

35℃-37℃! 局部地区38℃

高温报告来了! 这回可不是逗你玩

本报讯(记者 石承承)夏天正在露出它的“狰狞”面目,你感觉到了吗?

昨日17时,市气象台发布高温报告称,7月5日到7月6日,我市日最高气温将达35℃-37℃,局部地区甚至可达38℃,要注意做好防暑降温工作。

这仅仅是一个开始——市气象台在昨日发布的十天预报中提到,7

月5日起我市将以晴热高温天气为主。给大伙儿划几个重点:

首先,从目前的预报看,7月5日起的晴热高温天气,极可能一直持续到7月中旬。换句话说,即将开始的新的一周(7月5日-7月11日),晴热高温天气将占据天气舞台的绝对“C位”。

其次,留意关键词“高温”。这回

来的“高温”,可不是闹着玩的,而是实打实迈过35℃“高温线”,最高甚至可达37℃。大家要做好和持续高温“打持久战”的心理准备。

第三,虽说还是以晴热天气为主,但雨水“见缝插针”,还是要来刷存在感的。不过,不同于前段时间梅雨的“淅淅沥沥”,眼下的雨多是“雷厉风行”的午后雷阵雨。从目前的预报

看,尤其是7月9日到7月10日,午后出现雷阵雨的概率还是挺大的。

夏天午后的雷阵雨,多伴有短时暴雨、强雷电、雷雨大风等强对流天气,大家在计划外出时要提早留意。

“晴热高温”+“午后雷阵雨”,多么熟悉的配方和味道,又到了一年中“我和烧烤之间只差一把孜然”的时节,你准备好迎接盛夏的热情了吗?

暑假机票贵? 宁波出发这样中转,省一半都不止

随着中小学陆续放假,7月起民航进入暑运。这两天,暑期机票预订也日益走俏。相关数据显示,今年暑运,民航计划航班总量将接近100万架次,比2019年同期提升2.88%,比2020年同期更是增长38.07%,出行需求强劲。

出行需求增加,机票价格上涨

在出行目的地方面,除了大西北、古都游、草原海岛游这样的传统热门目的地,今年,南昌、井冈山、遵义、延安等一大批红色旅游目的地,成为暑期旅游的大热门,春秋航空数据显示,这些目的地机票销量比5月增长明显。

此外,由于澳门往返内地低风险地区无需采取隔离等措施,澳门还针对内地游客尤其是学生群体推出了一系列优惠,比如澳门航空针对内地游客推出机票买一送一活动,还针对浙江中高考生及大学毕业生推出往

返最低500元起等优惠举措,也成为今年暑期宁波旅客出行增长比较快的目的地之一。

出行需求的增加,最直接的反映就是机票价格的上涨。同程发布的数据显示,2021年暑期国内机票均价为771.8元(不含税费),较2020年同期上涨8%,在7月底、8月初和8月中下旬3个重要客流高峰时段的机票均价预计将超过2019年同期。

如今的机场又恢复了往日的忙碌,至少在过去一年的疫情中那种两三折甚至更低的“白菜价”机票,再也看不到了。

这些热门目的地 中转都比直飞便宜不少

机票更贵了,暑期出行有什么更省钱的办法吗?还真有!

记者发现,通过北京、天津、成都等大型机场中转联程,可能会比从宁波直飞目的地便宜许多。

比如,大西北游中,兰州一直很热门。记者注意到,进入7月,尤其是中下旬,东航宁波经过武汉飞兰州的MU2474航班,15:20从宁波起飞,20:20到达兰州,目前票价是2010元经济舱全票。可如果选择宁波出发北京中转的航班,比如14:35从宁波起飞,16:55到达北京大兴机场,19:00再从大兴机场起飞,21:30到达兰州,全程仅早出发1小时,晚到达1小时,全程票价却只要650元,相当于宁波直飞的3折。

而同样选择东航宁波飞兰州,在南昌中转过夜,全程只要550元,多出的一天还能在南昌逛一逛,不但省钱,行程还多了一份惊喜。

再比如,宁波飞拉萨,如果选择重庆航空直飞,暑期都是经济舱全价3560元。而选择从成都中转,如选择国航21:35从宁波起飞,次日00:45到达成都双流机场,早上7:40再次

中转起飞,10:05即可达到拉萨,全程仅800元,节省2000多元,即便到成都机场后,住一夜稍作停留,总体也非常经济实惠。

又比如,去满洲里或者呼伦贝尔大草原玩,宁波出发没有直达航班,暑期如果选择从上海、杭州出发,单程机票通常在1000元以上。但如果选择中联航,宁波出发北京中转,全程只要550元,同样也便宜不少。

还有像飞呼和浩特,如果是选择天津中转,那么全程只要500元,仅相当于直飞票价的一半。

今年暑假为什么会经常出现这种情况呢?相关人士表示,目前国内枢纽机场无论是航班还是旅客数量恢复都很强劲,一些航空公司出于航线及飞机调配等因素考虑,更倾向于把旅客集中到枢纽再中转联程的方式,实现运能优化,并给予相应旅客一定优惠。

记者 范洪

这项检查,发现40%的人有癌前病变!

