



天气·表情

昨天，天空碧蓝，在东门口的时代广场，园林工人正忙着布置迎春景观。 记者 许天长 摄

与你聊天

受偏南风 and 暖阳影响 今明最高气温20℃上下

□记者 陈胜男

如果说昨天清晨-3.4℃的气温依旧冻人，那么午后最高气温升至14.5℃，温暖以绝对优势战胜了严寒，而这样的天气模式还将持续运行。 据市气象台预报，今天我市晴到少云，明天晴到多云。甬城已连续三天早晨最低气温徘徊于-3℃左右了，预计今天市区最低气温回升至3℃，明天6℃；这两天午后升温尤为显著，今天最高气温19℃，明天21℃。冷空气一走，偏南风到来，近

期如沐春风般温暖的天气正是与这股南风息息相关，今天偏南风3—4级；明天偏南风，傍晚前后转偏北风4级。此外受这股南风的影响，昨天市区空气质量为优。 昨天是腊月廿三，民间称这一天为祭灶节或小年，过年进入了倒计时，为了迎接农历新年的到来，家家户户都有掸尘的习惯。明后天恰逢春节前的最后一个双休日，市民朋友不妨趁着天公作美打扫一下家中卫生。掸尘之后，大家还可以在家中挂上对联、年画等物品增添节日气氛。

微健康



区分真性近视与假性近视要经过医学检查

寒假刚开始，在市眼科医院看近视的孩子多了起来。门诊统计显示，增加的绝大多数是中小学生和学龄前的孩子。 家长们大多只知道真性近视和假性近视。如果孩子还在上小学或幼儿园，度数又没超过300度，假性近视的可能性就大些。反之，年纪大点的、度数深点的，就可能是真性近视或者真性假性混合了。对此，市眼科医院院长、主任医师周宏健并不认同：“经过检查，孩子们眼睛的情况，往往比家长想象的要复杂。” 周医生说，要区分真性还是假性近视，关键是要看眼轴长度有没有发生改变。正常人的眼轴为24毫米，如果眼轴变长，基本可以断定为真性近视，每增长1毫米对应的度数约为300度。被确诊为真性近视的孩子，在看书、写字、抄板书

时，最好佩戴眼镜，以防止度数进一步加深。 如果眼轴长度没有改变，大多是假性近视。通过用药、理疗、纠正不良用眼习惯，短则两三个月，长则半年一年，度数完全有望下降或消失。 让家长们意想不到的是，孩子根本不是近视，表现出来却是近视的样子。周宏健说，有些孩子，对着视力表一测，是近视，一测眼轴，却小于24毫米。扩瞳后再检测就发现，居然是低度远视。 “10个来看近视的孩子中，有两三个是低度远视。”周医生说，这些孩子如果盲目配镜，几个月后，就变成真性近视了。通过放松睫状肌、佩戴特殊眼镜等治疗，几个月到半年的时间里，这些孩子大多能恢复视力。 童程红 王海清

口温、腋温有所差异 教你如何准确测体温

最近流感多发，在一些幼儿园和小学的低年段，老师会要求家长每天给孩子测体温。是把体温计放腋下好，还是放口中好？不少家长犯了难。尤其两个数据不一时，家长更不知该信哪个了。 对此，市李惠利医院护理部副主任郑亚华表示，正常人的腋窝温度为36℃~37℃，口腔温度为36.5℃~37.5℃。一般情况下测口温受环境干扰影响比较小，得出的数据相对更精确。正确的做法是，将体

温计水银头端放于舌下，闭住口唇3分钟，其间不要用水咬，也不要说话。要注意的是，口温应避免在进食后30分钟内测。 年幼的孩子配合度低，为了安全起见，还是提倡测量腋温。一般情况下腋温比口温低0.3℃~0.5℃。当然，腋温也更容易受到环境干扰。开空调、捂厚被子厚棉衣、腋窝潮湿等因素都有可能影响所测数据。这些家长都要考虑到。 童程红 应红燕

微公益



春节后鄞州有36场招聘会

在春节后2月至3月用工服务月期间，鄞州区将密集组织举办36场招聘会，其中区级人力资源市场安排7场，市人才市场鄞州专场安排2场，乡镇安排27场。此外，在宁波客运中心附近古林礼嘉桥村综合治理室也有招聘活动会，在2月9日至27日每

天上午举办；集士港卫星镇的公共服务中心大厅一楼2月—3月的每周二上午都安排有招聘会。 1月20日开始，鄞州就业网开放春节后招聘会的预定功能，注册企业可以根据需要进行摊位预定。 罗湘波 王洁

微提醒



目前我市流感仍处于活跃期

昨日，市卫生局发布消息称，目前我市流感仍处于活跃期。入冬以来我市流感活动一直较强，门诊、住院病例持续上升，甚至出现个别死亡病例。根据我市流感监测情况和流感流行规律，尤其是近期气温持续较低以及临近春节人员流动频

