

“小胖墩”≠养得好 儿童肥胖防控刻不容缓

记者视点

记者 袁伟鑫
见习记者 王怡宁 朱文凱

今年4月是第36个爱国卫生月,今年的主题是“健康城镇 健康体重”。现实生活中,肥胖特别是青少年肥胖问题已经成为一个社会问题。根据区疾控中心监测数据显示,2023年我区青少年整体肥胖率达到11.59%,并呈逐年递增的趋势,可见青少年群体肥胖问题日渐凸显。

肥胖其实也是“营养不良”

生活中,不少家长有“孩子白白胖胖有福气”这样的观念,导致很多孩子的肥胖问题被遮盖在“圆润可爱”的夸奖下。12岁的

阳阳(化名)是个“小胖墩”,身边的人看到他会夸阳阳妈妈:“养得真好,白白胖胖长多好啊。”阳阳妈妈也陶醉在大家的赞美之中,直到一张有数个指标异常的体检报告单才让她意识到问题,并开始帮阳阳减重。

“在传统观念中,肥胖是营养过剩,而不被认为是疾病。其实不然,肥胖是由于能量摄入超过消耗量,导致体内脂肪积聚过多,达到危害健康程度的一种慢性营养障碍性疾病。”区人民医院内分泌科主任赵艳红表示,不少“小胖墩”在做营养评估的时候,会发现体内部分微量元素并不充足,甚至处于缺乏或严重缺乏状态,如铁、锌、钙、维生素D、维生素A等。

“小胖墩”的潜在疾病风险

“青少年时期保持肥胖状态成长的孩子,会增加患慢性病的风险,

这是一种长期影响。”赵艳红说,很多成人的高血压、糖尿病等并非成年后突然得的,实际上在他们青少年时期就已显露端倪。今年,赵艳红接诊过一名15岁的初中生患者,身高1.55米,但体重超过75公斤,腰围超过95厘米,他的脖子、腋窝、大腿根部都有黑色斑印,这是因体内过度的脂肪蓄积造成胰岛素抵抗后的外在表现。

据了解,根据肥胖病因及发病机制,分为单纯性肥胖和继发性肥胖。青少年肥胖多以单纯性肥胖为主,主要与膳食营养、身体活动、遗传等因素有关,但近年来继发性肥胖比例正在持续增加。“青少年肥胖是高脂血症、动脉粥样硬化、原发性高血压、Ⅱ型糖尿病及代谢综合征等成年期高发疾病的危险因素。”赵艳红表示。

除危及身体健康外,肥胖也可能引发社交和心理问题,降低青少

年的自尊感和自信心,带来更高的被欺凌风险和低成绩表现。此外,肥胖少年存在不勤快、不灵活、反应迟钝等负面刻板印象,继而导致孩子出现不合群、抑郁等问题。

家庭干预是重要一环

近年来,肥胖的家庭性发展倾向较为明显。赵艳红表示,青少年肥胖问题与家庭因素密不可分。一些家庭缺乏科学的饮食观念和生活规律,孩子容易形成不良的饮食习惯,长期摄入高热量、高糖分、高脂肪的食物,导致肥胖问题的发生。因此,在青少年肥胖这个问题中,家庭干预不该被忽视。

赵艳红提醒,肥胖不只是体重秤上数字的增长。肥胖儿童及青少年正经受人们以为成年人才会罹患的慢性疾病,叠加生长发育期,未成年人肥胖引发的健康问题更多样、更复杂,应得到重视。

整治“桥头跳车” 告别“路见不平”

机场南路病害专项整治行动开展

本报讯(记者 毛超峥 通讯员 李娜娜)为消除道路起伏不平、“桥头跳车”等问题,综合提升道路行车安全度和舒适度,近日,区园林管理处开展机场南路起伏不平等病害点段整治

