

他拍的镇海炼化夜景
被外交部发言人毛宁点赞转发

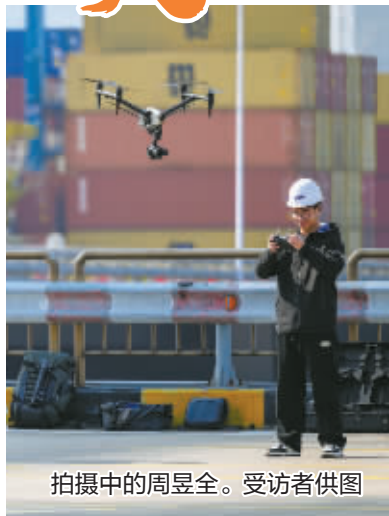
航拍青年周昱全： 让更多人看到宁波的美

近日，外交部发言人毛宁在海外社交平台X(原推特)上点赞并转发了一则展现浙江宁波镇海炼化夜景的航拍视频，并配文赞叹：“夜幕下的浙江宁波镇海炼化灯火璀璨，犹如钢铁巨人苏醒。”

这则视频的创作者，是来自宁波的“05后”青年周昱全。



周昱全拍摄的镇海炼化夜景。



拍摄中的周昱全。受访者供图

回忆起作品被外交部发言人转发，周昱全坦言：“我觉得很荣幸！”

这则惊艳全球的视频拍摄于今年8月13日夜晚。

为了这个镜头，周昱全做了充分准备：“我前后去了两三趟，踩点、协调机器，还要计算距离和镜头焦距。”

他采用了一种特殊的拍摄方式——DNG序列拍摄，用他的话说就是：“1秒1个GB，那段视频总共2000张照片，我要批量调色后再合成视频。这种方式在宁波用的人不多，因为工程量实在太大了。”

视频在今年9月中旬制作完成，10月初在某社交平台发布后，迅速获得近1.8万点赞。随后，浙江

省国际传播中心联系他授权使用。

“他们跟我说视频是外交部向他们要的，可能会发。”周昱全回忆道，“我觉得这是一个宣传宁波的好机会，很干脆就答应授权了。”

其实，这不是周昱全第一个走红的视频。

2024年，他耗时1年的航拍作品《这里是宁波》，成为很多人用来介绍宁波的名片。“那段时间我早出晚归，放弃所有的休息时间，甚至除夕夜还在外面忙着拍烟花。”周昱全说。

《这里是宁波》走红后，周昱全成为宁波发布特约摄影师，“我又多了一个可以展示美丽宁波的平台。”

如今，致力于宣传家乡宁波，已成为周昱全不变的追求。

尽管正在杭州求学，但每个周末他都会回到宁波。“有单子就干单子，没单子就拍素材。”这种执着源于他对家乡深厚的情感，“我是土生土长的宁波人，在这片土地生活了20年，对这里有感情。”

他透露，未来还想继续升级《这里是宁波》系列：“我希望能做个5分钟以上的长片，不只是展示风景，还要把宁波的重大活动、城市变化都融进去。”

这位宁波青年摄影师，用镜头书写着自己的航拍人生，也用行动践行着宣传家乡的使命。

“毕竟我的家乡在宁波，我肯定要尽自己所能，让更多人看到宁波的美。”周昱全说。 记者 张志龙

15年修“爱心伞”的李启旺
获奖5000元

他打算用这笔钱
来做一件事……

15年坚持做一件好事，会收获怎样的回响？

在北仑区新碶街道，67岁的李启旺用行动给出答案——15年来，他回收被丢弃或破损的雨伞，修修补补后免费供路人取用，1700多把“爱心伞”，帮许多路人避开了淋雨的狼狈与尴尬(本报10月23日曾报道)。

这份默默的坚守，在10月23日这天，迎来温暖回应：宁波晚报联合阿里巴巴“天天正能量”授予他“小微公益行动者专项奖”，为他颁发5000元奖金。

据悉，“天天正能量”是阿里巴巴公益联合宁波晚报在内的全国400多家主流媒体共同打造的知名公益项目，关注、鼓励、传播平凡人的“真善美”，截止到目前，已累计奖励14000多人，投入公益金超亿元。此次为李启旺颁奖，正是想让这份“邻里守望”的温情被更多人看见。

