



## 天气·表情

昨天,市区最高气温达30℃,犹如又到了夏天,街上女孩子穿着清凉。

记者 唐严 摄于天一广场

## 与你聊天

# 受冷空气影响 今天下午阴有阵雨 明起最高气温回落9℃

□记者 陈胜男

今天下午冷空气开始影响我市,但降温还没那么快。市气象台预计,今天我市多云下午转阴有阵雨,明天阴转多云。

尽管冷空气今天下午就到,但降温还要从明天开始。今天市区的最高气温与昨天相仿,达31℃。

冷空气到来前,暖气团被挤压到一处,并带来急剧升温。从上周后期开始,我市气温逐日回升,而本周一、周二此次升温过程的顶峰时期。昨天市区、慈溪、余姚、镇海、鄞州、奉化午后气温均在30℃以上,其中余姚31.7℃最热,北仑、象山、宁波的午后

气温也都超29℃。

不过,当冷气团真正抵达后,冷气团缓慢取代暖气团的主导地位,并带来降温。这次冷空气影响带来的过程降温约为5℃,明天市区最高气温22℃。

此次冷空气影响会出现降水过程,但强度偏弱,没法彻底为空气和大地解渴。而进入10月以来,甬城明显降雨过程尚未有过,偶尔出现也只是零点几毫米的降雨量。干燥是不可回避的话题,而若不是有偏南风的“眷顾”,空气质量可能变差。

此次北风呼呼而来,不知是否又会出现与上周同样的轻到中度灰霾天,目前不得而知,但往常宁波吹北风的时候空气质量都会变差。

## 微健康

# 中青年冠心病发病更危险

近日,市第二医院心内科收治了一位34岁的心肌梗塞病人。这个身高1.8米的帅小伙身材看起来很好,平时也经常进行打篮球等运动,他是因为胸痛4小时而入院,心电图提示“急性前壁心肌梗塞”,而通过急诊冠脉介入检查,该患者的前降支血管已经完全闭塞了。如果再晚一点救治,可能直接导致猝死。

随着生活节奏的加快、工作压力的增大以及不良生活方式的泛滥,冠心病的发病率不仅逐年升高,而且已经从以前纯粹的老年性慢性病,发展为现在20岁至30岁的青年都会罹患的“富贵”病。

据市二院心内科主任医师叶红华

介绍,根据相关数据显示,我国35岁至44岁男性人群中,近3年中急性冠心病发病率增加了三成。而该院接收过的最年轻的心梗患者仅有25岁,这说明心血管疾病对中青年男性的健康威胁在不断增大。更关键的问题在于,中青年冠心病发病更为凶险。与老年冠心病患者不一样的是,中青年冠心病的首发表现多为心肌梗塞,其中10%表现为猝死。而对于中青年人群而言,起病和发病症状并不明显,且因为自我感觉身体状况良好,重视程度不够。

为什么中青年群体也会得冠心病?据分析,不健康的生活方式是主因。一方面不少中青年都有熬夜的习惯,生物钟被打乱,导致体内过多地分泌肾上腺素和去甲肾上腺素,让血管收缩、血液流动缓慢、血黏稠度增加,因而患心脏病的风险会比正常人大。另一方面,中青年经常应酬,饮食结构不合理,导致血管里的脂肪堆积,易发生动脉硬化,最终可能造成血管堵塞。而且,应酬中的抽烟喝酒,也增加了患冠心病的风险。此外,工作压力大,精神紧张等,也是诱发心血管疾病的危险因素。

叶红华提醒中青年群体,要注意合理膳食、戒烟限酒、适量运动、心理平衡,同时每年至少做一次体检。

林诗舟 郑轲

## 微发布

# 2.57万名考生周末参加成人高考

今年成人高校招生考试将在10月25日、26日举行。今年有25751名考生参加成人高考,全市共设9个考区、18个考点、884个考场。

本次成人高考高起本、高起专(高职)考试时间为:25日上午9:00—11:00考语文,下午2:30—4:30考数学,26日上午9:00—11:00考外语,高起本考试时间为:下午2:30—4:30考史地(文科)或理化(理科)。

专升本考试时间为:25日上午

9:00—11:30考政治,下午2:30—5:00考外语,26日上午9:00—11:30考专业课程。

市教育考试院提醒:考生应提前熟悉考点,了解出行路况,确保考试当天顺利到达考点,特别是在宁波大学科技学院和浙江纺织服装职业技术学院考点参加考试的考生,因轨道交通2号线施工等因素,更需合理安排路线,提早出行,避免因交通拥堵等情况导致迟到。