专项行动。

4月中旬,机场南路整治工程开工,本次整治具体范围为四明路至璁琳站,全长约2.5公里。目前,项目方正在南渡站段兴横桥开展侧平石调整工作,调整完成后将对起

伏路面进行面层铣刨。

“桥头跳车”是桥梁常见病害现象,区园林管理处按照病害具体分类,结合“病况”轻重缓急、交通限制等条件,制定一桥一方案,共涉及通方大桥、文体桥、江前桥、庄家畝桥、兴横

桥、肖桥头河桥共6座桥梁整治。

据悉,区园林管理处计划在6月底完成专项整治,以整促改,不断提高道路精细化管养水平,有力提升城市道路设施品质,确保行车安全和道路桥梁运行安全。

社区、物业、业主携手共庆“五一”

文艺演出点亮社区生活

本报讯(记者 袁伟鑫 何腾涛)4月26日晚,随着欢快的乐曲,由捷达物业集团、金海社区、金明家园小区共同策划的文艺晚会在金明家园小区广场精彩上演。

为迎接“五一”劳动节的到来,捷达物业集团携手金明家园、

中山锦庭和藏山丽景三个小区,分别策划了以“真情连接你我他,和谐共建驻万家”为主题的3场文艺晚会,不仅为居民带来多场文化盛宴,同时也营造了和谐和乐的社区环境。

首场晚会在金明家园小区率先拉开帷幕。当晚,小区广场上灯火辉

煌,人头攒动。居民们早早来到现场,或三五成群地交谈,或带着孩子嬉戏,现场气氛热烈而温馨。演出中,不仅有居民自编自演的舞蹈、歌曲、小品等节目,还有物业员工带来的精彩表演。观众被精彩的表演吸引,不时爆发出热烈的掌声和喝彩声。特别是在

表彰年度“社区好人”环节中,当社区工作者和物业员工走上舞台时,引起了现场居民的热烈反响。

此外,晚会还穿插了消防安全、文明创建、垃圾分类、红色物业创建等知识有奖问答环节,让居民在轻松愉快的氛围中增长了知识。

净化客运市场秩序

我区持续开展“黑车”专项整治

请出示您的运输证件,配合检查,谢谢!”4月23日晚上,区交通运输局行政执法队“打黑小组”出动多名执法人员,在奉松路菰湖段开展打击非法营运“黑车”专项整治行动。

“在当天晚上的整治行动中,我们共查扣4辆疑似非法营运车辆。经查实,其中3辆为非法营运车辆,根据相关法律法规已经进行

处罚。”区交通运输局行政执法队八中队副中队长王彭勇告诉记者。

为保障乘客的出行安全,维护客运市场秩序,区交通运输局在2021年下半年专门组建“打黑小组”,采取高频率不定时、不定点的流动巡查方式,持续开展“黑车”、非法网约车整治行动,对城区内娱乐场所、人员密集场所以及奉化火车站周边等重点区域加大巡

查力度,并维持常态化整治,近两年来奉化火车站和城区的运输市场秩序得到明显好转。

“我们呼吁市民要通过正规平台或渠道乘坐合法营运车辆,拒绝乘坐‘黑车’,支持并配合执法部门查处‘黑车’。如果发现疑似‘黑车’情况,可拨打88598370举报,我们将第一时间查处。”王彭勇说。

本周天气转换频繁

“五一”假期天气状况较为适宜

本报讯(记者 孙嘉阳 见习记者 王怡宁 通讯员 沈绿草)本周,奉城将以26℃的最高气温开局迎来新的一周,但天气转换频繁。

29日开始天气受到高空槽、低涡切变和冷空气先后影响,白天局部有阵雨,夜里到30日冷暖交汇带来明显的雷阵雨,可伴有短时强降水、强对流天气,在冷空气影响下,气温也会明显下跌。好消息是“五一”假期前期我区的天气状况总体较为适宜。

