

今年12月,东钱湖区域内首个商业综合体钱湖印将正式开业,该项目将填补东钱湖长期以来的商业空白。这是记者最近从东钱湖投资集团获悉的。

年底开业! 东钱湖首个商业综合体来了



钱湖印项目现场。

1 主体建筑已全面竣工

至今仍少一座商业综合体的东钱湖,即将迎来商业升级的重要一步。

6月19日午间,记者来到位于东钱湖大明路上的钱湖印商业广场项目。作为东钱湖首个商业综合体,这座备受瞩目的商业广场项目主体建筑已全面竣工,大片的玻璃幕墙在阳光照射下泛着粼粼波光,占地面积不小的外广场正在如火如荼进行最后阶段的施工。

记者从宁波东钱湖投资集团获

悉,该项目预计今年12月底正式亮相,目前正进行有序招商工作,招商进度已超过40%,其目标定位是集零售商业、文化娱乐、商务办公等功能的城市综合配套体。

从项目进度看,今年年初,钱湖印商业广场项目正式通过竣工验收。根据公开信息,该项目总投资超5.2亿元,总建筑面积逾5.5万平方米,其中地上建筑面积约3.7万平方米,地下建筑面积约1.8万平方米,由8个单体建筑组成。

2 填补区域商业空白

住在钱湖印对面澜湖郡小区的业主林女士对此充满期待:“我们现在要逛个街、吃个饭,一般都得开车20分钟到鄞州中心区的万达商圈或钱湖北路商圈,或者到东部新城,以后家门口就能满足需求了,肯定方便很多。”

确如消费者所感知的,长期以来,东钱湖区域一直面临商业综合体空白的窘境。东钱湖需要什么样的商业广场?

项目周边成熟社区较多。

从区位看,钱湖印位于东钱湖新城片区北部组团,小洋江东侧沿河绿带以东,规划社区卫生服务中心以南,大明路以西,新城幼儿园以北,周边社区密集度较高,澜湖郡、中海阳光玫瑰园、中海东湖观邸、雅戈尔香颂湾、荣安观棠晴雨、景湖水岸、钱湖景苑等成熟社区均在其2公里直径范围内。与此同时,其与东钱湖景区服务中心相距也仅2.7公里。

这意味着,该项目或可在留住东钱湖本地人口流量的同时,也与景区资源共享游客红利,并延长游客停留时间,带动二次消费。

据宁波东钱湖投资集团方面提供的信息,接下来招商方向将着重布局品质住宿、精品零售、精致餐饮、亲子娱乐及文化体验等方面,引入本地及国内优质品牌。项目建成后将成为东钱湖首个集“时尚、休闲、娱乐、便利”于一体的购物街区,成为品质化、精致化、大众化且具有东钱湖辨识度的商业地标。

据公开信息,2024年,东钱湖全域旅游接待量900万人次,旅游收入67.09亿元,均同比增长15%以上。至2020年,东钱湖镇常住人口为9.26万人。根据《东钱湖镇国土空间总体规划(2021年-2035年)》的规划,东钱湖镇域到2035年的常住人口规模将达到12.5万人。

记者 史妮超 通讯员 李颖



三伏贴。



火龙灸。

一年一度的“黄金”养生期来了 宁波市中医院开启“冬病夏治”预约通道! 哪些人适合? 都有哪些方法?

借天时“火种”守护冬日健康 中医“冬病夏治”方法多

“冬病夏治”根据“春夏养阳”与“治未病”的中医理论,利用夏季气温高、人的机体阳气充沛、体表经络中气血旺盛、疾病发作缓解的有利时机,通过中医体质辨识后,对于一些在冬季容易发生或加重的疾病,在夏季给予针对性治疗,提高机体的抗病能力,从而使冬季易发生或加重的病症减轻或消失,使人体达到“正气存内 邪不可干”的状态,以达到治疗、调养和预防疾病的目的,是中医学“天人合一”的整体观和“未病先防”疾病预防观的具体运用。

