



天气·表情

昨天,甬城浙浙沥沥地下起了小雨。在中山公园,家长带着孩子在雨中散步。

记者 唐严 摄

与你聊天

一场大雨净化了空气 但需注意大风带来的影响

□记者 陈胜男

昨天上午市区下起了小雨,至傍晚雨势逐渐增大。昨晚至今天上午宁波普遍中到大雨,局部暴雨,过程雨量普遍有30—40毫米,局部50毫米以上,市气象台预计今天下午这次降水过程结束转阴天。

去年12月以来,我市晴多雨少,累计全市平均降水量比常年同期73.4毫米偏少七八成,出现了一定程度的气象干旱,部分县(市)出现了重度气象干旱。

而这次明显降水过程将有效缓解我市持续偏旱的状况,降低森林火险气象等级,并清洁空气消除雾霾。

这次降水虽不是冷空气带来的,但同样也会伴随大风天气,昨天下午市气象台发布大风黄色预警信号。

受到同一个天气系统——近海低压的影响,从昨天夜里起我市风力逐渐增强至6—7级,阵风8级,今天北到东北风7—8级,阵风9级,并继续增强到8级,阵风9—10级。今天我市港区及沿海海面风力将明显增强,港区将有6—8级、沿海海面9—10级、浙江中南部近海渔场10—11级偏北大风。

此次降水过程来得干脆利落,今天下午我市转阴天,明天多云到阴。今明气温比较平稳,最低气温6℃—7℃,最高气温约11℃。

微健康

冬季高血压若不控制 易诱发主动脉夹层瘤

主动脉壁被撕开、分层,形成一个“假腔”,血液不断灌入,“假腔”变成了“血袋”,随时都有破裂的风险。最近一个月,在我市,这种名为主动脉夹层瘤的疾病已经夺去了多条生命,其中大部分患者都是45岁至60岁的壮年人。

记者从宁大附院、市李惠利医院等多家医院的急诊科了解到,主动脉夹层瘤的最主要诱因就是高血压。冬季血压波动大,主动脉夹层瘤的发病率也是一年之中最高的。

宁大附院急诊科主任陈志华表示,主动脉夹层瘤不是通常意义上的瘤,但它的凶险程度却不亚于任何恶性肿瘤。患者往往存在动脉壁退化、硬化、血液黏稠、血流不畅等症状。在血压过高的情况下,血液先是在动脉壁上撕开一个小口,随着血流口子越撕越大,直到把动脉壁的中膜和外膜剥离,形成一个口袋状的“假腔”,血液灌入“假腔”形成一个瘤状的“血袋”。随着灌入的血量增加,“血袋”被越撑越大,越撑越薄,稍有风吹草动,比如翻个身、打个喷嚏、跑两步,甚至发火吼两句,都可能令“血袋”破裂。一旦破

裂,不出十分钟,患者就会因为失血过多而猝死。

在市急救中心,这一类患者也是让急救人员最为揪心的。医学科科长王国文说,主动脉夹层瘤最容易生长在胸主动脉,其次是腹主动脉,从理论上来说,抢救主动脉夹层瘤破裂的患者,必须第一时间打开患者的胸腔或腹腔,找到出血点,用止血夹夹住,而这些,在急救车上根本不可能完成。

在门急诊中,医生们发现,主动脉夹层瘤的患者多是一副“老板样”,肥胖,腆着一个将军肚,性子急,嗓门大。陈志华说,肥胖、将军肚往往是三高代谢综合征的副产物,而情绪不好、压力过大会让病情进一步加重。要预防主动脉夹层瘤,基础病患者就要加强自我管理,规范用药,定时随访、监测,养成良好的饮食和作息习惯,保持平和的心态。

主动脉夹层瘤虽然凶险,但它的产生和破裂,都有征兆可循。比如,胸闷、胸痛,尤其是撕裂样胸痛,心悸、心绞痛,少尿、无尿,头晕、眼前发黑等。

童程红 应红燕

微发布

我市机关单位启动冬季献血活动

昨天上午,我市机关工作人员“心系群众,血液情深”无偿献血主题活动在市政府大院举行。当天,来自市政府30余家机关单位的180余名机关工作人员报名参加无偿献血。

据了解,去年一年,全市共有154家机关单位报名参加献血,有3218名国家机关工作人员参加了献

血,累计献血量达922360毫升,献血人数和献血量分别占全市总献血人数和献血总量的4.53%和4.37%。还有1435名机关工作人员自愿加入了无偿献血应急流动血库。