奉化气象部门提醒市民:最近

天气转换频繁,注意及时加衣,避免受凉。“五一”假期期间,建议大家出行前多关注目的地和途经地的天气预报,合理安排出行计划。

奉化气象台本周预报:周一阴局部阵雨,后半夜转阵雨雷雨,19℃~26℃;周二阴有阵雨或雷雨,17℃~19℃;周三阴转多云,13℃~20℃;周四多云,12~21℃;周五多云转阴,13℃~23℃;周六多云到阴有阵雨或雷雨,14℃~21℃;周日多云到阴有阵雨或雷雨,18℃~28℃。

枸杞番茄在我区试种成功 为宁波首次引进品种

本报讯(记者 毛超峥 邢昊臻 通讯员 郑行娜)近日,由萧王庙街道引进的小番茄新品种——枸杞番茄迎来成熟期,经专家现场鉴定,这批枸杞番茄长势良好,达到预期目标。据悉,这是宁波首次引进该品种。

“你们前期的田间管理做得非常好,接下来的重点是要做好白粉病和其他病害的预防。”日前,浙江大学农业与生物技术学院教授陈利萍来到位于萧王庙街道的奉化泉溪江农场查看枸杞番茄的试种情况。今年年初,萧王庙街道从浙江大学蔬菜研究所陈利萍团队处引进了该品种,目前首批50株试种植株进入成熟期。

记者在现场看到,枸杞番茄果

型圆润,成熟后外观呈鲜红色。经过前期监测,证明枸杞番茄具有很好的耐寒性,此外,作为超长季节栽培品种,枸杞番茄在北方试种时,生长期可达10个月以上,四季开花、结果,既能有效减少劳动力和生产成本,也能增加经济效益。“枸杞番茄的抗病性很强,管理起来十分方便,并且外皮薄,口感好。”该农场管理员宋安德告诉记者。

水蜜桃、芋艿头、雷笋一直是萧王庙街道的主导农产品,近年来,该街道持续布局引进农业新品种,发展农业新业态。“这次试种品种长势良好,生长情况也得到了专家的肯定,接下来我们会根据植株的生长特性,做好推广试种工作。”萧王庙街道农办副主任王永存表示。

渔民下海“淘宝”忙

本报讯(记者 毛超峥 邢昊臻)对于看天吃饭的渔民来说,农历每月初一、十五的大潮日,是他们最为忙碌的时候。当海水褪去,露出原本隐秘于海面之下的海床,而正是这看似寻常的地方,却被靠海而生的渔民视为天然“宝库”。

4月26日下午2时,渔民孙师傅驾驶着自家的快艇出发,十几分钟后,快艇停在了菰湖街道洪溪村附近的海域。“再过一个小时,这片海域的海水就会退去。”孙师傅向记者解释道。随着时间的推移,海域附近聚集的渔民越来越多,半个小时后,海域中央的海床逐渐露出。

固定好船只后,孙师傅和他的朋友也加入到赶海的队伍中。他们要搜寻的货物是备受奉化人喜爱的野生海瓜子。

除了海瓜子外,这片海床上还

有不少其他“宝贝”。林航巍是土生土长的菰湖人,从小练就了赶海的技能。这次他的目标是身价更高的皮皮虾,“这种背上带黑点的皮皮虾才是正宗的野生皮皮虾。”林航巍向记者展示起了他的“战利品”。除了皮皮虾外,林航巍的网兜里还有猫眼螺、海葵等海鲜。

潮水退去的时间仅有2个小时,他们要在有限的时间里挖到尽量多的货物。和妻子一块搭档赶海的吴师傅自18岁起,与海打了50多年交道,每个月的大潮日,他们都会驾船来到这片海域赶海。只见两个人配合默契,吴师傅负责挖沙,他的妻子则用网筛清洗出泥沙里的海瓜子。“野生海瓜子的产量不稳定,去年每次可以收获近400斤,但今天才挖到100多斤,近期的批发收购价为每斤5元。”吴师傅告诉记者。