成良田 邬雨帆

# 宁波在库车成立援疆名师工作室

近日,宁波市援疆指挥部在新疆阿克苏地区库车县第二中学挂牌成立了“宁波镇海中学援疆名师工作室”,为该县搭建起了教育创新性研究发展平台和教育后备人才培养基地。

这次成立的援疆名师工作室以镇海中学副校长姚仁汉为带头人,宁波第八批援疆库车二中执教语

文、数学、英语、物理、政治、地理等8位老师为专家团队,13名库车二中骨干教师为工作室成员。工作室以宁波优秀教师专业优势为基础,通过“一帮一”、“一帮多”的形式与该县师生建成帮带对子,开设讲座、公开课、研讨会、报告会、论坛及开展专题指导、集体备课、教学研究等活动。

董程红

# 宁波机场金华城市候机楼启用

宁波机场金华城市候机楼18日正式启动运营,这是宁波机场继慈溪、余姚、舟山、宁波客运中心之后设立的第5座城市候机楼。

金华城市候机楼位于金华贴心管家花园酒店,地处金华市区内,离火车站不到5分钟的步行距离。启用后,金华及周边区域内从宁波机场登机始发的旅客可直接在城市候机楼内完成所有登机

前的相关手续,享受到购买机票、查询实时航班动态信息及办理值机手续等“一条龙”、“一站式”服务,旅客到达机场后,只需通过安检便可登机。

同时,机场同步开通每天4班宁波机场往返金华城市候机楼的免费班车,旅客凭“从宁波机场出发”的机票、订票信息等相关证明上车。

吴明京 黄跃光

# “丝路青年行”参观考察宁波

10月18日—20日,外交部国际经济司委托江苏省外办和宁波市外办承办的“一路一带”有关国家留学生“丝路青年行”活动抵达宁波,31名来自17个国家的留学生参观考察了宁波港、宁波博物馆。

此次活动以“探访、领略、感受、体验”为主题,通过对江苏、

浙江等地“海上丝绸之路”渊源城市的参观学习,使留学生们更好地了解了丝绸之路的历史和发展,加深对中国经济文化历史的感知和理解,让他们能讲好中国历史、今天和未来的故事,成为丝绸之路的新使者、促进中外合作的新纽带。

滕华

# 鄞二院姜山分部妇产科病区挂牌

昨天上午,鄞州二院姜山分部“妇产科病区”正式挂牌,由鄞州二院医疗团队全面参与该院妇产科行政管理、技术指导、学科建设和人才培养等各项工作。据悉,作为我市首个纵向医疗联合体,鄞州二院姜山分部“内科病区”的托管实践,使得该病区开放床位从30张增加到36张,床位利用率由原来不足

80%逐渐提高到95%,累计收治各类住院病人1718名,治愈好转率达90%以上,提高了基层医院医疗资源利用效率、技术水平和服务水准。

这是继去年3月和5月,鄞州二院先后托管鄞州三院内科病区和集士港医院外科病区以来,又一次的专家资源“下沉”和城乡联动。

林诗舟 谢美君

## 微公益

# “天一讲堂”周六讲论语

10月25日下午2时,央视《百家讲坛》特邀主讲嘉宾、上海电视大学中文系教授鲍鹏山将做客市图书馆“天一讲堂”,带来主题为《从〈论语〉走进经典》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。

鲍鹏山主要从事中国古代文

学、古代文化的教学与研究,出版有《孔子是怎样炼成的》、《中国人的心灵——三千年理智与情感》、《风流去》、《鲍鹏山新说水浒》等30多部著作,曾先后在《百家讲坛》主讲《新说水浒》之《林冲》、《武松》、《李逵》和《鲁智深》。

金晓 章笑笑

**血情告示** A型 偏少 B型 正常  
O型 偏少 AB型 正常

欢迎登录宁波献血网 www.nbblood.org.cn

献血地点及时间:

市中心血站	周一至周五 8:00-17:00
亚细亚献血点	周一至周五 10:00-17:00
鄞州医院(鄞州医院76号)	周一至周五 9:30-16:30
二气楼献血点	周一至周五 9:00-17:30

电话: 总机(87348415) 上虞献血:1685人;  
市小献血(81085745) 献血量:491万毫升;  
献血量:41.3万毫升。

**您的献血是救助他人生命的礼物!**