

清明期间将免费开通5条公交摆渡线

地铁首班发车时间也有调整

今年清明小长假为4月3日-5日,其中4月5日(星期二)为正清明。昨日,市交通运输局公布2022年清明运输方案,方案明确今年清明运输以“防疫优先、人员可控”为原则,采用免费摆渡模式运营。

据预测,小长假三天客流约15万人次,与2021年基本持平。其中4月5日(正清明)为客流高峰。

序号	上客点	线路走向	下客点(返程上客点)
1	轨道宝幢站	明南路、宝幢线、329国道(摆渡线,逸夫中学调头返回)	雅庄、宝幢、育干
2	镇海墓区(长石粮库)	长石粮库停车场、汶骆公路至汶溪站	汶溪
3	轨道高桥西站	同心路、通途西路、新丰路、中山西路、广泽北路、栎高线、西山路(摆渡线)	山下庄
4	山下庄	西山路、栎高线、白深线、双银村道(摆渡线)	双银、深溪
5	奥特莱斯(杨家村停车场)	秋实路、汇土路、广泽北路、栎高线、西山路	山下庄

开通5条免费公交摆渡线

4月3日-5日,开通免费公交摆渡线5条(见上表)。值得注意的是,跟往年相比,今年不再安排公交扫墓专线。

若市民需乘坐公交车至墓区,东线可以选择乘坐155路、162路等公交线路,北线乘坐965路等公交线路出行。为方

便市民乘坐轨道及涉及墓区的公交线路,将适当提前1路、15路等22条公交线路的首班发车时间。

调整地铁首班发车时间

清明假期前两天(4月3日,4日),轨道交通高桥西、东环南路(往高桥西方向)、栎社国际机场、聪园路首班车提前至05:00;高塘桥(往大通桥方向)、大通桥(3号线)、慈城、东钱湖、布政、兴庄路首班车提前至05:15;霞浦、金海路首班车保持06:00不变。

线网05:00~08:00执行双休日平峰间隔;其余时段线网间隔与双休日一致。

正清明(4月5日)当天,轨道交通高桥西、东环南路(往高桥西方向)、栎社国际机场、聪园路首班车提前至04:00;高塘桥(往大通桥方向)、大通桥(3号线)、慈城、东钱湖、布政、兴

庄路首班车提前至04:15;霞浦首班车提前至05:00;金海路首班车保持06:00不变。

1号线04:00~13:00间隔缩短至3分55秒,其他线路04:00~08:00执行双休日平峰间隔;其余时段线网间隔与双休日一致。

记者 范洪
通讯员 冯叶 邵建荣

直升机起飞!

对重点林区展开空中巡查

本报讯(记者 马涛 通讯员 张雨燕)当前正值森林火灾多发期,为确保森林资源安全,3月29日,宁波市森防指办出动直升机,在全市森林防火重点区域持续开展空中巡查,及时发现和消除森林火灾隐患。

3月29日11时,在浙江省航空应急救援宁海备勤基地,伴随着巨大的引擎轰鸣声,一架喷涂有“浙江应急”的直升机旋翼叶片飞速旋转,增速爬升,离开地面,正式开始了当天的巡查任务。按照既定航向,飞机前往宁海县茶院、力洋等地,巡查重点林区、重点景区防火工作及火源管控情况。

据了解,执行森林防火空中巡查任务的直升机航速可以达到230公里/小时,在应急状态下,5分钟内即可起飞。按照正常航速,从宁海的备勤基地出发,飞机可以在40分钟到达火点,10分钟左右可完成两吊桶水的取水。也就是说,如发生森林火情,采用直升机灭火,只需要1小时左右,基本可以扑灭宁波市域范围内的较大森林火情。



正在起飞的直升机。记者 胡龙召 摄



科普中国
CHINA SCIENCE COMMUNICATION
宁波市科学技术协会与本报联合推出

科普与健康

老年人出现这些情况要重视 或许是疾病的信号!

