

五一连休5天,机构预测将出现今年旅游出行首波高峰

抓住空当,银发族错峰出行正当时

根据国务院办公厅通知精神,2020年劳动节放假安排正式公布,5月1日(星期五)至5月5日(星期二)放假调休,共5天。此前,有机构预测今年的旅游出行首波高峰将出现在五一假期。

去哪儿网数据显示,近日五一假期搜索量相比之前一周增长76%。此外,根据同程艺龙平台数据显示,该平台机票、火车票、酒店、景区门票在五一期间的搜索量也均大幅上涨。

天气转暖,近期宁波市民出游的需求量随之增加,这从清明假期期间部分景区的高人气可见一斑。同时随着各大旅行社周边游折扣优惠力度的增大,平时周边游的人气也有所提升,特别是能感受田园休闲生活、农家文化的乡村游很受欢迎。

“近期周边出游价格真的是

一个历史低点,为刺激消费,大量景区和其他旅游企业推出特价,4月和五一假期是抄底出游较好的时机。”多位旅游从业人士表示,由于五一假期可能迎来市民出游高峰,想赏春色美景的“银发族”中老年人可在4月底前错峰出游,此时一些旅游线路价低行程丰富,会是很好的选择。

《宁波老年》联合中国国旅(宁波)国际旅行社,推出了较适合老年朋友的周边游线路,现已开始接受报名。需要重点说明的是:为了安全起见,每个团目前只接受25人报名,车辆是53座的,隔排坐,保持50%左右的空座率。此外,提前为每名游客准备口罩,进行现场信息登记,上车前测量体温,保证万无一失。

线路推荐:象山茅洋休闲一日游

发团时间:4月18日
费用:89元/人

行程:早上大家出发抵达蟹钳港乡村体验区。茅洋乡,地处象山半岛中南部,三面环山、一面靠海,山海资源丰富。从高山到溪流再由溪流到大海,群峰叠翠一个由山、水、海构成的人间福地。上午先前往白岩下仙岩风景区,体验宁波首条海景观光玻璃栈道。午餐后前往

蟹钳港港湾,逛听海长廊的同时,还能拍摄蟹钳港港湾美景。接着参观花房木屋、银洋3D壁画村,这里依山傍水,周边田地山林植被茂盛,在青山绿水之间为孩子们营造了一个鸟语花香、神奇多彩的世外桃源。在行程最后,有现场制作传统糕点美食活动(可以现场品尝2个、制作4个带回),活动结束后合影留念,返回宁波。

报名方式

1. 线上报名:扫描添加右侧二维码,入群后我们会进行登记。

2. 线下报名:提前拨打87167337进行预约报名,为了保证安全,我们将预约不同时间段进行现场付款(宁波老年读者俱乐部,永寿街6号),尽量避免人员聚集。

报名时间:4月14日(下周一)、4月15日(下周二)上午9:00-下午16:30

注:70-79周岁出游需签署老年协议,要求监护人签名。产品不含3元/人的保险费。 记者 徐益霞



旅游特惠活动
咨询群

顽固性咳嗽久治不愈 试试“龙砂开阖六气针法”

以顾植山教授为代表的国家中管局龙砂医学流派团队发掘的“龙砂开阖六气针法”,在“三阴三阳开阖枢理论”及“六经理论”指导下,在相应部位进行针刺,取得了理想疗效。

该疗法遵循“五运六气”学说,执简驭繁,操作简便,易学易用,疗效可靠,且起效迅捷,临床应用范围广,可用于内、外、妇、儿等各科疾病,经临床反复验证,可重复性极强。

上海龙华医院宁波分院(镇海区中医医院)肿瘤科主任中医师余银为第四批全国中医临床优秀人才研修项目培养对象,师承顾植山教授。在他的转授下,肿瘤科从2019年7月起开展“龙砂开阖六气针法”,取得较好疗效。

