



昨日雨后转阴,初夏时节的日湖公园荷塘里,荷花竞相绽放,一只只白头翁鸟飞来飞去,为前来赏荷的市民增添了情趣。 记者 龚国荣 摄

天气·表情

与你聊天

梅雨带在我省上空飘 明天起又有中到大雨

□记者 陈胜男

连下了几天的雨,昨天开始市区雨量明显减弱,傍晚前后雨水基本停歇,但全市的情况并非都如此。昨天我市中南部地区的降水依旧明显,预计今天白天伴随雨带的摆动,全市阴有阵雨。

昨晨5时24分,市气象台继续发布暴雨黄色预警。受梅雨带的影响,昨天我市中南部地区仍出现了中到大雨局部暴雨,宁海、象山、奉化等地的降水量达3—50毫米,部分地区50毫米以上。这些地区的降水过程一直持续到昨天傍晚才开始减弱,市气象台于16时32分解除该预警信号。

据市气象台预报,今天白天我市北部地区多云到阴,南部地区阴有阵雨,夜里到明天全市阴有阵雨,明天

雨量中等局部大到暴雨。降水持续,我市气温起伏不明显,今明最高气温约26℃,最低气温20℃。

昨天傍晚,伴随江南、华南等地的强降水范围缩小、强度减弱,中央气象台18时解除了连续发布7天的暴雨预警信号。但今天浙江南部等地还是大雨局部地区暴雨的天气。因为目前梅雨带就维持在我省上空并南北摆动,所以降水时而是北部地区偏大,随后又波及到南部;时而先由南部地区开始,再蔓延至北部。

市气象台预计,梅雨带会从明天开始再次影响我市大部,持续的明显降水天气又要开始了,其间还会遇上大到暴雨的降水过程。气象部门提醒,近期累计降水较多,尤其山区出现滑坡、泥石流等地质灾害的风险等级较高,请市民出行注意安全。

微健康

杨梅核能清肠?没有科学依据!

医生建议:一天吃杨梅不宜超过一斤

近期,杨梅是人们最喜欢的时令水果之一。不少人一吃就是一小筐,有的人习惯连核一起吃,说是能清肠。

然而,昨天,在李惠利医院有一名中年男子因为连核吃杨梅引发了肠梗阻,刚刚做完手术,上周还有一名年过八旬的老太也因吃杨梅吞核而丧命。

那么,杨梅核到底有没有清肠的作用呢?吃多了引起肠梗阻,那少吃几颗是不是对身体有好处呢?

市一院营养膳食科营养师冯波表示,杨梅核没有食用价值,与许多水果种子一样,杨梅核的外壳非常坚硬,不能被人体消化。杨梅核在肚子里滚一滚,能带走脏东西的说法没有科学依据。

冯波表示,一两个杨梅核吞进肚子并无大碍,但多了,就算没有引起肠梗阻、肠穿孔等消化道疾病,也会增加肠胃蠕动的负担,影响其他营养物质的

消化和吸收,尤其是老人和小孩。

吞杨梅核可能致病外,吃太多杨梅则容易上火。在宁大附院中医科,近来,几乎每天都能碰到几例因为吃了太多杨梅而引起上火的病例。

该科主任中医师姜海波说,杨梅是偏温热的水果,吃多了,容易口干舌燥。

姜海波建议,普通人吃杨梅,一天不宜超过一斤。火旺的人,最好控制在半斤左右。大家吃杨梅的时候,最好就着菊花茶,菊花茶清热去火,和杨梅恰好“互补”。

那些有基础疾病的人更要管住自己的嘴。杨梅有12%到13%的含糖量,还有0.5%到1.1%的含酸量。糖尿病患者一天吃半斤杨梅,就相当于摄入了约30克糖。而胃酸分泌过多的人,杨梅吃多了也容易加重不适。

董程红 吕方伟

微提醒

家用医疗器械使用有讲究

电子体温计、电子血压计、血糖仪、便携式心电图检测仪等各种简单实用、功能齐全的新型家庭用医疗器械,深受市民喜爱,但使用时却很有讲究。

今年上半年,宁波市市场监管局举报中心共接到关于医疗器械的投诉15件,这些投诉多数是由于使用者对产品的性能和功效缺乏了解引发。

市市场监管局提醒市民,电子类诊断用医疗器械有一定的适用范围及注意事项,如电子体温计的一般工作温度为10℃~40℃,相对湿度为30%~80%RH,为使测温数据尽可能准确,测试时要始终紧贴测温部位。电子血压

