冲刺中考突击锻炼 初三学生“感觉大腿被撕开”

临近中考，不少学生为了体育成绩能得满分，抓紧最后的时间进行锻炼。但也有同学因为锻炼不当，不仅造成身体损伤，而且可能影响最终成绩。

浙江大学明州医院关节外科何志勇主任就碰到这样一名患者。今年16岁的初三学生小韩，在平日温习功课以外，素来爱运动的他准备把体育成绩稳稳拿下。为此，当同学们下了课回家时，他会再去操场上进行突击锻炼。

但前几天晚上，正当他准备1000米冲刺时，左大腿处突然传来一阵剧痛，“我一下子就失去平衡，整个人往前扑，摔倒了，当时就感觉大腿仿佛被撕开了。”小韩告诉何志勇主任，摔倒后他懵了一阵，回过神时觉得那阵剧痛没有了，但大腿处依然肿痛难受。

因为怕家长担心，回家后小韩也没告诉爸妈大腿还痛着，只说当天锻炼时不小心摔了一跤。

但到了第二天，疼痛不仅没消，而且左大腿肿得愈发明显，小韩这才告诉妈妈，继而被心急如焚的妈妈带到医院。

“男孩来就诊时，两条大腿肿胀对比非常明显，结合病情描述、体检和B超检查，明确是左大腿股四头肌撕裂，形成血肿。”何主任告诉小韩，通过穿刺抽掉血肿，结合用药和静养休息，他的情况能得到显著改善，但短期内不适合体育运动了。

小韩妈妈听了，又是心痛又是遗憾地告诉何主任，其实凭小韩的实力，体育考试拿满分还是很有希望的，但因为受伤，很可能只能拿个及格的成绩，真是悔不当初。

为此，何志勇主任提醒各位临考的学生，不要因为应试而短时间内突击进行高强度训练，否则极易受伤。体能的提高是一个循序渐进的过程，适度锻炼可以帮助学生减压，也可以唤醒身体活力，保持强壮的身体，只有精力充沛了，学习效率才会上来。突击训练不仅效果一般，如果造成身体损伤更是得不偿失。

记者 陆麒雯 通讯员 姚璐璐

痛风、高尿酸血症大型健康讲座与义诊将于明天举行

随着生活水平的提高，痛风、高尿酸血症已成为严重威胁人们健康的常见病。痛风、高尿酸血症还与慢性肾病密切相关。重视痛风的临床特点，早期诊断和系统的规范化治疗十分必要。为此，鄞州人民医院将免费为患者提供痛风健康讲座与义诊。因疫情防控需要，请出示健康码、戴口罩入场。

时间：2021年4月21日（周三）13:30-16:30

地点：鄞州人民医院门诊4楼学术报告厅

内容1：科普讲座“关注痛风、关注肾脏”

授课人：单爱琴主任医师

内容2：咨询与义诊

记者 陆麒雯 通讯员 郑瑜

27岁小伙“囫囵吞枣”招来肠壁穿孔“横祸”

吃红枣不吐枣核，真是个不好的习惯。今年27岁的宁波小伙儿王宁（化名）万万没有想到，小小一个红枣核竟是导致自己小肠穿孔的“元凶”。幸好送医及时，进行紧急手术治疗终于脱离了危险。

王宁是位养生小达人，随身携带的保温杯里总有各种养生茶。一周前，他跟往常一样泡了一杯红枣茶带到单位去喝。工作间隙，王宁不小心把一颗红枣连水直接喝进去了，当时红枣早已泡软，喝进去没有任何不适，自己根本没把它当回事。

4月9日晚，王宁莫名出现了腹痛，一开始以为是吃坏东西了，在当地卫生院挂了盐水后并没有好转。由于疼痛难忍，被家人紧急送到了宁波市医疗中心李惠利医院急诊科，入院后王宁的腹膜刺激征明显，并且疼痛持续较重。

腹部CT平扫检查显示，小肠异物致小肠穿孔可能，有小肠梗阻症状。当天值班的胃肠外科黄钟庭医生追问病史，王宁这才想起几天前不小心“囫囵吞枣”的事。

由于情况紧急，在完善相关术前检查以及告知手术风险的情况下，立马安排王宁进行了急诊手术。在术中，医生经过仔细探查，在他的小肠里找到了“真凶”——一颗长度约2-3厘米的纺锤体大枣核。这颗枣核刺穿肠壁，穿孔处肠壁水肿明显。医生取出枣核、修补被穿破的小肠壁……手术顺利结束后患者返回病房，王宁在医护人员的照料下恢复良好，近期可以出院。

