服用“奥司他韦”。

如何预防流感？请牢记医生的这几条建议：公共场所戴口罩；注意手卫生，勤洗手、消毒；注意休息、劳逸结合，避免去人员密集场所；接种流感疫苗。

医生说，流感年年有，医院有临床治疗经验、有药可医、有正确的护理方法，只要及时对症治疗，不会出现大问题。

“落叶不扫”定格美景 浪漫背后环卫工人付出了更多



市民在院士林嬉戏。

环卫工人在共青路上巡回保洁。

(刘炎昊 摄)

记者 陈朝霞
通讯员 刘炎昊 高琪

秋意愈浓，城市换上了新的“外衣”，城区道路两旁和公园景区等处，树木披上了金黄，今年宁波16条道路实施“落叶不扫”，让市民感受秋日浪漫。

昨天，记者在天一阁·月湖景区院士林看到，银杏叶金黄炫目铺满地，不少市民领着孩子在林间嬉戏、拍照，定格秋日美景。在月湖畔的共青路上，道路两旁的树叶已变黄，纷纷飘落，在人行道上铺了薄薄一层，脚踩上去窸窣作响。

记者了解到，海曙有三条道路实施“落叶不扫”，分别是共青路、民丰街、高塘路。

在共青路上，已做了16年环卫工作的马百省告诉记者，“落叶不扫”并非撒手不管，背后的工作比落叶必扫要难，相较于平时，工作要做得更细，才能让市民更优雅

地享受这份独属秋日的浪漫。

“既要留住落叶，又要剔除掉纸屑、烟蒂等杂物。这些杂物容易嵌进地缝，一旦被踩碎了再去打扫，难度很大。一下雨就要赶紧清理掉杂物，否则会堵塞雨水井，影响排水畅通，这些工作对我们来说是不小的挑战呢。”马百省坦言。

据了解，海曙环卫部门在“落叶不扫”期间，会改变作业模式，按照“只捡垃圾叶不扫，天晴不扫雨后扫，堵塞下水迅速扫，易燃易腐彻底扫”的要求，白天主要由人工进行巡回保洁，晚上8点以后整个路段进行全面清扫并彻底清洗，通过优化养护管理模式，让工作更高效、更精细化，做到“只见风景，不见脏乱”。

另外，海曙环卫部门也会根据天气变化，及时调整保洁方式。如遇降雨，落叶湿滑，容易产生安全隐患时，即恢复“随落随扫”作业方式。

对付XBB变异株的新冠疫苗接种

这些人可接种

本报讯(记者陈敏 通讯员金秋妍)当前，新冠病毒仍在不断变异，XBB变异株已成为我国本土疫情主要流行株。记者从宁波市疾控中心了解到，含XBB变异株抗原成分的新疫苗——成都威斯克重组三价新冠病毒(XBB+BA.5+Delta变异株)三聚体蛋白疫苗已到宁波，适合人群可前往免费接种。

据了解，满足以下两个条件的人群可以接种新疫苗：已完成新冠

病毒疫苗基础免疫或已感染新冠病毒60岁及以上老年人群；已完成新冠病毒疫苗基础免疫或已感染新冠病毒的18岁至59岁患有较严重基础疾病人群、免疫功能低下人群、感染高风险人群。

接种程序是怎样的？

据介绍，在最近一次接种3-6个月或者最近一次感染6个月(两种情况均发生的，以时间最近的一次为准)，可接种1剂次含XBB变异株抗原成分的疫苗。已

接种含XBB变异株抗原成分疫苗的，现阶段不建议再接种其他种类新冠病毒疫苗。未完成基础免疫且未感染新冠病毒的人群，应先完成基础免疫接种。

据了解，以下四种情况为接种禁忌：

对本品中的活性成分、任何一种非活性成分、生产工艺中使用的物质过敏者，或以前接种同类疫苗时出现过敏者；既往发生过疫苗严重过敏反应者(如急性过敏

反应、血管神经性水肿、呼吸困难等)；患有严重神经系统疾病者(如横贯性脊髓炎、格林巴利综合征、脱髓鞘疾病等)；妊娠期及哺乳期妇女。

注射过免疫球蛋白者应至少间隔1个月以上接种该疫苗。建议其他疫苗与新冠病毒疫苗的接种间隔大于14天。当因动物致伤、外伤等原因需接种狂犬病疫苗、破伤风疫苗、免疫球蛋白时，可不考虑与新冠病毒疫苗的接种间隔。