截至昨天下午2点,103名机关工作人员成功献血,献血总量达25500毫升。

童程红 林柱洲

棚户区改造配套政策体系构建完成

《宁波市国有土地上房屋征收与补偿办法(草案征求意见稿)》和《宁波市国有土地上房屋征收补偿、补助、奖励标准(征求意见稿)》日前已结束意见征求期,待市政府同意后将正式实施。

《浙江省国有土地上房屋征收与补偿条例》去年10月1日起正式实施。我市相关政策也相应进行调整。新拟定的《宁波市国有土地上房屋征收与补偿办法(草案征求意见稿)》和《宁波市国有土地上房屋征收补偿、补助、奖励标准(征求意见稿)》对以往政策,主要在旧城区改

建征收项目、房屋征收补偿标准、成片危旧住宅征收、低收入住房困难家庭额外补偿等方面作了补充或调整。

除了征收补偿政策即将出台外,我市棚改配套政策体系也不断完善。据悉,围绕市政府《关于推进以成片危旧住宅区为重点的城市棚户区改造工作实施意见(试行)的通知》,市棚改办已陆续制订印发了九份文件、四项制度和一套操作手册,内容涵盖棚户区改造工作目标任务督促考核、全市棚改工作促进及服务机制建设、棚改资金及安置房源要素保障、危旧房改造征收操作程序等多个方面。

张璟璟 李冬冬

镇海中学名师工作室入选 首届援疆人才传帮带“十佳”

浙江省第一届援疆人才传帮带大赛决赛日前在阿克苏地区宾馆举行。由宁波援疆教师、库车二中副校长姚仁汉领衔的镇海中学名师工作室经过激烈角逐,获得阿克苏地区援疆人才传帮带“十佳名师工作室”荣誉称号。

在比赛过程中,姚仁汉通过视频《共享教书经验,同结育人硕果》介绍了库车二中镇海中学名师工作

室一年以来“促学科、带队伍,助推库车教育事业蓬勃发展”的具体工作开展情况,着重介绍了“名校引领”、“师徒结对”、“教学示范”、“解惑答疑”等亮点工作,得到众多评委和同行的一致认可,最终入选省“十佳名师工作室”。

此前,库车县第二中学镇海中学名师工作室等4个工作室被列为我省援疆人才首批传帮带试点工作室。

成良田 曾昊溪



为百岁老人庆生

昨天下午,尹江岸幼儿园的孩子们来到社区居家养老服务中心,为百岁老人王友宝祝寿。王友宝老人对这份祝福开心不已。

许天长 毛一波 周婉喆

全国长寿工程全民补硒行动进宁波

免费发放补硒米的通知

全国长寿工程是一项老人健康救助工程,是关注民生排忧解难的公益工程。已在北京、上海、广西、四川、山西、陕西、宁夏、新疆等全国100多个城市发放物资500余份,服务900多万中老年人。长寿工程平台的工信力、传播力、影响力与日俱增,成为中国公益事业市场化发展的典范。如今,长寿工程已正式进驻我市,开展全民补硒行动,免费发放补硒米。

硒被国际化学界定义为“主宰生命的微量元素”,缺硒可直接导致40多种疾病,间接导致400多种疾病,全国有许多地方属于缺硒地区。

为提高全民补硒意识,本次行动将在

宁波市免费发放补硒米200份,及“硒与人体健康”科普书籍一套,同时有机会获得价值880元富硒健康养生炒锅,预约报名,发完为止。

免费申领条件,58岁以上宁波市常住居民。离退休人员,或对国家有特殊贡献者优先发放。凡符合条件者,均可预约申领,申领电话:0574-27885472 27885473 27885475 凭报纸只限领取一份,不能重复领取。

本次活动补硒米属于公益活动,完全免费发放,所涉及税费、物流、人员等费用均由长寿工程补贴,工作人员无论以任何名义收取费用,均需承担法律责任!请广大市民帮忙监督举报。

羊年春节旅游去哪儿? 出国最高立减1200元

找个海岛晒个沙滩浴,惬意的体验热带风光吧!春节期间,运通旅游与宁波东航联合包机,从宁波直飞各大国外海岛,性价比、便捷度都大大提高,选择家门口出发,选择国内更加可靠的航空公司才能让春节旅游没有遗憾。享受优惠线路:

1、巴厘岛双飞四晚五日游,9588元起;

2、梦幻甲米普吉岛五晚六日,9588元起;

3、醉美兰卡威五晚六日游,9499元起;

4、吴哥窟金边深度六日游,8799元起;

以上线路1月24日前报名,均立减1200元/对;同时,首尔、济州、泰国等包机线路提前报名立减600元/对;春节出境游机位有限,先报先得。

运通旅游报名热线:87651111 QQ群:411030887 报名地址:海曙区新典路536号新海蓝钻8楼

经营许可证:L-ZJ-CJ00079