计因测量原理所限,脉搏很弱者、血压过低者、恶性高血压者不能用其测量血压,另外在大出血等紧急情况下,也不可适用。

电子体温计、电子血压计、血糖测试仪等医用电子仪器类产品,测量的数据与实际存在偏差,应及时定期进行比对,掌握家用自检医疗器械的测量值偏差范围。

此外,家用医疗器械应当按照产品说明书规定的储存条件存放,过期、变质、失效、国家已经明令淘汰以及其他不合格的医疗器械不能再使用。

周科娜 张淑蓉

微发布

“天一讲堂”本周六讲公司并购

本周六下午2时,宁波市律师协会副秘书长、律师邓旭东将做客市图书馆“天一讲堂”,带来题为《知己知彼,

百战不殆——谈公司并购》的讲座。感兴趣的市民可前往市图书馆一楼服务台免费领取入场券。 金晓 洪敏

本周六有风湿病讲座及义诊

本周六,宁波市第二医院将举办“风湿关爱,益路同行”大型健康知识讲座及义诊活动。

当天14:00—14:30,由该院风湿科主任陈勇讲解《怎样识别关节

炎》;14:30—15:00,副主任医师郭秀娣教您《强直性脊柱炎的保健》;15:00—16:00,我市各大医院风湿病专家将在现场义诊,地点在市二院7号楼2楼抽血化验处。 罗央清

福彩

七乐彩 第2014072期 基本号: 01 03 04 08 09 17 21 特别号:19

6+1 第2014072期 基本号: 5 1 2 4 6 3 生肖码:马

15选5 第2014166期 基本号: 02 03 05 09 15

3D 第2014166期 开奖号码: 3 1 6

开奖号码以浙彩中心公告为准

光大私人定制 尊享财富

产品名称	期限	认购起点	预期年化收益率	募集时间
财富客户定制理财	1年	50万元	7.0%	私人定制,预约中
阳光理财十年定向理财	199天	30万元	5.7%	6月18日-6月24日
	184天	5万元	5.6%	6月18日-6月25日
T计划	53天	20万元	5.5%	6月25日-7月3日
	71天	530*100万元	5.2%/5.3%/5.4%	
	104天		5.4%/5.5%/5.6%	
外币理财	1年	8000美元	3.8%	6月18日-7月1日
	6个月		3.6%	
	40天/90天		3.3%	
	6个月		3.0%	
	1年		3.3%	
	1年	8000港币	3.3%	
	1年	8000澳元	5.5%	

光大银行出国金融优惠再升级!——持我行出国+卡购汇即享200个点差优惠! 办理境外电汇免电报费! 大额汇款客户办理购汇可享最高200个点差优惠! (例: 购1万美元优惠200元)

光大银行智能结售汇系统全新上线!——定时定额, 摊平汇率, 分散风险, 全国首家! 同时享受结、售汇双向200个点差优惠!

详询: 87317446 87295456

Bank 中国光大银行

温馨提示:
1、理财非存款, 产品有风险, 投资须谨慎。
2、全国联网发售, 额度有限, 售完为止。
理财热线: 87327466 87296111



信和财富 信和大金融助力普惠金融事业发展

在财富管理方面,随着国民富裕程度不断提高,民众对于财富保值增值的需求也越发迫切。为满足他们实现财富保值增值和提升生活品质的迫切需求,信和大金融运用国际上先进、科学、正确的财富管理理念和模式,根据每个客户不同的风险偏好、财务状况、家庭结构为其量身定制财富管理规划,将国内外优秀的固定收益类、理财类等理财产品,通过科学的资产配置带给千千万万的客户,帮助他们实现稳定、安全的财富增值。

在融资服务方面,当前,中国有六千多万城市小微企业主,以及大批的学生和工薪阶层等高成长性人群,他们物质上不够富足,也暂时尚未被纳入国家信用体系,基于此他们的资金等金融需求相当迫切,但这样的需求传统金融行业服务覆盖不到。作为传统金融机构服务的有益补充,信和大金融通过信用桥梁的搭建,帮助学生、小微企业主、工薪阶层等高成长性人群获得资金支持,实现了助学、助商、助工

的巨大社会价值。

在社会信用管理体系构建方面,信用管理既是信和大金融业务模式的核心,也是其事业长青的基础。为保障信和客户的权益,促进信和大金融事业的永续发展,应对中国信用管理体系发展相对落后的现状,信和大金融着力于信用管理体系建设,汇集了业内专家,深入公司运营和业务流程,不断创新和优化信用管理模式及信用管理技术,建立了相对完善的信用管理体系,为全国社会信用体系建设贡献了自身的价值和作用。

信用中国,和谐共赢!
宁波海曙分公司:0574-27661000
海曙区镇明路36号中信银行大厦(南苑饭店对面)2902-2906室
宁波江东分公司:0574-87236601
江东区惊驾路555号泰富广场A座1005室