溪口的樱桃成熟了

本报讯(记者 郭怡灵 何腾涛 通讯员 江悻)眼下,溪口镇湖山村下周家村的正丰樱桃专业合作社迎来了丰收时刻。

步入樱桃林,一簇簇红色的果实如同宝石般镶嵌在树枝上,静静沐浴在金黄的阳光下。一阵春风拂过,枝丫轻轻摇曳,弥漫着淡淡的果香,小小的“红宝石”在绿叶的掩映下愈发诱人,让人忍不住伸手采摘,

品尝香甜。

“樱桃林面积大概7亩,今年雨水太多,收成没有去年好。”果园负责人王正定介绍道,“这些樱桃不会拿到市场上去卖,而是让游客自己来果园采摘,体验农家乐趣。”果园里,已经70多岁的王正定弯着腰在樱桃树间穿行,尽管额头和衣衫被汗水浸湿,但他依旧认真地照料着每一棵果树。

立夏将至

蛋类产品储备充足品种齐全

本报讯(记者 康诗文 何腾涛)随着立夏节气的脚步渐近,宁波农副 products 物流中心下属肉禽蛋批发市场的蛋类产品迎来了新一轮销售热潮。昨天上午,记者走访了该市场,一探蛋类的销售与储备情况。

在蛋类摊位前,记者看到一片繁忙的景象,商户正忙碌地装卸货物,顾客穿梭于摊位之间,选购心仪的产品。“这几天我们不仅销售鸡蛋、鹅蛋,也有鸵鸟蛋、珍珠蛋等,品种很齐全。”蛋类经营户干素连介

绍道,因为过几天就立夏了,目前蛋类需求很大。

为满足市民需求,物流中心积极组织经营户拓宽进货渠道,加大备货和监管力度,确保蛋类供应充足,市民买得放心。

据悉,为迎接“五一”小长假,市场还组织了“乐享‘五一’,放券惠民”活动,于4月26日至4月30日的每天上午9时在市场南门及地铁站周边发放5元现金抵用券和蛋套,为市民提供节日福利。

遗失声明

宁波市小通草贸易有限公司遗失宁波市奉化区市场监督管理局2023年2月15日颁发的统一社会信用代码91330283MAC8HAG162的营业执照正本一本,声明作废。

关注民生 服务群众 奉化城区民生商品价格监测信息						
采价日期:2024年4月28日						
分类	商品	规格	单位	三江超市	加贝超市	大润发超市
大米	东北大米	散装	元/500克	2.64	1.99	2.28
	苏北大米	散装	元/500克	2.35	-	2.19
	糯米	散装	元/500克	3.19	3.59	2.78
食用油	金龙鱼第二代调和油5L	桶装	元/5升	79.80	69.90	79.90
	金龙鱼第二代调和油2.5L	桶装	元/2.5升	-	-	21.95
	鲁花花生油	桶装	元/5升	155.00	169.00	169.90
	金龙鱼葵花原香调和油	桶装	元/5升	75.50	-	79.90
奶制品	荷兰乳牛多维营养奶粉	900克罐装	元/罐	-	-	-
	金领冠					
	幼儿配方奶粉12-36月	900克罐装	元/罐	-	-	178.00
	蒙牛纯牛奶	盒装	元/250毫升	2.85	2.60	3.30
	伊利纯牛奶	盒装	元/250毫升	3.09	-	3.20
肉	猪肉	后腿肉	元/500克	10.90	10.90	15.80
		条肉	元/500克	15.90	14.90	21.60
	牛肉	无骨腿肉	元/500克	35.90	55.90	47.90
蛋	鸡蛋	新鲜完整	元/500克	4.79	4.49	4.80
煤气	瓶装液化气	14±0.2公斤	元/瓶	130.00	奉化煤气公司	

注:三江超市为南山路店,加贝超市为中山路店;以上价格均为采价时的价格,不作为其他时间购买依据。