



喝了三年自磨豆浆患上乳房癌

市中医院专家:女性乳房疾病增多只因“随意进补”

□记者 王元卓 通讯员 刘扬

昨天,宁波市中医院特检科主任医师孙一红特意委托本报给全市广大女性朋友提个醒:现在女性乳房疾病增多,跟女性盲目进补有很大的关系。有着30年的工作经验的她,在给疑似乳房肿瘤病人做B超检查时,总会很认真地询问她们的饮食,结果整理病例后发现,五大类进补保健品蜂王浆、阿胶、铁皮枫斗、西洋参、蛋白粉,并非适合所有女性食用,进补不当带来许多麻烦,甚至严重后果。

喝了三年自磨豆浆患上乳房癌

孙主任发现,大多女性在进补前对自己的体质状况不清楚,只是听别人说哪种保健品有效,就买来使用。

有一位40岁的女性,半年前体检时仅有轻度乳腺增生症。因为工作比较忙,家里又有孩子要中考,总感觉生活工作的压力使自己浑身都酸痛,她听别人说吃点蜂王浆可以提高免疫力,还可以补充雌性激素,让自己看起来年轻。她就买了蜂王浆,早晚各一次连续吃了3个月。有一天洗澡时她发现自己右侧乳房有个硬块,她开始警觉起来。随后,她到了宁波市中医院,找

到孙一红医生做乳房超声检查。结果遗憾地发现,她已得了乳房恶性肿瘤,需要手术切除。

还有现在社会上说吃原生态自磨豆浆是女性养生的方法之一。豆浆里面有植物雌激素,对雌性激素水平低的女性来说,适量喝豆浆是好的,但如果本身雌性激素偏高的女性,如果连续服用豆浆的话带来的负面影响也许是让人心碎的。上个月,她接诊了一位女病人,45岁,非常讲究养生,她买来豆浆机自磨豆浆,每天早上服用豆浆,坚持了近三年,后来体检中竟检出了乳房癌,她雌性激素水平是常人的几倍。

进补前最好对身体情况作评估

孙主任说,根据中医理论,进补有四种方式,即补阴、补阳、补血、补气,在进补之前,最好找正规医院医生进行体质辨识,对症进补。比如怕冷、贫血、经量少、舌质淡、脉细虚的这类人适当进补阿胶是有益的,对但脉弦、脉数、舌红、乳房有胀痛,乳房里有纤维瘤的人

来说,如果再进补阿胶效果就会适得其反。所以阿胶也并非适合所有女性食用。

作为特检科的医生,他们郑重地提醒市民,保健品和所谓的补品不是人人可以随意服用的,在服用之前,最好对自己的身体情况作科学的评估,平时医生强调对症下药,其实吃补品也一样要讲究对症。

明天又要下雨了

本报讯(记者 陈胜男) 昨天宁波放晴,午后气温回升较明显,市区最高气温达13.5℃,但昼夜温差大,早晨最低气温仅3.2℃,余姚、镇海则只有1℃左右。不过,预计今天气温有所回升。

据市气象台预报,今天我市多云,明天阴转阴有雨。这两天气温逐渐回升,今天市区气温5℃—13℃;明天最高气温升至16℃,最低气温9℃。

明天下着雨,气温却在回升,而冬季升温背后往往意味着冷空气就要来了。

一般而言,冬季在冷空气抵达之前,气温总会有不同程度的回升。当

冷空气来临时,冷锋前的西南暖湿气流往往也会明显发展,造成锋前的明显升温。一般情况下,这种升温现象会持续一到两天时间。

据中国气象频道气象分析师信欣分析,周四起冷空气将影响我国。因此,在冬季,如果某一天突然变得暖和,那么往往预示着冷空气即将到来。

另外,据信欣介绍,欧洲中期数值预报中心近日给出了12月中旬,太平洋和南海上可能有双台风活动。根据统计,自1949年以来,平均每年12月在西北太平洋和南海海面有1.3个台风生成。这不是指每年一定有1个台风生成,而是有的年份没有台风,有的年份会多于1个台风生成。

“价值观大讲堂”昨天举行主题报告

本报讯(记者 徐若晖) 昨天下午,由市委宣传部、市文明办主办,市精神文明建设研究会承办的“价值观大讲堂”报告会在文化广场科学探索中心举行,特邀中国人民大学清史研究所博士、财经专栏作家、中央电视台《百家讲坛》栏目主

讲学者唐博博士作了《以史为鉴 践行社会主义核心价值观》的主题报告。

在报告中,唐博博士以回顾清史和热点话题为切入点,讲述了许多鲜为人知的故事细节,饶有趣味的解读和鞭辟入里的分析,充分发挥了历史学正本清源、以史为鉴的功能。

宁海首个危旧房改造项目今日启动

本报讯(记者 张颖 通讯员李运) 因民意调查率达到90%,宁海县跃龙街道西门1—4#地块危旧房改造项目于今日起启动签约工作。该地块是宁海首个启动的旧城改建项目,也是继海曙、江东、江北和镇海四个区之后,我市首个启动危旧房改造的县(市)。

