



聊天

小满，你好

□记者 罗湘波

从立夏开始，宁波的气温逐渐走向夏天。不过，昨天受冷空气影响，偏北风一吹，凉爽很多，市区最高气温25.7℃。

市气象台预报，今明两天依然多云为主，气温不高不低，体感很舒适。

宁波的夏天还在筹备阶段

前不久，杭州市气象台宣布：5月17日到5月21日，杭州将连续五天日平均气温超过22℃，达到气象上的“入夏”标准。

杭州早一步“入夏”了，但对宁波来说还不急，今明两天日平均气温只有20℃左右，还没达到气象标准上的那条硬杠杠。根据气象资料显示，从2012年到2014年，宁波入夏时间分别是6月4日、5月19日、5月23日。

宁波虽未入夏，但天气已经在筹备迎接夏天了。近期雨水渐止，主打多云天气，日均气温也有些羞涩地不停向22℃靠近。

据市气象台昨天15点发布的七天天气预报，从23日开始接下去的几天，日均气温都可能跨上22℃。说不定，近期市气象台就突然会宣布入夏的消息。

据市气象台预报，今天晴到多云，市区最高气温26℃，最低气温14℃，东北到东风3级。明天仍是多云，但需要注意夜里会转阴有阵雨，气温和今天相差不大，东南风3级。

今日小满“夏不坐木”

转眼，立夏过完，今天已是“小满”时节。今年进入小满的时间是16点44分45秒。

小满是表征物候的节气。其关注点不在气，而在物。小满者，物致于此小得盈满，最“接地气”的节气。满，既可指雨水，也可指籽粒。

在二十四节气中，比起冬至、立夏这样节点性的节气，小满似乎和城市里的人关联不大，也没有太多的习俗和讲究，但这个时候初夏的天气热而不燥，落叶树冠恰好成荫。

不过，明后天会有阵雨来串门，大家注意初夏雨后可别坐在户外的木椅子上。中医有句俗语叫“冬不坐石，夏不坐木”，“夏不坐木”是因为夏天气温高、湿度大，久置露天的木质椅凳，由于露打雨淋，含水分较多，虽然表面看上去是干燥的，但经太阳一晒，便会向外散发潮气，在上面坐久了，会诱发皮肤病、痔疮、风湿和关节炎等。

小满之后头五天不妨吃些苦瓜类的苦菜，消解气温升高带来的上火、身体困倦等问题。

提醒

部分多肉植物汁液有毒

“大夫，您帮我看看，我这是什么过敏了？”昨天，在龙赛医院的皮肤科门诊，黄女士因最近一周脸上发出红疹，痒得难受，前来就诊。经过检查，她是植物过敏，罪魁祸首是新手的多肉植物。据悉，该院皮肤科入春以来，已接诊了四五例多肉过敏案例。

据医生介绍，多肉植物下分很多属与科，奇峰锦属和大戟科的大多数物种都是有毒的，它的毒素包含在汁液中。其中较普遍的奇峰锦属多肉植物大多含针刺，会对人体产生伤害，因此，要放到安全的位置，以免被扎伤后中毒。若接触到它的汁液，皮肤会有红肿、瘙痒以及过敏等症状，一旦摄入人体会对心脏有伤害，误食可能会导致死亡。

记者 周科娜 通讯员 刘春霞

今日特惠

6月泰国特惠持续中！

在6月底整体涨价之前，运通旅游继续为您奉上泰国6天特惠团，带您领略迷人的热带风情、独具特色的佛教文化，走进天使之城，在庙宇之中探索神秘的东方色彩。此次推荐产品为泰国精彩双飞5晚6日游，宁波直飞曼谷，航班时间甚佳，全程入住泰国当地五星酒店，金沙岛、月亮岛享受阳光与海滩，品尝独特的泰式火锅、水果餐等，体验纯正的泰式古法按摩；待到夜幕降临，乘坐

长尾船观赏湄南河两岸美丽的夜景，让热情的泰国人民为你开启一段奇幻的泰国旅程。
出发日期：6月7/16/26日
价格：2599元/人
运通旅游报名热线：87651111
运通旅游QQ群：411030887
报名地址：海曙区新典路536号新海蓝钻8楼
运通我去游网：www.57676.com
旅游许可证：L-ZJ-CJ00079

生活关键词

三维

日前由鄞州区城管自主研发的三维GIS平台通过初步验收。

这个平台把鄞州新城区37平方公里内的所有城市设施数据，经三维基础建模和采集纹理的专业处理，做成一个立体城市模型，可以清晰展现每一条道路、每一片绿地、每一条内河等。

据了解，通过这个平台，城管局各科处室可对基础数据、养护任务、工程管理、资金拨付、执法督察等工作进行数据化管理。此外，平台还可以与市级智慧城市系统进行信息整合，对城市管理问题进行定性、定量分析，可视化展现工程建设、资金去向等业务开展情况。

记者 边城雨
通讯员 朱娇娇

图说

宁波至长沙高铁开通



这趟高铁是由杭州东—长沙南延长到宁波的，车次为G1416次，每天早晨6时56分从宁波站出发，中午12时59分到达长沙南站。

记者 龚国荣

寿昌巷开工整治



昨天，今年海曙区首条背街小巷整治工程——寿昌巷工程正式开工。工程计划于7月上旬完工，施工期间会影响通行，请市民们注意绕行。

记者 许天长 通讯员 蔡晓峰

爱眼护眼知识大讲堂

高度近视也能通过手术治疗

本报与宁波爱尔光明眼科医院（原宁波光明眼病医院）开设的“爱眼护眼知识大讲堂”第四讲开讲了，本期嘉宾为屈光近视手术中心主任李小萍。李小萍，从事眼科临床工作近20年，在浙东地区较早开展飞秒激光矫正屈光不正手术，擅长各类复杂疑难性近视、远视和散光的激光手术矫正。

问：什么是高度近视？有哪些症状？

答：高度近视是指近视度数大于600度，伴有眼轴延长、眼底退行性病变为主要特点的屈光不正。相比普通近视，除了远视力差外，常伴有夜间视力差、飞蚊症、闪光感等症状，眼部组织还会发生一系列病理变化。

问：高度近视的矫治有哪些方式？

答：高度近视的矫正方案：主要有戴镜矫正与手术治疗两种。大多数1000度以上的高度近视患者，戴镜矫正效果不好。

手术治疗方法主要有：角膜屈光手术、ICL手术、后巩膜加固手术。角膜屈

光手术主要是飞秒激光类手术，适合1400度以下的近视，ICL手术主要针对600度以上角膜薄不能做角膜屈光手术的患者。后巩膜加固手术针对眼轴延长、眼球后极部扩张等因素导致近视度数增长迅速的高度近视患者，能有效控制近视度数增长。近年来，越来越多的高度近视患者通过上述几种手术方式，告别了厚重的“啤酒瓶底”。

问：高度近视日常生活需要注意什么？

答：高度近视的患者视网膜脱离的发生率是普通近视患者的4~5倍，建议高度近视患者要避免做蹦极、跳伞类的剧烈运动，可选择运动幅度小的项目进行体育锻炼，在日常生活与工作中，要注意合理用眼，养成良好的用眼习惯。除此之外，高度近视患者还会发生一系列眼部疾病：玻璃体病变、黄斑病变、视网膜脱离、白内障、青光眼等病症，建议高度近视患者每半年做一次眼科检查。

童程红

5.21-24 来苏宁
万人空巷抢空调

一年仅一次的钜惠 超越巅峰的空调盛宴
店购，网购一起GO!

爆款
6 折起

苏宁易购
suning.com

