

咬住就不松口,严重的可能致命!

医生提醒,近期一定要注意这种虫

最近天气晴朗,趁着假期出门爬山游玩的市民多了。几天前,宁波市中医院急诊科接诊了一位10岁的小男孩,他爬山回来发现肚子上多了一只虫。“又是蜱虫咬伤!”宁波市中医院急诊科有关负责人介绍,最近一个月,医院接诊了十几例蜱虫咬伤的患者。医生提醒,蜱虫虽小,但严重的咬伤可能致命,不能掉以轻心。

10岁男孩爬山回来 肚子上多了一只虫

上个双休日,天气晴朗,上小学的龙龙(化名)和爸妈一起去爬山,晚上回到家洗澡,他发现肚子上多了一只小虫子,趴着一动不动,感觉要钻到肉里去了。龙龙的妈妈赶紧把孩子送到了医院。

宁波市中医院皮肤科主治医师王慧给孩子的肚皮上打了麻药后,用镊子把死死咬着龙龙的蜱虫完整地夹了下来,然后对伤口进行了消毒。并且叮嘱龙龙妈妈,虽然虫子取下来了,还是不能掉以轻心,如果孩子出现发热、头痛、皮疹等症状,一定要马上来医院就诊。

宁波市中医院急诊科统计,最近一个月,医院收治了十几例蜱虫咬伤的患者,所幸经过及时处理都

没有引起严重后果。

“每年4到10月都是蜱虫的活跃期,蜱虫一般在丘陵地带出没。”王慧医生介绍,蜱虫是一种体外寄生虫,一般叮咬家畜、宠物,也会咬人。蜱虫咬了人之后,不容易弄掉,它会将整个口器都嵌进皮肤里吸血,同时分泌有害物质。只在产卵和蜕皮的时候才会自行脱落,一般要两三天,随着摄入人血,蜱虫的体积也会变大,可以长到平时的10倍大小。

“被蜱虫咬伤不能自己往下拽,否则口器留在皮肤里,容易感染。”王医生说,蜱虫身上携带的病原还容易引起疾病,若不及时取出,轻者引发皮肤疾病,重者甚至危及生命。

去野外活动要做好防护

蜱虫叮咬可引起的疾病很多,包括蜱瘫痪、蜱咬热、新型布尼亚病毒感染、莱姆病、森林脑炎等,严重的可以引起死亡。蜱虫更为人所知的是其体内的发热伴血小板减少综合征病毒(也称新型布尼亚病毒),这种病毒可以通过蜱虫叮咬而传播给人,引起发热伴血小板减少综合征,轻则表现为发热乏力,重则出现休克、多器官衰竭等,致死率为15%。

王慧医生提醒,近期是蜱虫繁殖的活跃期,这个时候也最容易被蜱虫咬伤。长假期间,大家去野外活动一定要注意防护。应尽量避免在蜱类主要栖息地如草地、树林等环境中长时间坐卧。往年头皮被蜱虫咬伤的案例时有发生,因此医生提醒大家去野外一定要戴上帽子。

记者 孙美星 通讯员 张琳玲

“一人一技”全民健身技能公益培训报名啦

记者昨日获悉,宁波“一人一技”全民健身技能公益培训线下培训将于5月6日在市体育中心拉开帷幕。想要学游泳、打篮球、骑平衡车、急速瘦身的市民赶紧报名啦,在微信“一人一技”小程序上报名即可!

项目更时尚

体育健身技能公益培训曾经列入市政府实事工程。从2018年开始,我市体育部门推出“一人一技”体育技能公益培训,致力于搭建利民惠民的体育健身平台,2018年-2019年共开设了30多个培训项目,培训人数超过6.7万人次。

今年的培训活动,宁波市体育中心作为“一人一技”公益培训的承办单位,在宁波市升腾体育发展有限公司的助力下,推出了轮滑、跳绳、少儿平衡车、急速瘦身、游泳、网球、篮球这7个市民喜爱的运动项目,展开免费培训。

最早开班的项目是急速瘦身课,这对于“五月不减肥、六月徒伤悲”的女性来说绝对是个福音。新晋增加的幼儿平衡车项目备受宝妈、宝爸们喜欢。家住联丰新村的翁先生得知这个消息后,第一时间为3周岁的儿子报了名。“现在小朋友都骑平衡车,也不知道去哪里学,刚好有这个公益培训班,就先让孩子试试。”