繁，预计未来一段时间我市流感发病仍将可能维持在较高水平。居民要勤洗手，尽量避免去人员拥挤通风不良的场所。如果出现了流感样症状应在家休息，必须外出时，请佩戴口罩，减少病毒在人群中的传播。 林诗舟 陈琼

高校招生三项考试即将报名

来自浙江省教育考试院的消息，2014年上半年我省普通高校招生英语听力、信息技术、通用技术考试（简称“三项考试”）、汽车专业技能水平证书考试基础理论考试和2014年普通高中会考语文、数学科目补考将于3月下旬进行，2月20日起开始组织考试报名工作。 据悉，信息技术、通用技术科目考试仍采用两种方式：第一种为信息技术、通用技术分科方式，信息技术上机考试、通用技术纸笔考试；第二种为信息技术、通用技术合科方式，采用上机考试和纸笔考试两种形式。目前为普通高中一、二年级学生只能报分科方式考试，其他考生只能

报合科方式考试。 汽车专业技能水平证书考试分为基础理论笔试和操作技能考试，操作技能考试时间另定。普通高中会考语文、数学科目成绩为E等或缺考的学生，可报名参加相应科目的会考补考。 考生参加“三项考试”和汽车专业技能水平证书考试，每科有2次考试机会。成绩用作高校招生录取的2年有效。 普通高校招生三项考试、汽车专业技能水平证书考试和普通高中会考补考采取网上报名方式，分为网上信息输入和现场确认两个阶段。 沈莉萍

微发布



下周一起公交5路延伸至银珠明园

为方便福明路延伸段市民公交出行，下周一起，公交5路（原市中医院至明楼新村）调整为市中医院至银珠明园。延伸后走向为徐戎路后双向走通途路、福明路（进）、朱一路（进）、明珠路（出）、沧海路（出）。双向增设景家园（南往北单向）、明楼新村、明楼中学（东往西单向）、福明路、福明路通途路口（南往北

单向）、火炬大厦（返程北往南单向）、通途路（返程东往西单向）。双向撤销朝晖路走向（南往北单向）及朝晖路（南往北单向）停靠站点，撤销明楼新村始发。市中医院首末班发车时间为5：50和22：00，银珠明园首末班发车时间为5：30和20：50。 林诗舟 毛敏尔

我市首个康复护理基地昨日成立

浙江省基层卫生适宜技术示范基地（宁波）康复护理基地昨日在市第二医院正式成立，这也是我市首个康复护理基地。床上运动与转移的护理、压疮的诊疗护理等10项适宜技术，将在我市4个社区卫生服务中心推广应用。 这个康复护理基地是我市今年新增的两个省基层卫生适宜技术示范基地之一。该康复护理基地负责人、市第二医院康复中心主任郭旭介绍，通过康复护理基地专家团队进社区示范指导以及社区医疗队伍的专业培训等多项措施，分两年时间将

这10项技术向海曙区西门望春、鼓楼、南门街道和江东区东柳街道等4个社区卫生服务中心进行推广。 这10项技术包括脑卒中的良肢位摆放技术、脑卒中患者的功能锻炼、床上运动与转移的护理、瘫痪患者体位转移技术、人性化护理模式、吞咽困难的常规护理、言语障碍的护理、急性脑血管病后三级康复技术、压疮的诊疗护理以及护理持续质量改进平台的建立和研究。 林诗舟 周佳

宁波中心城区水库直供水近100%

据宁波原水集团统计，去年宁波中心城区水库直供水与河道转供水比例与前年相比大幅提高，比例由93：7提高至99.2：0.8。宁波城区采用近100%水库优

质水直供。截至昨天上午8时，向市区供水的八大水库蓄水量40807万立方米，占总库容的71.84%。 边城雨 应海蓉 章健

宁波内河运输有了标准化船型

来自市港航管理局的消息，内河运输有了标准化船型。作为内河标准化船型试点改建项目，“浙宁波货0042”船已经完成改建并正式对外展示。 “浙宁波货0042”的改建主要从船舶外观、船舶安全、船舶环保三方面。在船舶外观上，增加了货舱舱盖，舱盖采用钢

骨架盖雨布形式，雨布颜色为草绿色；在船舶环保方面，采取多项措施降低噪声、防生活污水污染及防油类污染。我市的内河航道直接进入市中心，内河标准化船型有利于改善内河船舶的外观条件及提升城市形象。 吴明京 徐利民 宋兵

福彩



双色球 第2014010期 红色号： 05 07 08 20 31 33 蓝色号： 11 15选5 第2014023期 基本号： 01 04 11 13 15 3D 第2014023期 开奖号码： 3 0 3

开奖号码以浙彩中心公告为准