梅山湾迎来 1.7万 余只「越冬精灵」

白骨顶鸡、斑嘴鸭、凤头鸊鷉……



图为凤头鸊鷉。(许天长 摄)

记者 许天长 孙肖
通讯员 胡群伟 严武意

随着北方气温降低，连日来，大批越冬候鸟陆续飞抵宁波梅山湾。据相关部门统计，目前已有1.7万余只候鸟来过冬。除了白骨顶鸡、斑嘴鸭等鸟类外，梅山湾还迎来一批特殊的客人——凤头鸊鷉(pi ti)。

昨天下午，记者在梅山湿地公园捕捉到了这些“越冬精灵”的身影。

凤头鸊鷉是一种善于潜入水中猎取食物的水鸟，生活在芦苇和杂

草丛生的湖泊、池塘、沼泽中，亦称冠鸊鷉。

“近年来，随着宁波生态环境的持续向好，凤头鸊鷉已成为宁波海边时常能看到的冬候鸟。”宁波市野生动物保护协会副会长张海华介绍，凤头鸊鷉脖子修长，有独特的黑色羽冠。下半身近乎白色而具光泽，上半身灰褐色。上颈有一圈暗褐色的棕色羽，形成皱领。后颈暗褐色，翅膀灰褐色。梅山湾水域生态治理的推进，为鸟类提供了良好的栖息环境和食物资源，这里已经成了鸟类重要的停歇地和越冬地。

连日来的好天气加之河道上候鸟纷飞的美好景象吸引了不少游客驻足拍摄。

近年来，北仑区完善生态修复“1+N”治理体系，开展岸线整治等生态治理工程，营造生物栖息地21万平方米。据悉，梅山湾海域现已发现国家一级重点保护鸟类2种，国家二级重点保护鸟类6种，鸟类品种有80余种。

据介绍，这批“越冬精灵”每年11月初到达梅山湾，会一直逗留到第二年的3月底。喜欢观鸟和摄影的市民不妨前往一探。

冷空气强势来袭 今夜开始降温



本报讯(记者孙肖)昨日的宁波又是暖意融融的一天，在阳光的烘托下，全市(含区域站)最高气温为宁海雷虎站23.7℃。不过，冷空气已经开始蓄力，准备发起新一轮的进攻。

随着冷空气源源不断从西伯利亚南下，29日夜里新一股冷空气将抵达我省，会带来大风和降温，以及云系增多过程，部分地区还会出现零星小雨。

据市气象台消息，今天夜里冷空气就会抵达宁波，市民会感觉到风力明显增大，气温开始“速降”。11月30日宁波上空云系较多，最高气温将降至13℃，最低气温也会往下再降一个台阶。12月2日早晨的最低气温预计只有

3℃，完全是冬天的温度。在此轮冷空气的助推下，冬天的脚步越来越近。很多市民关心这波冷空气能不能把宁波带入冬天？市气象局的回复是：宁波入冬还要再等等。

资料数据显示，宁波常年入冬时间是12月4日。宁波最早入冬时间是11月25日(1960年、1983年)，宁波最晚入冬时间是次年1月1日(1955年)。

气象学上，入冬需要连续五天平均气温低于10℃。这次冷空气后，12月3日开始宁波又将有一个气温回升过程，最高气温回升明显，所以入冬还要再等等。

据市气象台公布的8至10天天气趋势预报显示，未来8到10天仍以晴好天气为主，12月4日有个高空槽经过，天气转阴，这有可能是近10天里宁波唯一飘雨的机会，希望能让近期干燥的空气和大地得到些许雨水的滋润。

龙观乡登山步道有了安全指示牌



昨日，工作人员来到海曙区龙观乡龙溪村的山间步道，安装“注意安全”指示牌。龙观乡青山环绕，但因山间地势复杂，“驴友”在山中迷路的情况时有发生。为此，龙观乡在一些关键路口安装了指示牌，以保障游客安全。(徐能 忻之承 摄)