

宁波城铁发布 清明高峰班次客流预警

清明假期将至,宁波城铁发布出行高峰班次客流预警,为防止列车超员,确保安全,城铁车站将对大客流车次采取现场限流。

重点车次预警

4月3日至6日,由宁波始发至绍兴的S2210次(宁波站发车15:59)四编组列车,视客流情况限流乘车,建议旅客错峰出行。

4月4日至6日,由钱清站始发经停余姚站的S2205次(余姚站发车9:09)四编组列车,视客流情况限流乘车,建议旅客错峰出行,可乘坐S2203次(余姚站发车7:25)或S2207次(余姚站发车10:06)前往宁波。

4月3日、6日,由杭州南站始发经停余姚站的S2103次(发车17:19)将迎来大客流,请乘坐该次车的旅客提前预约,未预约的旅客不能进站乘车。

宁波城铁相关人士提醒旅客,在城铁宁波站、余姚站、杭州南站乘坐S2101次、S2102次、S2103次、S2104次杭甬城际列车必须预约乘车,预约分为“有座预约”和“无座预约”,因座位数量有限,如遇预约成功但无座席位的则为无座。余姚站预约上车的仅限“无座预约”。如您没有预约到座位的,可选择无人的“爱心座”就坐,严禁“霸座”。

记者 范洪 通讯员 陈旭利



消防部门开展 清明祭扫安全专项检查

清明将至,全市祭扫活动进入高峰期,山林、墓园火灾风险陡增。为防范化解祭扫期间各类火灾隐患,近日,宁波市消防救援局提前部署、主动作为,在全市开展清明祭扫消防安全专项检查和防火宣传,全方位守护群众祭扫安全。

该局聚焦全市墓园、祭祀场所及周边香烛商铺,开展拉网式隐患排查,督促场所管理方压实主体责任,落实不间断巡查。同时,组织工作人员分组前往各墓园动态巡逻,劝阻违规用火,普及防火知识,引导市民践行鲜花祭扫、网络祭扫等绿色文明方式。

各地专职消防队同步加入“护航”队伍。在宁海,长街专职消防队的消防车穿梭于乡间田野,利用车载喇叭循环播报清明防火提示,把“平安声”送到百姓耳边。队员们深入乡村,逐户走访,讲解野外用火规范,排查家庭火灾隐患,以“零距离”服务提升村民防火意识。

消防部门提醒:清明祭扫勿忘消防安全,自觉遵守防火规定,文明祭扫、绿色祭扫,共护甬城平安。

记者 马涛 通讯员 鲍小静 杨贤娇

余姚查获 首起“幽灵外卖”案

近日,余姚市市场监管局整治网络餐饮领域违法违规乱象,查获该市首起“幽灵外卖”案。

近日,该局工作人员在整治行动中,发现马渚镇一家蛋糕店长期大门紧闭,其注册地址未发现实际经营迹象,外卖平台上却显示该店是一家月销400单的网红蛋糕店。执法人员联系经营者,现场发现该蛋糕店内既无制作蛋糕所需的原材料、工具设备,也不符合正常经营门店的经营状态。而核查订单发现,该店在前一天晚间仍有一笔蛋糕线上配送订单,且配送订单起送点并非其注册经营地址,涉嫌存在“线上有店、线下无店”的违规经营行为。

经深入核实,当事人为了提升在外卖平台的曝光率、增加接单量,共持有3本营业执照,分别对应不同的外卖店铺账号。为节省成本,将所有外卖订单集中在一家门店进行制作,属于典型的“幽灵外卖”违规经营模式。

该行为已涉嫌违反《网络餐饮服务食品安全监督管理办法》的相关规定。目前,该案件正在进一步调查处理中。

通讯员 张松高 罗琳 罗志君

福彩开奖信息

双色球第2026036期:06 10 12 15 22 28 08
3D第2026082期:9 4 2
15选5第2026082期:02 05 06 09 13
快乐8第2026082期:02 05 11 16 23 25 26
29 33 39 57 62 64 68 69 74 76 77 79 80

体彩开奖信息

20选5第26082期:
01 02 08 18 19
排列5第26082期:
0 4 8 3 8

(均以公证开奖结果为准)

浙里名医

浙江省名中医周开:三十余载守正融西 仁心护佑内分泌安康



2025年下半年,浙江省名中医名单公布,宁波市中医院钟光辉、陈宁刚、洪波、周开、叶利群、张奕、洪淦、金甬8位专家获此殊荣。我们走近这8位省名中医的工作日常,挖掘他们与中医的不解之缘,看他们如何在传承与创新中找到平衡,让古老的中医在新时代焕发新活力。