活动相关负责人表示:“2020年,我们共同探索公益技能培训中的四个优化,即智能化、常态化、专业化、品牌化。在去年基础上又添加了许多新的项目课程,50多家机构相继与公益技能培训达成战略合作,同时利用大数据、云平台及5G技术进一步推进体育服务。”

服务人性化

2018年市体育中心共开展了6个大项近50期公益培训课程,还陆续在20多所学校开展了网球、足球公益培训课程,受惠6600余人。2019年市体育中心除了开设原有项目培训课程外,还组织开展教练员、裁判员等一系列社会体育指导员免费培训班,参加培训的不乏各个学校的体育老师。该年共开展公益培训78期,受惠7000余人。

今年“一人一技”培训项目继续增加,还开设了线上课程,会有更多市民受惠。另外,少儿平衡车和网球两个项目,宁波市体育中心还提供送教上门服务,只要打电话联系工作人员即可。

2020年宁波“一人一技”公益培训由宁波市体育局主办,宁波市体育中心、宁波市老年体育活动中心承办。

记者 邹鑫

宁波市体育中心“一人一技”线下培训课程安排

培训项目	培训人员	期数	培训日期	培训时间	培训地点	联系人	联系方式	备注
轮滑	3-15周岁	第一期	5月10日	13:00-16:00	宁波市斯博特特轮滑公园(鄞州区福明高架桥下潘火体育公园南面)	顾舸雨	13857878313	报名成功后须提前5天致电预约
		第二期	5月24日					
跳绳	跳绳爱好者	第一期	5月16日	10:00-11:30	体育中心综合馆四楼	冯奕雯	13355840979	
		第二期	5月30日		宁波市第三幼儿园			
		第三期	6月6日		余姚市陆埠镇文化广场			
		第四期	6月20日		工商银行宁波分行			
少儿平衡车	3-6周岁幼儿	第一期	5月21日	19:00-20:30	宁波市体育中心综合馆二楼	俞潮滨	18606693339	学员自备平衡车与头盔、骑行护具。
			5月23日	9:30-11:30				
		第二期	6月4日	19:00-20:30				
			6月6日	9:30-11:30				
		第三期	6月18日	19:00-20:30				
			6月20日	9:30-11:30				
极速瘦身	健身爱好者	第一期	5月6日	19:00-20:00	宁波市游泳健身中心四楼健身馆	徐恭宝	13615882590	自备健身服装
			5月9日	15:00-16:00				
			5月13日	19:00-20:00				
			5月16日	15:00-16:00				
			5月20日	19:00-20:00				
			5月23日	15:00-16:00				
			5月27日	19:00-20:00				
			5月30日	15:00-16:00				
6月3日	19:00-20:00							
6月6日	15:00-16:00							
游泳	1.4m以上	第一期	5月16日	14:00-15:30	宁波市游泳健身中心	张峰	0574-56155331	学员自备泳衣泳帽
			5月23日	14:00-15:30				
		第二期	5月30日	14:00-15:30				
			6月6日					
网球	6-50岁	第一期	5月23日	9:00-11:00	宁波市体育中心网球馆	周涛	13967811651	穿着运动装、运动鞋
			5月24日	9:00-11:00				
		第二期	5月30日	9:00-11:00				
			5月31日					
篮球	7-15周岁	第一期	5月10日	9:30-11:30	宁波市体育中心综合馆四楼	朱老师	13957473727	篮球自备
			5月17日		逸松90运动馆			
		第二期	5月24日		逸松90运动馆			
			5月31日		逸松90运动馆			
		第三期	6月7日		逸松90运动馆			
			6月14日					
		第四期	6月21日					
			6月28日		逸松90运动馆			

报名:1.打开微信关注“一人一技”小程序并完成注册;2.点击“公益培训”选项,搜索需要选报项目的培训机构,自行选择培训时间段即可;3.若“一人一技”小程序上名额已满,可拨打项目联系老师进行咨询、报名。

培训总咨询电话:0574-56155366(周一至周五10:00-11:00;14:00-15:00)