患者方某,确诊双肺鳞癌 IVa 期1年半,予GC、TC两种化疗方案后均出现骨髓抑制,患者不能耐受,故拒绝继续化疗。2019年7月,方某到该院肿瘤科治疗,主管医生王建梅通过中医辨证予中医口服、中成药静脉输注及安罗替尼片口服靶向治疗至今,患者复查胸部CT提示肿块缩小。

看到肿瘤缩小,是值得庆幸的事。但是,方某从2019年11月起出现咳嗽、咳白痰,痰粘难咳,偶痰中带血丝,之后上症逐渐加重,咳剧时面红颈赤、不能平卧,影响睡眠,甚则多次晕厥,以下午及晚上最为显著,并伴随出现胃纳减少、气喘、乏力、头痛,舌红,苔少,脉细沉数等症。王建梅医生先后予复方可待因口服、磷酸可待因片口服及中药口服均效果欠佳。

眼见患者症状越来越严重,主管医生王建梅决定试一试“龙砂开阖六气针法”。虽然“龙砂开阖六气针法”选取头部效果最佳,但患者抗拒。在王建梅医生的劝说下,患者同意背部施针。

王建梅医生运用“龙砂开阖六气针法”在患者背部选经针刺太阳、少阴、厥阴、少阳。留针半小时。当天下午,患者咳嗽明显减轻,前半夜能安然入睡,后半夜仍有咳嗽,但症状减轻。接下去,患者2-3天接受针刺1次,共针刺10次,因疫情关系未继续施针。随访中,医生了解到患者晕厥未发,咳嗽不剧,效果较佳。

现在,“龙砂开阖六气针法”在该院肿瘤科应用广泛,在很多疾病的治疗中都取得了较好疗效。该疗



法不仅仅用于治疗肿瘤相关性症状(咳嗽、癌痛、呕吐、头痛等),还用于睡眠障碍、脑动脉供血不足、快速型心房颤动、颈椎病、高血压病、更年期综合症等疾病。通过科室学习讨论,该疗法应用范围不断扩大,深受患者欢迎。

4月,该院肿瘤科新增一位上海中医药大学附属龙华医院常驻专家——吴继,为患者带来福音。

专家介绍

吴继,医学博士,硕士研究生导师,上海中医药大学附属龙华医院肿瘤科副主任医师,国医大师刘嘉湘工作室成员。

担任龙华医院宁波分院(镇海区中医医院)肿瘤科主任。世界中医药学会联合会肿瘤精准医学专业委员会委员,中国医师协会中西医结合医师分会委员,中国老年肿瘤专业委员会委员,上海市中医药学会中医肿瘤委员会委员。

先后师从中医肿瘤专家徐振晔教授、刘嘉湘国医大师。从事中医、中西医结合抗肿瘤复发转移治疗研究二十余年,具有丰富的临床经验,取得较显著疗效。擅长肺癌、肾癌、甲状腺肿瘤、淋巴瘤、胃肠道肿瘤、妇科肿瘤等恶性肿瘤的治疗。参加多项国家、部市级课题研究,获部市级科技进步奖4项,编写专著6部,发表论文30余篇。

专家门诊时间:周一下午,周二上午

记者 陆麒雯 通讯员 孙妃

本周特惠 《宁波晚报》养生汇 好货可以不贵

当季鲜补

铁皮石斛
熟了

食品级铁皮
零售价:2元/克起
限时特价:1元/克起



药材级铁皮
零售价:2.5元/克起
限时特价:1.8元/克起
(满500克再赠西洋参图片100克)

限量特惠

蛋白粉
抢便宜



净含量:400g
零售价:428元/罐
(超市有售)

满200元减100元

再赠养生堂VC/VB各1瓶

228元实际得646元
(限20个名额,提前预约)

地址:鼓楼永寿街6号《宁波晚报》养生汇·寿全斋店 电话:0574-87228361

活动截止时间:4月19日
活动最终解释权依法归本店所有



扫描二维码预约挂号,获取专家信息