“天天正能量”给李启旺的颁奖词是这样写的：

1700多把破损的雨伞，在他手中重获新生；1700多次无声的善意，被悬挂在路边，静静等待需要它的人。“不还也没关系”，是他最朴素的信任；“有人用才有价值”，是他最坚定的信念。他的修理铺，是社区公益最生动的课堂。一把把“共享晴雨”，度量着城市的温度，照亮了社区的归途。没有宏大的叙事，不求任何回报，他让“物尽其用”的美德生根发芽，让“邻里守望”的温情在伞下流淌，悄然营造出一个互助、友善、充满人情味的社区氛围。

谈及5000元奖金，李启旺的想法很实在：打算拿出一部分，采购一些生活物资，送给有需要的家庭，或是扩充“爱心伞”的库存量。“其实我最希望的是‘爱心伞’行动能得到更多人的支持，有更多人参与进来。”

记者 陈烨 通讯员 陈红

从“不毛之地”到“浓密树林” 一位35岁男性半年告别“秃顶焦虑”

年纪不大，头发却越来越少……如今，受脱发困扰的年轻人越来越多，35岁的阿强(化名)就是其中之一。然而，经过半年的规范治疗，他原本稀疏的头顶竟重新茂密起来，这中间究竟发生了什么？

“真没想到变化会这么大！以前天再热也不敢摘帽子，现在终于可以自信出门了。”上周，阿强来到宁波大学附属第一医院皮肤科许素玲教授的门诊复诊。看着阿强现在“郁郁葱葱”的发型，许教授翻出手机中存下的他初次就诊时的照片——对比之下，效果惊人。

半年前，阿强“全副武装”来到许素玲教授的门诊。在此之前，他为治脱发四处求医，试过不少药物，却始终无效。就在他几乎放弃希望，认定“这辈子就这样了”的时候，家人带他找到许教授，想最后试一试。

毛囊镜检查发现，阿强的大部分头顶毛囊呈明显“微小化”，这是典型的脂溢性脱发，即俗称的“雄秃”“男性脱发”。“微小化”的毛囊是不可逆的，但残留的毛囊有机会挽救。不过许教授告诫阿强，除了认真配合治疗外，他的生活习惯也一定要改改。原来，熬夜、饮食不当、压力大等容易导致脱发的因素阿强都有。接下来，许教授给阿强安排了为期半年的治疗计划。

“头发的生长就像庄稼一样，土壤、施肥、浇水、阳光雨露一个都不能少。”许教授介绍，阿强先是口服药物改善“土壤”环境；同时每个月三次到医院做毛囊营养液导入助力头发生长，这好比给庄稼施肥、浇水；再配合每个月三次的激光

生发治疗，作用是减少炎症、减少皮脂分泌、促进毛囊生长。与此同时，医生要求阿强不能熬夜，每晚睡觉时间不超过11点，饮食要规律，少吃辛辣、甜腻的食物。

认真治疗3个月后，阿强发现自己的新头发开始冒头。到半年后，他的头发即使剪得比较短也能轻松覆盖头皮，再也不用戴帽子出门了。

“来门诊看脱发的人群中，有一半左右是40岁以下的年轻人。”许素玲教授介绍，由于熬夜、饮食不规律、生活工作压力大，如今受脱发困扰的年轻人越来越多。还有些年轻人瘦身减肥，导致营养缺乏，也可能导致脱发。

宁波大学附属第一医院皮肤科范欣医生是许素玲教授团队的成员之一。范医生介绍，每根头发的生长都会经历三个周期，分别是生长期(约2年-6年)、退行期(约2周-3周)和休止期(约3个月)。其中，处于休止期的头发是决定脱发与否的关键因素，因为休止期头发的毛囊会暂时“休眠”，并在这段时间结束



许教授在给患者检查头发。

时脱落旧发，为新生发丝腾出位置。因此，很多脱发治疗药物的首要作用，是将大量处于休止期、即将脱落的毛囊重新“唤醒”，使其回归生长期。这个从“休眠”到“苏醒”，再到旧发脱落、新发生长的过程，正好需要约3个月来完成一次更替。所以，治疗脱发，持续3个月是关键节点。

记者 孙美星