提到“冬病夏治”,很多人都会想到三伏贴。实际上,“冬病夏治”的方法很多,除了最具代表性的三伏贴,还有针灸、艾灸、埋线、刮痧、拔罐或内服药物等。

三伏贴是“冬病夏治”最常用的方法之一。具体方法是以中药直接贴敷于穴位,经由中药刺激体表穴位,通过经络的传导和调整,可纠正脏腑阴阳的偏衰,改善经络气血的运行,对五脏六腑的生理功能和病理状态,产生良好、温和的治疗和调整作用,从而达到以肤固表、以表托毒、以经通脏、以穴驱邪和

扶正强身的目的。

三伏天“灸疗”通过对经络腧穴的温热刺激,令阳气渗入穴位经络,再通过经络的气血直达病处,标本兼治。有温经通络、升阳举陷、行气活血、祛寒逐湿等作用,在三伏天施灸就是借天时增强机体免疫功能。

哪些人群适合“冬病夏治”? 14个科室对症施治,各有所长

这些年,冬病夏治不仅仅是老人和孩童的“主场”,越来越多的年轻人加入了养生队伍,也给它再添了一把火。那么,到底哪些人适合“冬病夏治”呢?

以三伏贴为例,它的适应症很广,包括哮喘、过敏性鼻炎、鼻窦炎、慢性咳嗽、慢性支气管炎、慢性咽炎、慢性阻塞性肺气肿等呼吸系统疾病;各种关节疼痛及肢体麻木、肩周炎、风湿性关节炎、强直性脊柱炎等,对部分妇科和儿科疾病也有一定效果,阳虚型体质人群、免疫功能低下的老年人群都可试试。

记者从宁波市中医院了解到,儿科、耳鼻喉科、肺病科、风湿免疫科、感染(肺病)科、妇科、男科、内分泌科、皮肤医美中心、肾病科、中医经典治未病、肿瘤科、鄞州门诊部、过敏性疾病诊疗中心这14个科室都将开展“冬病夏治”项目。相关科室的具体贴敷时间略有

不同,贴敷方法也因人而异。具体可咨询相关科室。

比如,儿科拟开展穴位贴敷、中药调治,主要适应人群为年龄在2周岁以上,有支气管哮喘、支气管炎、过敏性咳嗽、反复呼吸道感染、过敏性鼻炎、慢性咽喉炎、慢性扁桃体炎、厌食、消化不良、慢性腹泻、胃肠功能紊乱等病史的患儿;中医辨证属于肺脾气虚或脾肾阳虚证者。

耳鼻喉科拟开展中药穴位贴敷,适应人群有慢性分泌性中耳炎;过敏性鼻炎、慢性鼻炎变应性鼻炎、鼻窦炎;慢性咽炎、慢性扁桃体炎、咽异感症、喉源性咳嗽;还适用腺样体肥大、过敏性咳嗽、反复感冒、咳嗽等疾病属虚寒者。

肺病科主要开展以中药调治、“喘可治针”穴位注射、“止咳平喘贴”穴位贴敷等手段为主的“冬病夏治”。主要针对慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘、过敏性鼻炎等慢性呼吸系统疾病,反复呼吸道感染缓解期(如咽炎、扁桃体炎、支气管炎、支气管肺炎等)以及免疫功能低下的老年人群。

据介绍,目前该院已开通微信预约、电话预约、自助预约、复诊预约、网上预约等多种方式,感兴趣的市民可自行预约。

记者 庞锦燕 通讯员 陈君艳

气温不断升高,“冬病夏治”的黄金期即将到来。根据传统中医理论,三伏天是治疗鼻炎、过敏、虚寒等慢性病的好时机,更有利于疏通经络、调理气血、祛湿排寒。

记者了解到,宁波市中医院已开启2025年“冬病夏治”预约通道,该院14个科室共同开展以三伏贴为主的“冬病夏治”。2025年“冬病夏治”三伏贴时间为6月21日~8月18日。

哪些人适合“冬病夏治”? 都有哪些方法? 具体怎么治?