

“坐诊”变“走诊” 陈学长“走”进村民心坎里

“陈医生，又来啦！”

5月18日下午，鄞州区塘溪镇邹溪村。阳光透过老樟树，在青石板路上洒下细碎的光斑。陈学长背着深蓝色出诊箱刚走进巷口，坐在树下乘凉的王阿婆就笑着冲他喊了一声。他笑着扭头回应，白大褂的衣角被风轻掀起——衣角飘动间，藏着十五年基层行医的温情。

记者 陈敏 通讯员 钱玲娜 朱雅琴

“我上门来，你们不用跑”

5月19日是“世界家庭医生日”。今年的主题是“签约有实感，服务有温度”。对陈学长来说，这句话不是口号，而是他每天走过的路、敲过的门。

作为塘溪镇的一名家庭医生，他扎根乡野十五年，先后在童村、邹溪村等多个村的卫生室服务。村民们说：“陈医生不是坐诊的，是走诊的。”

“邵阿姨，今天伤口还疼不疼？”

他轻轻推开院门，把出诊箱稳稳放在石阶上，熟练地拿出碘伏、纱布。72岁的邵阿姨三个月前在雨天摔伤，做了骨折手术，术后需要定期换药。可老人家行动不便，去医院折腾一趟实在不容易。

“我上门来，你们不用跑。”陈学长主动揽下了这个活。这一跑，就是一个多月。

他蹲下身，小心翼翼地解开老人腿上的纱布，指尖轻轻地拂过伤口边缘。棉签蘸着碘伏，一圈一圈细细擦拭，动作很轻，生怕弄疼了老人。

邵阿姨攥着他的手，眼眶有点红：“陈医生，你天天跑，太辛苦了。”

他笑着摆手：“应该的。不舒服随时给我打电话。”

告别邵阿姨，陈学长又匆匆赶往90岁的张大爷家。

张大爷常年卧病在床，患高血压、心脏病，一身慢性病。推开门，一股淡淡的药味扑面而来。陈学长先轻轻摸了摸老人的额头，又弯腰帮他掖了掖被角，这才拿出血压计和血糖仪。“心跳稍微慢了一点，血压血糖都平稳。药按原来的剂量吃，饭后半小时服，吸收更好。”他一边记数据，一边叮嘱家

属照护的细节，语气像是在跟自家人说话。

这样的上门服务，是陈学长的工作日常。一个下午，他背着那只沉甸甸的出诊箱，在小巷里来回穿梭，先后为5名村民送诊。夕阳西下，汗珠顺着他的脸颊滑落，白大褂的领口湿透了，眼里有疲惫，可脸上的笑容还是暖的。

“家庭医生不只是看病”

“家庭医生不只是看病，更要帮村民解决实实在在的困难。”这句话，陈学长不只是挂在嘴上。

两年前，91岁的张大爷做完肠道手术，腹部伤口迟迟没有愈合，反复感染。家属跑了好几家医院，急得团团转，最后向陈学长求助。

他第一时间上门评估，制定了一套专门的护理方案。从那以后，两个多月，不管刮风下雨，他每天利用空闲时间出现在张大爷家——换药、清创、手把手教家属怎么照护。

功夫不负有心人。老人的伤口慢慢愈合了，后来竟能重新下床走动。家属激动得不行：“大医院没解决的难题，陈医生在家门口帮我们办了！”

在陈学长心里，家庭医生还有一个重要角色——疾病防控的“前哨”。

童村80多岁的童大爷，体检时发现PSA指标异常，医生建议他转诊做进一步检查。可老人害怕穿刺活检，自己偷偷出了院。陈学长没有放弃。下班后，一趟一趟往童大爷家跑。他不是讲大道理，而是打比方：“肿瘤就像地里的杂草。刚冒芽的时候拔掉，田地就保住了；等长满了，再想除就难了。”

老人被这番话打动了，也被陈



陈学长上门送健康服务。

(陈敏 钱玲娜 朱雅琴 摄)

学长的真诚感动了。陈学长又主动协调上级医院，帮老人加急转诊。最后确诊是早期前列腺癌，手术很成功，预后非常好。如今，陈学长已经调离童村，可童大爷仍会坐着公交车，专门出村来找他看病。在老人心里，陈学长不光是医生，更是值得托付的亲人。

“乡亲们需要，我就守到底”

