

宁波举行第9次集体海葬

29位逝者回归碧海

这是人数最多的一次,还有40多户家庭“预约”下一次

本报讯(记者 滕华) 东经122°、北纬30°,是舟山普陀山脚下的莲花洋。

昨今两日,29户参与宁波第9次海葬的家庭乘坐“新天恒”号轮船来到此处,将逝者的可降解骨灰坛与满满的哀思一起缓缓沉入大海。自2013年启动海葬至今,我市已组织9次联合海葬活动,共有180位逝者在碧海间安息。而今年的29户,也创下历次海葬活动参与者最多的一次。

吴先生一家是送行队伍里最庞大的,共来了6人。昨天是周三,他特意为10岁的儿子请了假,让他来送爷爷最后一程。

“爸爸一生都很乐观积极。最后检查出白血病,医生宣判他最多活两三个月,但他坚持了3年多,在病房里还一直鼓励病友们呢。”吴先生说起父亲,满是敬意。尽管父亲只是一名普通工人,但他却是家族里第一个选择海葬的人。

老人的三位兄弟姐妹也来送他,说起老吴的“新思想”,他们表示理解。“也不是没劝过,宁波人都讲究入土为安嘛,我们都说你又不是买不起墓,何必这么俭省?”大姐说,老吴反倒安慰他们:选了海葬好啊,不仅干净节约土地,还为你们活着的人减少负担,以后清明就不要跑来跑去扫墓了。大姐还记得老吴临终前再三叮嘱家人,“这一世缘分尽了,大家都要接受,你们以后过好自己的生活就是最好的告慰了。”

专程从西安赶来的刘康敏,在依依不舍中告别了自己的父亲刘彤耀。她告诉记者,父母亲祖籍都是宁波。上世纪五十年代,两个年轻人因支援大西部去了北方,在那里待了大半辈子。

刘康敏告诉记者,她的父母并不忌讳谈生死,甚至在40多年前就约定好百年后海葬。2013年,86岁的母亲在弥留之际再次提出这一想法,作为独女的她开始上网搜索相关信息,发现上海和宁波都有海葬服务,在反复斟酌后决定选择宁波,让老人叶落归根。

送别母亲的那场海葬,她和父亲一起将母亲的骨灰撒入大海。在长谈中,父亲也嘱咐女儿,百年后不要给他买墓地,要随母亲一起海葬,回归自然。

2016年下半年,父亲平静地走了。刘康敏遵从父亲的遗愿,和宁波市海葬执行单位同泰嘉陵取得了联系,并报名参加了这次骨灰撒海活动。挽着丈夫的手,刘康敏默默和父亲告别:这次,您和母亲终于能在大海团聚了。

据了解,随着市民对海葬这种新型生态葬法的日益接受,每年海葬参与者都在增多,今年29户家庭更是创下人数之最。目前我市的海葬活动暂定每年清明、冬至前后各举行一次。据同泰嘉陵海葬事业部工作人员朱韩燕介绍,在她那里登记在册“预约”下一次的已有40多人。

今年冬至,宁波将迎来第10次集体海葬。据悉,有关方面正在组织策划,邀请曾参与过海葬的家属再聚首,届时搞一次大型的海葬集体祭祀活动。

宁波牛奶集团涌优又出新品啦

麦Q青稞黄桃酸奶4月1日闪亮登场

据了解,涌优麦Q燕麦酸牛奶是宁波牛奶集团在2014年推出的一款明星产品,凭借其较好的口感、Q弹的燕麦粒,一上市便受到消费者的喜爱,尤其是年轻爱美女士。

宁波牛奶集团技术质量部刘小涛说,根据消费者的建议,宁波牛奶集团加快了产品开发脚步,并拟于4月1日前后推出一款新产品——涌优麦Q青稞黄桃酸奶。那么,这次推出的青稞黄桃酸奶又有哪些亮点呢?

融入雪域青稞与Q弹黄桃 每一口都有美妙的体验

据介绍,涌优青稞黄桃酸奶也是一款有嚼劲的酸奶,融入秒杀大众口感的Q弹黄桃,清新爽口;就连青稞,也不是随便选的,研发人员甄选了来自青藏高原的雪域青稞。雪域青稞含有丰富的营养素,含有大量的膳食纤维,是人体消化的清道夫,而且几乎含有所有人体所需的微量元素,β-葡聚糖与维生素的含量也较高。比较重要的一点是,原本新鲜酸奶中益生菌的助消化功能已经十分强大了,如果再加入了含有大量膳食纤维的雪域青稞,将会使青稞酸奶促进消化吸收和肠胃护理的效果更加显著。

五种欧式益生菌发酵 常喝“肠年轻”

新品涌优麦Q青稞黄桃酸奶继续采用欧洲荷兰皇家帝斯曼集团特殊菌种,这种菌种含有乳双歧杆菌、干酪乳杆菌

益生菌等5种活菌群,每盒净含量220g,活菌数量超过2.2亿个。它有助于改善胃肠菌群平衡,即便是对营养要求非常高的美食家,也能够畅快品尝益生菌所带来的营养和健康。

对原奶质量要求严格 造就高优质酸奶

涌优麦Q青稞黄桃酸奶的每一滴奶均源自杭州湾生态牧场的澳洲奶牛,奶牛吃的是美国进口的苜蓿草和澳洲的燕麦草,喝的水由四季恒温自动供水系统供给,住的是敞开式钢结构标准牛棚,可充分享受阳光和空气,科学化、现代化的管理技术,令人惊叹。这个牧场产出的原奶菌落总数一般不超过5万/毫升,不仅优于国家标准(原奶菌落总数≤200万/毫升),而且还优于欧盟标准(菌落总数≤10万/毫升);原奶其它营养指标也高于国家标准,其中优质乳蛋白含量达到3.2%,高于标准14.2%。