一颗小小的枣核真的有那么危险吗？

大枣的枣核个头大，而且两端尖利，在狭窄的肠腔里移动困难，移动的时候很容易划伤肠壁，一旦卡住，就会出现跟小王一样的情况——肠壁被刺穿，引起小肠穿孔。

黄钟庭医生特别提醒，对于硬核类食物如果核、鱼骨头、鸡鸭类骨头等，食用的时候一定要注意吐掉，孩子、老人尤其应该如此，以免引起严重后果。“平时应养成细嚼慢咽的习惯，不要着急吞咽，以免吞下各种硬核类食物，引发危险。”

记者 陆麒雯 通讯员 张林霞 高玉琴

分类广告

职场招聘 声明公告 房屋租售 搬家搬厂 旧货回收 征婚启事 商务信息 法律服务

刊登热线：56118880

办理地址：海曙区碶闸街58号（都市仁和中心）20楼2011室

搬家搬厂

●千喜搬家搬厂特优 87778900

●快捷专业搬家搬钢琴 87907772

物业信息

刊登热线：56118880

地铁口旺铺出租

丽园南路2号地铁口商铺8间

联系电话：15888196137

●**厂房出售：**北仑柴桥7.2亩土地4816平2900万；镇海骆驼40亩土地23000平1.4亿 13857896809

法律服务

●离婚、房产、经济纠纷 87295238

●民商事免费法律咨询 56281878

旺铺招租

兴宁路30号—(18-22)时代华庭一楼沿街转角商铺五间，距地铁3号线兴宁东出口约15米，每间约20到55m²，整体180m²，宜开家政及房产中介、服装与名酒等销售场所；另有天一广场江厦街19号(二间转角，公交车站旁)约15m²全新设备奶茶店转让，亦可重新招租。

联系电话：15168595354张

旺铺招租

恒一广场、客运中心旁，地铁口旺铺特价招租：每日只需0.7元—0.9元/m²。启运1号广场3楼（启运路291号），面积约2000㎡，人流密集，交通便利，地铁2号线藕池站直达。可整租，可分租。内有停车场，设施齐全。

联系电话：13566016241黄

招聘信息

京发物业诚聘

1、安保：男，50岁以下，责任心强，服从指挥。

2、监控：50岁以下，责任心强，有经验或有证者优先。

3、客服：45岁以下，大专以上，会电脑。

4、夜班保安：男，60-63岁，身体健康，有责任心。

联系电话：87092147、87092131

友情提醒：使用本栏目征婚信息请注意查验对方相关个人资料。涉及金钱财物往来，请谨慎处理，因广告审查仅涉及《广告法》要求的相关内容，敬请应征者注意自我保护。

个人征婚

单身女67岁，寻找上门老伴，她温柔大方，退休劳保高，喜欢旅游锻炼，爱好音乐，一个人住着宽大的房子，实在感到寂寞，现真心寻找一位身体健康，有爱心的男士一起度过幸福的晚年，有小孩更佳。可以落户女方家。

联系电话：15658267045

声明公告

●**遗失**出生医学证明一本，父亲：李竹，母亲：李娇，小孩本人：李雯萱，出生证编号：P510039242，声明作废。

●**宁波**珠紫塑料包装有限公司遗失公章，声明作废

●**宁波**北特飞无人机有限公司遗失公章一枚，声明作废

●**宁波**浩海海运有限公司遗失宁波市鄞州区市场监督管理局2018年07月26日核发的营业执照副本一本，统一社会信用代码：91330212554549704 8，声明作废

●**杜立炳**、王丹丹遗失宁波杭州湾新区碧桂园房地产开发有限公司开具的购房发票07129437金额(377253元)声明作废

●**谢君**遗失宁波荣耀置业有限公司开具的销售不动产统一发票(自开)，发票代码23302149 6040号码00073084(1614616元)声明作废

●**宁波**杭州湾新区春雅酒楼遗失食品经营许可证正本，编号：JY23302840106349声明作废

●**慈溪市**宗汉宝建运输户遗失法定名称章一枚，编码：330282 0425344，声明作废。

●**浙江**筑望科技有限公司(股东皇氏集团)遗失公章，编号：3302910022631声明作废

●**慈溪**嵩尚电器科技有限公司遗失公章一枚，编号3302820255 653，声明作废

●**培禾**新地科技股份有限公司遗失财务专用章，编号3302 050131297，法人章(黄旭波)，各一枚，声明作废。

●**培禾**新地科技股份有限公司遗失结汇待支付专户财务专用章一枚，声明作废。

●**余姚市**姚忠五金配件厂遗失公章一枚，声明作废。

●**因保管不善**，不慎遗失张学科于2002年6月20日在港上镇卫生院出生的出生医学证明一本，父亲：张贺(身份证号37282219 74****1238)，母亲：刘兆芹(身份证号3728221975* ***1242)，特此声明作废。