内分泌病病程长、需要持续管理,不少患者容易因病情稳定就“失联”,但在浙江省名中医、宁波市中医院内分泌科主任周开的门诊里,却是另一番景象——许多人一跟就是二三十年,从青丝看到白发,始终把他当作最放心的健康守护者。

从医三十多年,周开不改中医济世初心,深耕内分泌领域持续提升自我,坚持中医辨证、西医互补,赢得患者长久信赖,默默守护着一方百姓的内分泌健康。

因一段骨折经历 悄然种下对中医的向往

生于教师世家的他,原本承载着家人“传道授业”的期许,却因少年时的骨折,他与中医结下不解之缘。初三那年,他意外骨折,当地卫生院的医生以传统中医骨科之术为他复位,后续辅以中药调理、手法养护,肿胀和疼痛很快缓解,且没有留

下任何后遗症。正是这份亲身经历的温暖与奇效,让他真切触摸到中医的魅力,在心底悄悄埋下了向往的种子。

怀揣着这份赤诚向往,周开如愿踏入浙江中医药大学的校门,从此一头扎进中医经典的浩瀚海洋。在众多

典籍中,《金匱要略》及其校注本是他大学时期及工作后反复研读的“珍宝”。《金匱要略》原著为他稳稳搭建起中医杂病辨证论治的核心框架;校注本帮他更透彻地领悟原著中脏腑病机、方药配伍的深层精髓,为后续打下扎实的经典根基。

看中中医在内分泌的广阔发展空间 不断在临床实践中打磨技艺

毕业实习时,周开对内分泌科产生了浓厚兴趣。他敏锐察觉到,随着人们生活方式的转变,糖尿病、甲状腺疾病等内分泌疾病的发病率逐年攀升,中医在整体调理、改善躯体症状方面有着不可替代的优势;另外,内分泌疾病多与体质偏颇、情志失调、脏腑功能紊乱密切相关,这恰好与中医“整体观、辨证论治”的核心精髓高度契合。

1995年,周开到宁波市中医院大内科工作后,拜在全国名老中医、浙江

省国医名师王晖教授门下求学问道。恩师行医路上的一言一行、一举一动,让他真正读懂了“医者仁心”背后的千钧重量。此后,他又跟随院内多位名中医潜心钻研,在日复一日的临床实践中打磨诊疗技艺。

时光流转,周开对中医的热爱也从最初的向往,沉淀为深入骨髓的坚守。2003年,为了补齐自身短板、拓宽诊疗思路,他奔赴上海瑞金医院,专攻西医内分泌半年,系统学习西医精准诊疗技术、血糖监测与并发症筛查

方法,努力实现中西医理念的有机融合。进修归来后,周开继续跟随王晖深耕中医临床,将所学西医知识与中医辨证论治、整体调理的优势巧妙结合,在临床实践中不断探索、反复验证。

在自身深耕临床、精进医术的同时,周开从未忘记中医传承的使命。他牵头搭建起老中青三代人才梯队,毫无保留地分享自己的临床经验、处方心得,手把手教年轻医师辨证、开方、问诊,助力年轻医师快速成长。

门诊中有很多追随二三十年的“熟面孔” 他为患者带去穿越岁月的希望

深耕临床三十余载,周开的医术与仁心,早已被患者铭记于心,他的门诊里,有很多追随了二三十年的老患者。有糖尿病患者从中年到老年,一路在他的调理下保持血糖平稳,有效规避了并发症;有甲状腺疾病患者辗转多家医院无果,在他中西结合的精准调理下,不适症状明显改善;还有不少受代谢综合征、更年期综合征困扰的患者,在西医控制指标的基础上,

借助他的中医整体调理,摆脱了长期困扰的乏力、失眠、情绪不稳等难题。

在守护患者安康的同时,周开始终将学科建设放在心头,以“攻坚克难、守正创新”的劲头,带领团队一步步实现跨越式发展,该院内分泌科于2013年成功跻身宁波市首家国家临床重点专科(中医),成为宁波中医内分泌领域当之无愧的标杆科室。

科研路上,他同样躬身前行、大胆

探索,不仅继承发展了《内经》气病理论,更将这一中医精髓与现代医学理论深度融合,把糖尿病“四期辨证”及“五脏五体辨证”灵活应用于糖尿病的未病先防、已病防变中;他主持、参与省市级科研项目20余项,斩获浙江省科学技术进步奖、中医药科技进步奖等多项荣誉,用扎实的科研成果为临床诊疗赋能,让更多患者受益。

记者 庞锦燕 通讯员 陈君艳