新品上市,4至6月促销活动不断

“新品上市,促销活动少不了,前3个月包月订都有礼品赠送。”宁波牛奶集团市场部负责人介绍,凡4月1日上市当日开始包月订新品麦Q青稞黄桃酸奶至月底的客户,4月1日-4日期间一律订一盒送一盒,多订多送,配送时间为4月1日-4日,4月5日起不再赠送。他还表示5月和6月还有更多优惠活动,市民可以关注宁波牛奶集团的官方微信去了解或直接在线订奶。

吴伟明

畅行甬城 宁波治堵在行动

我市发布治堵报告

每天170万人次公交出行

本报讯(记者 陈烨 通讯员 张腾达) 过往4年,我们的城市交通有没有发生变化?生活在宁波的你我,一定能说上一二,比如轨道交通运营了,比如公共自行车网点多了……在昨天下午召开的城市交通拥堵治理暨公交都市、综合运输服务示范城市创建工作推进会上,一份治堵报告扎实全面地给了我们答案:宁波治堵4年来的丰硕成果。

2013年,我市启动交通治堵工作。记者在会议上获悉,过去4年里,我市公交分担率和交通出行满意度稳步提升,其中市区日均公共交通客运量从2013年末的138万人次提升到2016年末的170万人次,年均增长约10万人次。

我市累计新增1651辆公交车,建成投用30个公交首末站,累计新辟优化线路382余条,开通假日登

山、杨梅采摘等10余条特色公交线路;主城区公交专用道突破100公里;轨道交通1号线全线、2号线一期投入运营,75公里的“十字”型运营骨架形成;公共自行车历经从无到有,累计投放3.5万辆,建成标准服务网点1400余个。

今年,我市计划新增和更新公交车辆200辆,新增公交停靠站200个,主城区建成投用公交首末站5个,新开通特色公交线路6条以上,新辟、优化公交线路30条;新增公共自行车5000辆,新增公交专用道不少于10公里;新建改造城市道路里程20公里以上,建成联网路6条;改造全市20个老小区(不少于2000个车位),新增专用停车位4万个以上(其中主城区2万个以上),主城区新增公共停车位2000个以上。

自费制作万张光盘送患者

几十年如一日科普宣教只为避免遗憾

在浙江大学明州医院,医护人员私下叫肾内科主任尤晓青为“神奇姐姐”,都说从来没见过这样的医生。在门诊和病房,只要有时间,她就会给患者“科教”,近几年,还自费制作了近万张光盘送给患者。

自费制作近万张 肾病科普光盘送患者

“来来来,先听一听,听完我再跟你说。”昨天,适逢出诊,每来一个痛风患者,尤晓青会递给他一副耳机,布置一个“任务”,听完一段约10分钟的音频,里面讲的是痛风和尿毒症的关联。

“有些痛风患者只想止痛,不重视尿酸的控制,这样舍本逐末的做法很危险。”尤晓青说,门诊中,无法跟每个病人讲上10分钟,于是录制了这段音频,让患者一边候诊,一边自学。

除了音频,尤晓青还录制了视频并制作成光盘,患者可以免费拿回家看。有的患者看过后,又特地赶来多拿几张,带给亲戚朋友。每当这个时候,尤晓青特别高兴:“说明他看过了,学会了,而且很受用。这类患者的医从性都很好,即使肾功能已经不足一半,我也有信心保他未来20年里不发展为尿毒症。”

这些年,送出多少光盘?尤晓青没算过,“近1万张应该有了吧。”按一张空盘1.5元计,她“倒贴”了1万多元,家里还专门添置了一台刻录机,这还不算她为制作视频所花费的时间和精力,“我先生从网上下载了视频制作教程,我一步步照着学。”

除了音频和视频,尤晓青还建了6个微信群,里面有固定患者近600

人,“前5个都满了,第6个也快满了,不久又要申请新群了。”

患者的病情变化,她记了整整12本大号笔记本,按病情分门别类,时时更新,“这样我就知道他们的病情进展,知道他们有没有‘听话’,哪些做法要坚持,哪些做法要改变。”

几十年如一日 科普宣教只为避免遗憾

是什么支撑着尤晓青几十年如一日地开展肾病科普宣教?“我见过太多二三十岁就患上尿毒症的孩子,太可怜也太可惜了。”她提到几个病例。

24岁的大学毕业生小张,实习期间因为一场感冒上医院,结果查出肌酐1400多,当天就做透析去了。查看既往病史,小张3年前接受鼻息肉手术时,医生就发现了蛋白尿,但当时的医患双方都没有重视。

34岁的企业白领小张,最近几年体检提示蛋白尿两个“+”,肌酐偏高,但本人没有任何不适,没有去肾内科做进一步检查,3年后肌酐1300多,肾功能只剩下10%。

还有许多患者,年纪轻轻患有高血压,不肯吃降压药,结果把肾给搞坏了,“心血管、脑血管比较粗,即使血压高,也不容易一下子出问题,但肾小球里都是毛细血管,血压一高就容易堵塞坏死。患者做穿刺才发现肾小球几乎死光了,只能靠一周几次,一次几小时的透析延续生命了。工作、婚恋都成了奢想。”尤晓青说,她坚持肾病科普宣教,就是为了避免这些遗憾。

记者 童程红 通讯员 姚璐璐