建立居民健康档案、慢病随访、老年人体检、急救救援……十五年来，陈学长的服务清单越拉越长。他的手机，是24小时不关机的“村民健康热线”。

有一次，童村一名老人在山上干活，不小心被柴刀砍伤了脚背，伤口深可见骨。陈学长接到求助电话后，立刻背着急救包，先乘车赶到山脚下，又徒步爬山半小时找到老人。他当场紧急包扎止血，再把老人护送上山救治，争取到了最佳

治疗时间。

陈学长毕业于温州医科大学。他的很多同学进了大医院，如今成了各个科室的骨干。几年前，他自己也曾有机会考入宁波市区的大医院——那是多少基层医生梦寐以求的机会。可村民们听说后，纷纷上门挽留：“陈医生，你别走。”“我们离不开你。”

他最终放弃了那个机会。

“我在农村长大，最懂乡亲们看病的难处。”他说这话时，眼神很坚定，“乡亲们需要，我就守到底。”

陈学长的坚守，从来不是孤军奋战。

在宁波，还有近4000名基层家庭医生，和他一样扎根在基层一线。每一天，他们穿梭在街巷和村落之间，把贴心的服务送到百姓家门口。他们用最平凡的坚守，筑起了基层健康的第一道防线。

甬杭对决 吴越杯榜首大战今日打响

记者 龚旭琪

甬杭大战，一触即发。2026年浙江城市足球联赛（吴越杯）激战正酣，榜首之争进入白热化阶段。今天，积分榜领头羊宁波队将奔赴客场，与排名第二的杭州队展开强强对话。这场决定榜首归属的巅峰对决，必将成为本轮比赛的重头戏。

截至目前，宁波队以7胜1平的不败战绩稳居榜首，球队攻防两端表现惊艳，总计打入18球仅失5球，净胜球高达13个，是联赛攻击力最强的队伍。球队豪取七连胜，上一轮主场力克温州队，进一步巩固领先优势。

紧随其后的杭州队实力同样不俗，7胜1平1负积22分位列次席，打进17球失7球，攻防效

率仅次于宁波队。杭州队近期势头迅猛，上一轮客场完胜温州队，全队士气正盛。此役坐拥主场之利，杭州队势必全力阻击宁波队，缩小积分差距。

宁波队主打攻防均衡的战术体系，核心球员发挥稳定。

总体上看，宁波队客场作战经验丰富，心理素质过硬，擅长在强强对话中把握战机。

不过，杭州队打法偏向主动进取，进攻阶段全队整体压上站位，虽能高效完成前场逼抢施压，但容易在后场留出防守空档。一旦被对手抢断持球发起快速反击，直击本方防线身后区域，极易制造门前险情。

今天，杭州上城体育中心体育场，让我们一起为宁波队加油，同时期待两队带来一场精彩的较量。



宁波队。

(徐诚 摄)

新赛季“浙BA” 宁波队球员招募开启

本报讯（记者龚旭琪 通讯员罗霄潇）首届“浙BA”的赛场呐喊还在耳畔，2026新赛季赛事战火重燃。宁波正式启动2026赛季宁波队精英球员公开招募工作，诚邀全市热爱篮球、球技过硬的篮球爱好者，身披宁波战袍，站上全省赛场，为甬城争光、为家乡而战。

本次招募面向中华人民共和国男性公民，要求为2008年5月31日（含）前出生，且须符合以下属地条件之一：一是持有宁波市身份证号（3302开头）；二是在宁波市落户满2年及以上，且在宁波市连续缴纳社保满2年及以上。

存在以下情况之一的，不得报名参加：参加过CBA、NBL、超三等国内外篮球联赛职业队及职业队青年梯队（含注册过但未上场的）；参加过任意一届中国大学生篮球联赛（含原CUBA高水平组、现CUBAL一级联赛）分区赛及以上的。注：资格认定以各类联赛官方手册（或秩序册等）中的报名名单为准。

即日起，符合条件的篮球爱好者均可咨询报名。咨询电话：13685709655 袁老师（微信同号），添加请备注：“浙BA”咨询+姓名。

此外，本次招募同步开启球员推荐福利活动，欢迎广大市民挖掘、推荐身边的篮球高手，若推荐球员成功入选宁波队，推荐者将获得“浙BA”周边礼包一份！

2026“浙BA”即将打响，期待每一个心怀篮球梦的你，用汗水与拼搏为宁波而战。

民声

让学习融入烟火日常

郭宝哲

上周，市民夜校的宁波地铁教学点迎来首周开课。作为省内首个地铁站里的市民夜校，它充分利用日常通勤的地下空间，让市民搭乘地铁、出站即学，为自己“赋能充电”（5月19日《宁波日报》民生版）。