2016年3月8日,为期90天。

西门地块的启动是我市棚改新规出台后的首次成功尝试,即“以成片危旧住宅区棚改以征收方式实施的,征收改造意愿超过90%的区块纳入下一年度的征收计划或储备计划,优先启动改造意愿最高的项目”。据了解,宁海县将整个区块划分为6个地块,按照居民“自愿报名,组团启动,竞争推进,成熟优先”的方式,最终,民意调查率达到90%以上的1—4#地块于本月8日率先启动。

据悉,该区块改造项目涉及海锦苑小区与郁金香园小区,拟征收房屋建筑面积5.64万平方米,征收户数481户,签约期限自即日起至

股权重组公告

本公司为了确保偿还到期债务,股东会决定引进股权投资基金进行股权重组。但因股权重组必须有债权人登记的债务总额和监督支付给各债权人,所以请本公司所有债权人(包括由本公司提供担保的借款单位和个人)在2015年12月25日之前到本公司办公楼进行债权登记。如在截止日之前没来登记的债权人,则无法列入股权投资人的清债名单之内。

特此公告

债权人登记地点:宁波市鄞州区鄞县大道下应段1277号恒大市场办公楼一楼大厅
咨询电话:0574-88233333

宁波市鄞州恒大装饰市场经营管理有限公司
深圳金鼎股权投资基金管理有限公司
2015年11月27日

为青少年儿童竭诚服务 与青少年儿童共同成长

(甬教产备[2015]0501号)

2016年春季(总第85期)宁波市青少年宫·宁波市青少年培训中心素质培训 将于12月10日(周四)起开始报名

●百艺坊:创意美工、陶艺、DIY创意服饰、绘本创意、海陆空模型制作、天文、机器人搭建编程、星星索天文社、民间工艺、小工程师班、小摄影师;

●体育类:围棋、国际象棋、中国象棋、五子棋、乒乓、拉丁舞、艺术体操、形体训练;

●歌舞表演类:幼儿、少儿声乐歌表演班、高考前声乐辅导、戏曲、儿童舞蹈、中国舞、芭蕾、少儿主持、播音主持、影视表演、魔术、儿童剧、模特队、曲艺快板;

●器乐类:钢琴、双排键、琵琶、笛子、二胡、葫芦丝、古筝、大提琴、小提琴、手风琴、电子琴、吉他、管乐(长笛、单簧管、萨克斯、爵士鼓、非洲鼓);

●书画美术类:少儿执笔辅导班,少年硬笔书法初、中、高级班、硬笔书法创作班、少年毛笔入门初、中、高级班、青少年篆刻、成人书法班,软硬笔双科班;幼儿各级儿童画启蒙班、中级班、高级班、线描、色彩、国画、卡通画、少儿绘本、中小生素描、中国画社团;

●箏箏园幼小衔接特色班:全日班,招收上小学前一年的儿童。特色教学,以菜单式艺术培训培养良好学习习惯、注意力和学习能力、做好幼小衔接为宗旨,使之在小学新环境中脱颖而出(电话:87175093、18606628959);

●英语文学智能:SWEET SMILE儿童趣味英语、幼

小衔接英语班、剑桥英语(预备级、一、二、三级)、新概念青少版英语、新概念英语、三一英语口语;幼儿中、小班头脑思维训练、亲子绘本阅读、学前拼音、识字、速算、看图说话、科学探索营、国学堂(养德教育、注意力训练、诗书礼仪)、儿童心珠算、小学各年级新起点作文、一到三年级逻辑思维训练营、快乐数独思维社、春之声文学社、素质双科、初中生各科智能训练;

★宫本部:12月10日起,在本宫一楼服务大厅办理报名。(地址:市柳汀街191号)

咨询电话:87175102、87175103、87175050、(详见宫内招生简章或登录www.nbqs.net.cn)

★鄞州江东分部:书法、美术、器乐、表演、舞蹈、声乐、双科等

地址:江东区潜龙巷72号(波特曼喜来登大酒店后20米,鄞州区老年大学校内——原鄞州区教师进修学校)。

咨询电话:87722569、87752315

★高新发展中心:书法、美术、器乐、小主持人、舞蹈、声乐、创美、乒乓、机器人、剑桥英语、儿童英语、跆拳道、围棋、小提琴等

地址:宁波市创苑路555号(高新区管委会对面)
咨询电话:89073320

(温馨提示:新学员报名必须填写学员本人的身份证号码)

培训新学员网络报名从12月10日开始,登录青少年宫网站www.nbqs.net.cn,进入网上报名系统,并可进行网上支付;此外,宁波市青少年宫“掌上少年宫”手机APP已经全面上线,苹果或安卓系统的手机可以扫一扫宫内公示的二维码,在手机上下载并安装“掌上少年宫”系统,进入系统选择班级进行报名预约;凭预约号在电脑上支付“在线支付”(不用支付手续费)或直接使用手机支付宝缴费,也可以凭预约号在规定时间内到宁波市青少年宫服务大厅收费处缴费。

先报先得,额满为止,网上支付完成后可于一周后来宫本部一楼服务大厅领取发票(领取时随带孩子户口本)。

本部(柳汀街):公交5、9、16、20、302、330、354、357、503、506、507、560、821、906路青少年宫站抵达。

鄞州江东分部:公交乘10、506、103到彩虹北路站下;或者乘809、521、506、503、528到杏阳小区站下;或者乘3、130、302、357、15、16、506、302到舟孟北路(鄞州人民医院)下

高新发展中心:公交2、518、514、528、519、105、391、508高新区管委会站下