

# 入冬以来, 今明早晨最寒冷

## 晴好天气将持续到周六

本报讯(记者 陈胜男) 经过一夜北风的洗礼,昨天甬城空气质量明显好转。不过,在冷空气影响下,今明两天早晨的气温会是今年入冬以来最低的,请早起的市民特别注意保暖。

在冷空气横扫之后,甬城终于开启了较典型的冬季晴冷模式。据市气象台预报,今明早晨我市平原地区最低气温会降至0℃至-1℃,有霜冻;山区-3℃至-5℃,有冰冻。此次冷空气南下给我市带来的日平均降温幅度在5℃—7℃之间, 尽管强度不及上月底的寒潮,但由于此次冷空气抵达前气温就已经下降,所以这次所造成的最低气温比上一次寒潮时更低。据目前的预报,晴好天气将持续到本周六,而从周日起新一轮阴雨天气又将来临。

接下去一段时间,总体来说,天气将会越来越冷。气象资料显示,常年宁波最冷的月份在1月与2月,民间所说的“数九寒天”基本就在这两个月里。据了解,数九寒天从今年12月22日冬至开始,至明年3月13日结束。

## 天冷好放流



昨天,在市城管内河管理部门工作人员指导下,江东中心小学的孩子们把一盆盆小鱼倒入吉庆河。据介绍,本次冬季放流活动,选择在海曙、江东、江北及鄞州的7个地方,放流了4万余尾白鲢和花鲢鱼苗。这些鱼为滤食性鱼类,能消除水体中的藻类,有利于改善水质。

记者 边城雨 通讯员 顾梦婕/文 王勇/摄

## 阴冷天气小病号猛增, 医生提醒: 好多孩子的感冒是捂出来的

本报讯 (记者 王元卓 通讯员 马蝶翼) 昨日,市妇儿医院小儿内科的日门诊和急诊量冲上了2000多人次, 远超平时的1500人次左右的量。急诊科主任陈亚萍说, 这段时间生病的孩子比往年同期还要多,主要是呼吸道疾病,包括感冒、发烧、咳嗽、哮喘等,这跟今年入冬以来阴雨天气多有一定关系。天气阴冷,不少家长给孩子里三层外三层地穿衣服,其实不少孩子的病是被捂出来的,而不是被冻出来的。

昨日上午,在市妇儿医院儿科急诊处,一位医生正在给一个患儿听诊。记者看到,这个孩子上身穿了一件棉毛衫、两件毛衣、一件羽绒背心,再外加一件棉外套,弄得小朋友身上全是汗。一旁的妈妈说:“孩子感冒了,就怕他冻着,所以就多穿点衣服!”在很多人的潜意识里,感冒多是不肯穿衣服冻出来的。而陈亚萍说:“现在很多孩子感冒不是冻出来的,而是捂出来的。”儿科医

生告诉家长,判断孩子衣服是否穿得多,有两种办法:第一,摸孩子的锁骨,如果锁骨是温热的,说明衣服穿得刚刚好;第二,摸后背,如果后背有汗,甚至衣服都已经湿了,说明衣服穿太多了,应该及时减衣。此外,孩子内衣应尽量选择纯棉、真丝、麻料等这些能吸汗而不刺激肌肤的材质。

陈亚萍告诉记者, 冬季早晚温差大,本来就是孩子上呼吸道疾病的高发季节,再加上今年秋冬雨水多、湿度大,雨水过后冷空气一来急剧降温,一些体弱或过敏体质的孩子就特别容易中招。那么怎么预防孩子生病呢?陈亚萍提醒家长,空气不好时,要减少孩子外出活动时间;室内保持一定的湿度、温度;空调间每天至少保证两次通风,每次15—30分钟;适当多喝温开水,不暴饮暴食;不要去人多拥挤的场所,如超市、商场等;如果家里有感冒的人,尽量少接触孩子。

### 相关链接 如何护理小病号

儿科专家说, 如果小孩出现咳嗽、鼻涕等一些呼吸道初期症状,建议家长首先保证孩子充足的睡眠,适当多喝水。多喝水不仅促进人体的代谢,还能稀释痰液,从而减轻咳嗽症状。如果小孩流鼻涕的话,要及时将鼻涕擦干净,并稍微用一点儿童润肤霜或者润肤乳来保护皮肤。

孩子发烧了该咋办?专家说,不能仅以是否高烧来判断疾病程度,关键要综合观察孩子的身体状况。有些孩子骤然发高烧,但精神状态良好,哭声响亮,饮食也没什么问题,这就属于轻症;有些孩子体温

虽然不算很高,却脸色苍白、无精打采、不思饮食、嗜睡、尿量减少,这就属于重症,应立即到医院就诊。

一般来说,如果体温(耳温)在38.5℃以下,可用降温贴或者冷毛巾敷头,温水擦浴;如果体温超过38.5℃, 则要用一些药物辅助降温。此外,低烧超过一周或反复发高烧都需要到医院就诊。体温在24小时内骤然升到39℃以上应尽快就诊。这种情况不一定是有很严重的疾病,但部分儿童大脑发育不完善,难以适应体温的骤然上升,很容易引起“高热惊厥”。

宁波日报 宁波晚报 东南商报 新侨报

请您尽快办理报纸订阅手续

手机扫一扫 地址更方便

关注宁报发行 更多资讯共享

宁波日报报业集团发行中心 灵桥路768号

发行热线: 87685656 87685669

中心发行站  
奉化发行站  
青林湾发行站  
白鹤发行站  
联河发行站  
民安发行站  
米市街发行站  
春晓发行站  
高塘发行站  
江北发行站  
慈城发行站 (江桥、洪塘)

灵桥路768号五洲文化中心1楼南例  
小方街8-1号  
青林湾1号  
白鹤街28-1号  
联河南路88弄20号  
民安路248号  
米市街5号  
海曙路27号  
海曙路44号  
生里路70号  
慈城镇慈惠北路11号

87682137  
87273382  
87037010  
87146544  
88185893  
87373235  
87842289  
87829465  
87812529  
87676005  
87591475

87682138  
87685674  
87037295  
87147075  
88185973  
87741829  
87395595  
87932189  
87678402  
87866820  
87685669

鄞东发行站  
鄞西发行站  
镇海发行站  
北仑发行站  
余姚发行站  
慈城发行站  
奉化发行站  
宁海发行站  
象山发行站

四明中路93号(华都剑桥一期)  
鄞县大道西段834号  
联河路257号  
恒山路321号(中河路左转弯)  
联河路188号  
三北大街443号  
崆山路262号  
来门路42号  
联河路12号(宁南44号)  
来门路262号

88117398  
88264788  
88282172  
88681647  
88721510  
88027992  
88100992  
88074686  
88544451  
88726002

宁报集团网上自助订报系统进一步完善, 您可登录www.nbrbfx.com, 根据网页提示, 轻点鼠标, 即可轻松完成报纸订阅。

各订报卡具体订阅区域: 《宁波日报》、《宁波晚报》详见报卡提示; 《东南商报》和《新侨报》全大市均可订阅。

宁波日报全年订价: 336元  
宁波晚报全年订价: 252元  
东南商报全年订价: 240元  
新侨报全年订价: 126元

网上订报 地址更方便