免费筛查仍在进行中……

近日,陈阿姨拿到了自己的肠镜息肉病理报告——早期肠癌。身体一向健康的她怎么也料想不到,自己会与癌症搭上边。但好在因为发现及时,病灶还处于早期阶段,经过内镜下切除,如今陈阿姨已经没有什么大碍。这一切都得益于浙江大学明州医院开展的胃肠早癌筛查公益项目。



浙江大学明州医院消化内科专家林琪在为患者做胃镜检查。

通讯员供图

1次公益早癌筛查,救了自己一命

70岁的陈阿姨已退休多年,身子一直十分健朗。1个月前,听说浙江大学明州医院有开展胃肠癌筛查公益活动,就报了名。

一个星期后,陈阿姨如期接受了两项检查——胃镜、肠镜。

胃镜检查十分顺利,医生将每一个片区和角落都仔细探查,除了有些胃炎,一切正常。然而在做肠镜检查时,医生在乙状结肠处发现了一处息肉,从表象看,大概率是癌变组织。

检查医生胡冰新立即采取内镜下切除病灶,送病理诊断。一周后,病理检查结果证实了医生的判断——早期肠癌。但好在发现及时,做了内镜下摘除术后,癌变病灶已被清除。虽然日后也有复发的可能,但只要定期复

查随访,就不会有大碍。

“真的太感谢明州医院了,如果这次不做胃肠镜,后果不堪设想。”出院时,陈阿姨特意来到消化科医生办公室表达感谢。

殊不知早期的消化道癌症往往没有明显症状,等到出现典型症状再去检查,往往已经是中晚期癌。据该院消化内科专家林琪介绍,在今年开展的第一期100个胃肠癌免费筛查人群中,肠高瘤癌变1人、胃高瘤癌变1人、胃低瘤癌变1人、重度萎缩5人、中度萎缩7人、轻度萎缩7人、胃肠息肉19人、黏膜下隆起2人。

简单地说,就是发现2例早期消化道癌症,40%左右人群处于癌前病变的状态。

胃肠早癌筛查公益项目正在进行

在我国,早期消化道早癌的诊治率低于10%,远远低于日本的70%、韩国的50%。

更让人遗憾的是,中国近85%的患者在确诊时已经是中晚期,治疗费用巨大,社会和家庭负担沉重,5年生存率不足30%,治疗效果差。

但是,如果能及早发现癌症,早

期消化道癌可以治愈,5年生存率可达90%。

为了向宁波市民提供切实有用的医疗扶助,真正做到早发现、早诊断、早治疗,浙江大学明州医院联合鄞州区慈善总会,共同对外开展“消化道早癌筛查公益项目”。符合条件的市民朋友,均可到该院免费做胃肠癌筛查。

胃肠癌免费筛查活动报名方式

1. 鄞州区常住居民(常住3年及以上)
2. 年龄65周岁-75周岁
3. 无消化道癌既往史且3年内未行胃肠镜检查
4. 无医学或精神方面问题,自愿签署知情同意书
5. 愿意接受工作人员长期随访
6. 幽门螺杆菌(Hp)检测阳性者
7. 存在消化道症状,如恶心呕吐、进食不适、腹痛腹胀、反酸烧心、便血、大便性状改变等
8. 既往被诊断消化道癌前疾病的(如食管低级别上皮内瘤变、Barrett's食管;贲门肠上皮化生、低级别上皮内瘤变;胃重度慢性萎缩性胃炎、重度肠上皮化生、慢性胃溃疡、胃息肉、胃黏膜巨大皱褶、良性疾病术后残胃10年、结肠息肉等)
9. 有明确的消化道癌家族史者(一级亲属或二级亲属)
10. 有消化道癌高危因素,如吸烟(每天吸烟1支以上,连续或累计6个月以上)、重度饮酒(男性平均每天饮用纯酒精≥60g,女性≥40g)、喜食腌制食品(食用频率≥4天/周)等。

条件1-5必须满足,条件6-10至少满足其一

记者 陆麒雯 通讯员 姚璐璐