●**张学科**于2002年6月20日在港上镇卫生院出生，出生证明丢失，声明作废，父亲：张贺，母亲：刘兆芹。

转让声明

宁波鄞州康懋幼儿园有限公司于2021年4月19日发生股权转让，现对公司发生股权转让作出如下声明：

1.宁波鄞州康懋幼儿园有限公司原股东宁波本善教育发展有限公司、宁波弘立教育投资有限公司，现宁波本善教育发展有限公司股权全部转让给宁波弘立教育投资有限公司。

2.自签字变更登记之日起公司转让前后的债权债务等权力和义务由现有股东宁波弘立教育投资有限公司和宁波鄞州康懋幼儿园有限公司全部承担。

特此声明

宁波鄞州康懋幼儿园有限公司 2021年4月20日

宁波巨化化工科技有限公司3.5万吨/年碳氢制冷剂和5万吨/年异丙醇项目环境影响评价信息公开

根据《环境影响评价公众参与办法》的有关要求，宁波巨化化工科技有限公司将该建设项目的环境影响评价有关信息公开如下。**一、环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径**公众在报告书征求意见期间可通过网站(http://www.nbjhgs.com.cn/)查看环境影响报告书征求意见稿全文，也可前往浙江省宁波石化经济技术开发区跃进塘路501号宁波巨化化工科技有限公司安环部查阅纸质报告书及咨询相关内容(工作日8:30~16:30，联系电话：0574-55866538)。**二、征求意见的公众范围**本次征求意见的公众范围为环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织，评价范围主要为宁波石化经济技术开发区。**三、建设单位名称和联系方式**1)建设单位名称：宁波巨化化工科技有限公司。2)通讯地址及邮编：宁波石化经济技术开发区跃进塘路501号 邮编：315204 3)联系人：王工 联系电话：55866538**三、公众意见表的网络链接**公众可在网站(http://www.nbjhgs.com.cn/)下载公众意见表。**四、公众提出意见的方式和途径**公众可以通过信函、传真、电子邮件等方式向建设单位提交公众意见表。**五、公众提出意见的起止时间**2021年04月07日~04月20日。

宁波巨化化工科技有限公司 2021年04月20日

百万聘请数学、生物学科竞赛金牌教练

慈溪赫威斯育才高级中学为了更好开展有关学科竞赛辅导活动，决定面向全国公开招聘有关学科竞赛辅导老师，竭诚欢迎国家级学科竞赛金牌教练、优秀教练等专门人才前来应聘。**一、招聘岗位、人数、岗位职责**高中数学竞赛教练1名，履行数学学科教学及竞赛辅导职责；高中生物学竞赛教练1名，履行生物学科教学及竞赛辅导职责。**二、招聘对象**具有学科竞赛指导或参赛经历，且满足以下条件之一：1.近5年内独立指导学生获得全国数学或生物学奥林匹克竞赛金牌等荣誉；2.近5年内独立指导学生获得全国数学或生物学奥林匹克竞赛银牌或铜牌等荣誉；3.近3年内独立指导学生获得全国数学或生物学联赛省级赛区一等奖等荣誉；4.全国重点高校(985或211等)相关专业的优秀毕业生，且曾在高中阶段获得过全国数学或生物学联赛省级赛区一等奖及以上荣誉。**三、有关待遇**待遇由安家补助费(20~100万不等)，基本年薪、人才津贴、竞赛奖励等构成。具体详见学校公众号。**四、联系方式**简历接收邮箱：916914308@qq.com 招聘联系电话：0574-63034739周老师 0574-63025673江老师 报名时间：公告发布之日起，录满为止。

九峰陵园

市级重点扶持经营性陵园！

九峰陵园园林式陵园，坐向东南，园内小桥流水亭台楼阁，鲜花草坪，不是公园胜似公园，多年来一直有新老客户赞美，真正成了人生后花园理想选择。(地铁一号线宝幢站每天有专车接送，需提前预约)地址：鄞州区五乡镇宝同村

0574-88389515 88389516

减资公告

根据2020年6月17日股东大会决议，拟将注册资本从20000万元减至10400万元，现予以公告。债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或提供担保。

象山汇鑫小额贷款有限公司

减资公告

根据2021年4月16日股东会决议，宁波银海换热科技有限公司拟将注册资本从500万元人民币减至200万元人民币，现予以公告。债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或提供担保。

宁波银海换热科技有限公司

鄞州凤凰工艺墓园

民政部门批准的经营性公墓，位于鄞州五乡镇联合村。园区监控路灯设备齐全，全面清洁工作年均4至5次，环境优美交通便捷并有大型停车场地。公交：155路、162路宝幢站下步行约15分钟，地铁1号线宝幢站下车可以免费接送(需提前预约)。

墓园电话：0574-88383118 13957891168 欢迎垂询