

医院暖镜头

镇海有家医院每天出现“神秘早餐”

原来是病人家属在做这件事

“我们急诊这儿收到了早餐，是你们病区家属的吗？”

“早餐又来了，我们保安也有！”

“这第几天了？今天还有粢饭团，我好久没吃了！”

最近，镇海区人民医院的微信群里为不明来源的“神秘早餐”炸开了锅。

起初，大家都以为只有自己科室收到了早餐，后来发现不少科室的医护人员、保安和保洁人员都收到了早餐。

11月16日上午，已经给全院送了一周早餐的“田螺先生”李玉斌终于“现身”。早上6点半，他从急诊的外科、内科、预检，再到核酸检测点、磁共振室，再到2楼化验室、彩超室……一路送餐，不到8点，他手机上显示的步数已经超过10000步。

大家终于知道，原来“田螺先生”是之前在呼吸与危重症学科病房住过院的亢阿婆的儿子。

“就希望大家吃上一口热饭”

11月初，亢阿婆因为肺炎和心脏问题入院。连续几天，一躺下就呼吸困难，整晚无法安睡。陪床的李玉斌也因此度过了若干漫长的夜晚，同时也把医护人员的辛苦看在了眼里。

在给母亲准备早餐的时候，他寻思着，全院得有多少下了夜班一身疲惫或赶着上早班的医护人员、保安和保洁人员，早餐要么来不及吃，要么草草吃。

于是，他便萌生了给大家送早餐的想法。“就希望大家，尤其是下了夜班的人都能吃到一口热饭，不用再为吃什么早餐、去哪里吃早餐发愁。”

每天清晨5点半就出门“觅食”

起初，李玉斌对院内人数不了解，又不想引起关注，买多少份早餐全靠“试”，发现不够赶紧再买，试着试着，就试出了“80份左右”这个量。为了让大家都吃饱还有得挑，他一般会买90-100份，肉包、菜包、油包等不同馅的新鲜包子，大饼、炆饼、韭菜饼等不同种类的饼，甜的、咸的不同口味的豆浆，还有油条、粢饭团、发糕、麻球、肉夹馍等，早餐种类多达十几种。

这么大的早餐量，不仅送要花时间，买也不容易。

他拉了三四个同样热心的朋友，每天5点起床，5点半就出门找合适的早餐店，一般要东拼西凑4家，才能拼够90份左右早餐。和店

家订好早餐后，一般要等30-45分钟再回去取货。

用泡沫箱装着的早餐送到医护人员、保安和保洁人员手里时，还是热乎乎的。

有吃过“神秘早餐”的护士说：“把早饭捧在手里的时候，感觉冷空气都被捂热了。”

他说，温暖都是相互传递的

作为新宁波人，李玉斌来宁波已有20多年，他说早已把这里当成第二个故乡。在他心里，宁波不仅发展迅速，更是一个环境整洁、人心善良的城市。

他透露，自己是做企业的，也是

宁波河南商会的一位负责人，疫情期间就深感医护人员的不容易，上次碰上母亲住院，感受更加真切。

“温暖都是相互传递的，所以既然自己有能力，就想力所能及地用行动爱他们，温暖他们，他们又会温暖病

人，温暖病人其实温暖的又是他们背后的无数家庭，小家温暖了，宁波肯定也会变成一座越来越温暖的城市。”

李玉斌说，如果医院允许，他希望把这个“田螺先生”一直当下去。

记者 徐露清 通讯员 王云鸿

“免疫力就是好医生”

《宁波晚报》养生汇人参节开幕

“人参水深”，买参要找信誉商家

去年，一本名为《免疫力就是好医生》的图书成为各大网站畅销书籍。这本书集聚了国内多名医学大咖的心血。

家喻户晓的张文宏医生是图书其中一名主编，中国工程院院士钟南山和李兰娟给书籍作序。



买参要找信誉商家。

免疫力中医叫“正气”