更可贵的是，这股学习热潮里，藏着当代人最珍贵的状态，不躺平、不敷衍，在忙碌中依然愿意为自己充电。他们中有自媒体人想抓住AI风口，有工厂职工希望用新媒体拓宽销路，有普通上班族力求提升职场竞争力。大家职业不同、目标各异，却都愿意在本该休息的夜晚，奔赴一场自我提升的约定。这不是内卷，而是对生活的认真，对未来的负责，平凡人努力向上的模样，就是城市最生动的风景。

把夜校办进地铁，更是城市公共空间的温柔创新。地铁不只是赶路的通道，更是融入日常的生活圈；学习不只是校园里的课，而是伴随一生的习惯。宁波让终身学习不再是口号，而是人人可及的日常。尽管初期还有不足，但愿意倾听需求、不断优化完善，本身就是最务实的态度。

期待这样的暖心尝试越来越多，让学习融入烟火日常。

（欢迎投稿，来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com）

绣球花展今日启幕 万株绣球花 等你来打卡

宁波一年一度的顶流花事，如期赴约！

昨天，记者从宁波市园林绿化中心获悉，由其主办的第六届宁波“东方幻境”绣球花展，将于5月20日至6月10日，在宁波园林博物馆&绿岛公园向市民开放。今年的花展以“东方幻境”为主题，展现东方美学的精神内核。易多阳台、万华镜、夏洛特公主、花手鞠等50余个精品绣球花品种，共1.2万株绣球花亮相展会。

自2021年首届花展举办以来，绿岛公园绣球花展已成为宁波初夏标志性花事“名片”，吸引超百万市民游客前来打卡。

（王嘉彬 寿晓毅 摄）



69元起！宁波公运景区直通车“上新”

本报讯（记者金鹭 通讯员林驰烨）昨天，正值“5·19中国旅游日”，宁波推出多条景区直通车线路，满足市民短途出游需求。

记者从宁波公运集团了解到，此次“上新”的惠民专线涵盖古镇漫游、寺庙祈福、户外探索三大主题，涉及象山、绍兴、苏州、湖州等多个热门目的地，最低票价仅69元。

其中，湖州荻港古镇专线7:38从鼓楼石油大厦、7:58从第六空

间停车场（姚隘路）发车，17:00返程。在该古镇，旅客可观赏全球重要农业文化遗产“桑基鱼塘”，感受原生态古村烟火气十足的街巷。

苏州直用古镇专线发车时间与荻港古镇一致，这座古镇被称为“神州水乡第一镇”，拥有2500多年历史，汇集保圣寺、万盛米行、叶圣陶纪念馆等人文景点。

其中，宁波八大寺巡礼专线串联龙华寺、永济禅寺、阿育王寺、天童寺等八大寺院，将于5月24日

发车，6:58从第六空间停车场（姚隘路）、7:18从鼓楼石油大厦出发，15:50返程，往返票价88元。

此外，绍兴平水寺和舜王庙专线即日起常态化发车，发车时间为每周二、周四、周六、周日，7:28从第六空间停车场（姚隘路）、7:48从鼓楼石油大厦出发，往返票价79元。

特别提示，平水寺提供20元/人的斋饭，需提前预约，费用自理。

亲子撒欢·户外探索专线则瞄准亲子家庭及户外爱好者，推出象

山东海灵岩专线，定于5月19日发车，8:08从鼓楼石油大厦、8:28从

第六空间停车场（姚隘路）出发，15:30返程，往返票价仅69元。

该线路直达被誉为“浙东第一壮观”的象山东海灵岩。该景区悬崖峭壁林立，配套飞拉达、双轨滑道等高空体验项目，旅客既能感受自然壮阔，又能体验户外乐趣，是亲子打卡、户外探险的优选之地。

记者了解到，此次推出的所有线路均需10人成团，具体班次以实际售票情况为准。

市民如需了解更多线路详情、预约购票，可通过宁波公运小程序“景区直通车”板块查询办理。