

宁波城铁“阳明号”动车组。

宁波城铁发布中秋大客流提醒 部分车次可能限流

昨日,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,车站将对大客流车次采取现场限流。具体如下:

9月25日至27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。

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。

由绍兴站始发经停余姚站的S2211次(余姚站发车14:38)四编组列车,视客流情况限流乘车。建议旅客乘坐S2209次(余姚站发车13:12)或S2213次(余姚站发车16:17)前往宁波。

9月26日、27日

由杭州南站始发S2103次(发车15:45)经停余姚站(发车17:19)将迎来大客流,请乘坐该车次的旅客提前预约,未预约旅客不能进站乘车。

记者 范洪 通讯员 陈旭利 文/摄

双节护航守底线 游乐设施筑平安 余姚开展“大型游乐设施”特种设备专项检查

中秋国庆双节临近,旅游游玩迎来高峰,为切实保障游客游玩安全,消除特种设备安全隐患,余姚市市场监管局兰江所于近日组织执法人员对辖区内大型游乐设施使用单位——余姚市黄山儿童公园开展了“大型游乐设施”特种设备专项检查,着力为玩家营造安全、放心的游乐环境。

当天,执法人员前往黄山儿童

公园,现场查阅了园区内在用特种设备的使用登记证、定期检验报告及维护保养等资料,确保设备均在检验有效期内运行。同时,执法人员逐一核对了安全管理人员和特种设备操作人员的持证上岗情况及培训考核记录,并要求园区严格落实“三落实、两有证、一检验、一预案”的安全管理要求。

通讯员 张松高 胡瑾瑾

情暖中秋 关爱桑榆



9月24日上午,宁波华健健康产业有限公司董事长刘建华组织员工及医院专家团队走进宁波市海曙区横街镇养老院,开展“情暖中秋·关爱桑榆”中秋慰问暨专家义诊活动,为院内老人送去节日物资与健康关怀。

除了物资慰问,本次活动还组

织专家义诊进养老院。三甲医院的专家为老人提供测血压、健康问询、用药指导、秋季养生和慢性病管理建议等服务,针对老年人常见的高血压、关节酸痛、睡眠不好、肠胃虚弱等问题逐一解答。

通讯员 刘倩倩

福彩开奖信息

双色球第2026111期:06 07 14 22 31 32 05
3D第2026257期:4 8 6
15选5第2026257期:01 04 10 11 13
快乐8第2026257期:01 04 07 08 10 13 23
24 31 33 39 40 47 48 58 61 65 74 76 79

体彩开奖信息

20选5第26257期:
02 04 06 15 17
排列5第26257期:
4 9 3 3 0
(均以公证开奖结果为准)

国际金价回落

国内品牌金饰价格集体下调

受国际黄金价格大幅回落影响,9月24日,国内多家品牌金饰报价出现集体下调。记者从市场渠道了解到,当日部分品牌足金饰品每克报价较前一日下跌11元至17元不等。黄金零售价格随国际金价波动明显加快。

国际金价近期出现明显回调,带动国内黄金原料价格走低,并迅速传导至品牌金饰终端市场。9月24日,多个主流金饰品牌门店报价随之下调,其中足金999类产品调整幅度较为突出,部分品牌每克单日降幅达到11元、13元、15

元,个别品牌单日最大降幅约17元。

记者注意到,本轮品牌金饰价格下调主要跟随国际金价变化,加工费、品牌溢价等因素仍会导致不同品牌、不同门店之间存在价差。有门店工作人员表示,近期金价波动较快,顾客到店咨询和购买节奏明显受到影响。

在宁波市场,部分消费者开始关注“买金时机”。有市民表示,近期金价起伏较大,会先观察国际金价走势,再决定是否入手投资类金条或首饰类产品。

记者 周雁

六院
专病专科



刘华在为患者看病。

很多人都有过这样的经历:肩膀隐隐作痛,抬手梳头、反手扣内衣都费劲,夜里睡觉甚至会被痛醒。大多数人第一反应是:“哎呀,肯定是肩周炎,冻着了,甩甩胳膊就好了。”在宁波市第六医院关节、运动医学中心运动医学病区刘华主任医师的门诊里,每天都能遇到这样的患者。