老年人身体机能衰退,身体各处的不适症状渐渐增多,有些是重要的疾病信号,需要引起重视,早识别早治疗,维护身体健康。

走路下肢凉麻痛

若老人感觉腿脚冰凉,下肢肌肉酸痛,走一段路后需要歇歇再走,需警惕是否发生了下肢动脉硬化闭塞症。

如果下肢动脉斑块引起管腔狭窄或闭塞,腿部血液供应不足,可出现腿部凉、麻、无力,肌肉疼痛或痉挛(行走后出现、休息后缓解)等表现,易与腿部衰老表现或腰椎间盘突出症等混淆。

下肢缺血的老人常合并冠心病、高血压、糖尿病等疾病,身体状态较弱,需要根据病情选择合适的治疗方式。若症状不太严重,可通过药物治疗促进侧支循环;若情况较重,可在医生指导下通过腔内微创手术、搭桥手术等方法治疗,避免病情快速加重。

此类老人在日常生活中应注意控制高血脂、高血压、糖尿病等危险因素,做好足部护理,避免出现溃疡。

眼前黑影雾蒙蒙

有些老人眼前有黑影浮动,或被一

层雾蒙蒙的东西遮挡视线,除了注意飞蚊症、白内障,还需留意玻璃体出血。

飞蚊症即玻璃体混浊,与年龄相关,表现为眼前有黑影,但大多不引起视力损害。若玻璃体出血量较少,也会出现类似症状,但不及时治疗可引起视网膜脱离,影响视力。

玻璃体出血量稍多时,可有视物遮挡感,容易与白内障混淆,需要及时治疗,以免对视力造成不可逆的损害。

生活中,老年人应避免快速转动眼球、用力揉眼等动作,避免牵拉玻璃体引起视网膜损害。在治疗并消除出血对眼底的遮挡后,注意查明引起出血的原发病因,如老年性黄斑变性、糖尿病视网膜病变、视网膜静脉阻塞等,采取针对性的手术治疗,不同程度恢复视力。

流涕咳痰常带血

流涕、咳痰时带血是生活中的较常见症状,若反复发生、经久不愈,老年人需关注是否存在颅底肿瘤等问题。

绝大多数鼻腔、咽喉部黏膜出血与炎症或黏膜干燥有关,经过简单针对性

治疗可治愈,但由肿瘤破坏所致的出血通常难以愈合,尤其合并头痛、单侧鼻塞、单侧颅神经麻痹(如颜面麻木、视力减退、嗅觉丧失、声音嘶哑)等症状时。

老年人神经机能和全身状况减退,上述提示症状不等于证据,还需通过内镜对鼻腔、咽腔、耳道等直接观察,或通过高分辨率CT、磁共振等诊断。

经上述检查证实肿瘤者,对于老年尤其高龄患者而言,可在医生指导下首选内镜微创治疗,以及适宜老人的粒子放射治疗等。在治疗康复阶段,建议早期积极训练张口、吞咽和面肌运动,对恢复生活质量很有帮助。

饮食消化有改变

老年人随着机体衰老,除了吞咽功能减退、消化能力差、胃口不好等退化表现,老年人还应关注这些消化道病症信号。

例如,食欲减退,腹部不适,短期内体重迅速下降;恶心呕吐、腹胀、血便、黑便;皮肤或巩膜黄疽,小便浓茶色,大便陶土色;腹部摸到质地坚硬的肿块;

大便习惯改变,便秘或腹泻等。

既往有胃溃疡、胃切除手术史、乙型肝炎、丙型肝炎、酒精性肝炎、长期胆囊结石较大、胆囊炎反复发作等病史的老人,更需提防老年消化道肿瘤。

老年人常伴随其他系统疾病,建议综合多学科评估指导,选择适合身体状态的治疗方法,如微创腹腔镜手术,并在术后尽早活动,尽早进食,按医嘱定期监测身体情况,尽早恢复正常生活。

王元卓 洪阳



科普中国二维码



宁波科普二维码