李兰娟在序中说：“免疫力是什么？我们该如何改善免疫力？早知道，免疫系统是随时处于备战状态的‘健康卫士’，会适时采取行动来维护我们的身体健康。任何药物都无法取代人体内与生俱来，兼具防御和修复双重功能的免疫系统。”

书中还写道，免疫力是现代医学的名词，中医称之为“正气”，“正气存内，邪不可干”。如果正气充足，人体免疫力强，不容易生病；正气虚亏，就很容易受到邪气的侵犯，在冬天，往往会表现为比较怕冷，比较难熬。

十人九寒，正气不足很普遍

朱斐是宁波市中医院副主任中医师，他说，晚晴时中医学界有一个扶阳



派，这个学派的医生认为大多数人的正气不足，“十人九寒”。据他临床观察，宁波人喜食海鲜，即便不是十人九寒，正气不足，寒气郁积的现象也非常普遍。

“男性前列腺炎、阳痿早泄、下肢水肿、夜尿频多、内风湿关节炎、慢性呼吸道疾病等等，中医认为都跟阳气不足有关。”朱斐说。

怎么补“正气”中医历来主张冬藏养生，冬天是一年之中养精蓄锐的季节。《素问》中写道，“冬伤于寒，春必温病”，平日里正气虚亏的市民可以趁冬季补一补。

周皓亮

第四届人参节开幕

9.9元起进补15年山参

品牌西洋参 低至1元/克
15年山参 可低至9.9元/克
20年山参 50元/克起
25年野山参 118元/克起

品牌红参 85折

消费满500元，赠泡脚包1袋
消费满1000元，赠15年山参10克

泡脚包特惠：59元/袋(买三袋送一袋)

地址：海曙区永寿街6号
电话：87228361

网络贷款套路深 办理贷款需谨慎

随着互联网的发展，网络贷款成了借款人眼中的香饽饽。但是一些网络平台以贷款之名，行诈骗手续费之实，网络贷款类案件成了当前电信网络诈骗中最具有欺骗性的一类。

近日，客户林先生在前往浦发银行网点办理网络贷款业务的过程中，向网点工作人员咨询如何缴纳保证金事宜，并出示了已签署的电子贷款合同，贷款金额2万元。工作人员当即提高了警觉，详细询问林先生办理网络贷款全过程。

根据林先生叙述，他是通过网页弹出来的广告，认识了一位所谓的银行工作人员，并添加其为微信好友。随后对

方就向林先生推荐了线上小额贷款业务，此贷款办理速度快，过程简单，无需任何抵押，只需缴纳6000元的保证金。林先生对此事颇感兴趣，好在误打误撞之下，在浦发银行网点询问相关事项，工作人员在查看微信聊天记录后向其解释，这很有可能是一起诈骗，及时劝阻了林先生的汇款，避免被骗的下场。

但是，不是所有人都像林先生那样幸运，有些人就跳进了骗子精心设计的陷阱中。骗子以同样的手段，对被害人进行哄骗诱导，一旦得手，便将其拉黑，这时被害人才意识到对方的骗局。

我们应如何有效识别并防止诈骗

呢？浦发银行宁波分行提醒：

正规贷款都有严格的审批流程，切勿轻信通过网络认识的陌生人提供的“贷款”信息，尤其是宣称“高额度、无门槛、无担保”等虚假的信息。如需申请贷款，建议通过正规金融机构办理贷款业务。

办理贷款时，如被要求先付利息、预缴手续费、工本费、保证金等，均不符合正规银行的贷款规定。当贷款方以任何形式要求借款前支付费用时，切勿进行转账汇款，务必多方核实，以免被骗。

不要随意通过不明途径的网络广告申请线上贷款，不要随意在网上提供个人信息，不要将自己的身份证信息、银

行卡密码、动态验证码等重要信息提供给陌生人。

宁波银保监局提醒广大市民，为避免自己受到

经济损失，请牢牢守住您的钱袋子。

记者 徐文燕

通讯员 周婷 汪怡婕 赵振炜

宁波金融一点通