刘华提醒,许多被当作“肩周炎”治疗的病例,实则是肩袖损伤。如果盲目甩胳膊、强行拉伸,不仅无效,反而可能把“小口子”撕成“大裂谷”,让本可以缝补的肌腱彻底“报废”。

胳膊抬不起,夜里痛醒! 别只当“肩周炎”,还可能是肩袖损伤

肩膀的“防护袖套” 坏了只会越拖越严重

“肩袖”这个名字对很多人来说既陌生又抽象,刘华打了个通俗的比方:肩膀上的肱骨头,被四块肌肉的肌腱像衣服袖子一样紧紧包裹着——冈上肌、冈下肌、小圆肌、肩胛下肌,合称肩袖,负责肩膀的旋转和上抬。

正常肩袖厚度为1厘米到1.5厘米,随着年龄增长,肌肉会萎缩,肌腱和骨头连接处也会变薄、变脆、失去弹性,修复能力大打折扣。更糟的是,肱骨头上方有个叫“肩峰”的骨头,转动时如果长了骨赘(骨刺),间隙就会变小,肩峰反复撞击肩袖,形成肩峰撞击症——两者互相影响,恶性循环,肩袖越来越薄,最终撕裂。

这种病的最初症状是患者活动时会出现疼痛,病情继续发展就会出现炎症、夜间痛、积液、滑膜炎等;再往后,肩袖撕裂,肩膀没力气,胳膊抬不起来。肩袖损伤初期症状和肩周炎很像,但肩周炎往往能

慢慢自愈,而肩袖撕裂只会越拖越严重。

“来看病的,都是疼得受不了才来。有的老年人特别能忍,等到关节完全动不了,才被子女拽来医院。”刘华说,门诊里每天都有这样的老人,去年他们科室做了2000多台肩袖手术,大部分患者是中老年人。

六旬阿姨忍痛劳作两个月 险些换掉整个肩关节

肩袖损伤分两种:退变性和外伤性。退变性肩袖损伤多见于中老年人,尤其是长期做家务、干农活、搬运重物的中老年群体。肌肉肌腱随着年龄的增长变薄变脆,于是在某次猛一发力,肩袖就“绷”了。

65岁朱女士(化姓)的病情就是这样的典型案例。她每天买菜做饭、打扫卫生,空闲时还到公园拉伸锻炼。两个月前,她拉伸时突然感到左肩膀一阵剧痛,一开始以为是普通的肌肉拉伤,贴膏药、吃止痛片,硬扛着继续做家务。

直到胳膊彻底抬不起来,她才走进

宁波市第六医院。刘华查体后怀疑是肩袖损伤,核磁共振一查——肩袖已经撕裂了一个宽度达四五厘米的大口子,断端还回缩了。

“如果早点来,可能保守治疗或者小修补就行。现在拖成这样,必须手术。”刘华团队为她实施了肩关节镜下肩袖修补术——听着吓人,其实是微创手术,只在肩膀上打几个小孔,用特制的铆钉将撕裂的肌腱重新固定回骨头上。

得益于日间手术模式,朱女士早上住院、当天手术,第二天就出院了。3个月功能基本恢复,撕裂的肩袖和肱骨头愈合了。

刘华感叹:“她是幸运的。有些老人拖得太久,肌腱回缩严重,根本缝不上,最后只能做人工肩关节置换——费用是关节镜手术的四倍,还要担心假体脱位和使用年限。”

他最后强调,肩袖损伤既不可逆,也不会自愈。一旦肩膀出现“痛、弱、僵”,请务必及时就医,别让“小破损”拖成“大遗憾”。

记者 林伟 通讯员 赵蔚