

网购三伏贴需谨慎

专家提醒三伏贴并非人人适宜

健康宁海
美好生活记者 屠以撒 通讯员 王钰丹
实习生 陈希 王琦

随着炎炎夏日的到来,大伙熟悉的“冬病夏治”也开始升温。记者走访发现,不少医疗机构、美容机构纷纷推出三伏贴的优惠活动,电商平台更是将三伏贴包装成“万能贴”,销量火爆。三伏贴是不是包治百病,人人适用?日前,记者采访了县中医医院相关专家。

市民预约三伏贴相比去年同期增15%

“一到冬天,我的手脚开始冰冷,去年自从贴了三伏贴后,手脚开始变暖了,我今年是不是还要继续贴呢?”市民吴女士在去年贴了三伏贴后,就取得了不错的效果。在得到医生肯定的答复后,吴女士继续预约了今年的三伏贴治疗。

像吴女士这样来咨询三伏贴的市民不在少数,在县中医医院针灸推拿科,不少市民向主治中医师张乐咨询三伏贴的相关问题,从7月6日开始,已经有近700位市民前来贴

三伏贴,相比去年同期增长15%。“什么是冬病夏治,三伏贴有什么用,其实很多患者都一知半解。”张乐介绍说,其实冬病就是好发于冬季或在冬季容易加重的疾病。具体来说冬病的易发人群多为虚寒性或寒湿型体质,常有手脚冰凉、畏寒喜暖、怕风怕冷、神倦易困等症状。冬病夏治是传统中医按照自然界变化对人体的影响,推算出气血运行在每个节气的变化,并依此制定出传统的治疗方法。而三伏贴是中医传统的特色疗法,敷贴以三年为一个疗程,病程长的患者可适当延长疗程。

张乐介绍说,根据“春夏养阳”的原则,由于夏季是一年中最为炎热的季节,三伏天时人体经络气血运行旺盛,毛孔处于张开状态,选取穴位敷贴,药物最容易由皮肤渗入穴位经络,能通过经络气血直达病处,所以在夏季治疗冬病,往往可以达到最好的效果。在盛夏之际,外界是暑热骄阳,这时能够很好地驱散体内的寒气,最易恢复人体的阳气。

不同病症需辨证选穴

记者在朋友圈、购物网站上发现,不少商家售起膏药三伏贴、刮痧板等物品。以三伏贴为例,记者在某购物网站搜索三伏贴等关键字

样,发现有很多店铺提供三伏贴销售的服务,在“宝贝详情”一栏中,记者看到店家在宝贝的位置写着“三伏贴根据不同病症,贴在不同的穴位,就有不同的疗效”等相关介绍以及提醒字样。至于该药的主要成分,并没有详细提及,而三伏贴销售量排名前三的店铺中,仅三伏贴产品月销1万+。

“往年,我们在问诊中发现不少市民有此类想法,觉得随便拿一个膏药就能当三伏贴,有的为了图方便,甚至自行网购三伏贴进行敷贴。”对此,张乐表示,三伏贴的膏药有专业配比,且不同疾病敷贴部位也各有讲究。而网购自行敷贴,不仅无法对症,还可能会出现不良反应。

“中医讲究辨证,不存在千人一方的说法。”张乐表示,影响三伏贴敷贴疗效的因素有不少,除了敷贴用药是否合适外,根据个人体质情况辨证选穴,找准穴位敷贴也很重要。再有,三伏贴辨别成分和配伍的难度很大,如果出现以次充好或者其他类似问题,是不能直观辨别出来的。因此建议选择正规医院,确保得到最佳疗效。

三伏贴并非人人适宜

三伏贴选用温热助阳中药在人体特定的穴位上敷贴,以达到激发人体的阳气,增强抗病御寒能力、

祛除体内风寒凝冷的目的。适宜慢性气管炎、支气管哮喘、过敏性鼻炎、风湿性关节炎等病症,特别平时怕风怕冷、易感冒等阳虚寒盛体质的人群,疗效明显。但是对于网上宣称的三伏贴为“万能贴”,张乐表示,“冬病夏治”是一种预防性的、增强免疫力的治疗方式,并不“包治百病”,例如三伏贴不适合治疗高血压患者、疾病急性发作期、皮肤敏感者等,两周岁以下儿童、孕妇也不适宜。

三伏贴作为中国传统治未病手段,越来越受欢迎,“冬病夏治”的养生理念愈发普及。张乐说道,“冬病夏治”有多种治疗方法,除了三伏贴外,还有泡脚浴、艾灸等手段。治疗方式因人而异,建议在专业中医师的辨证下,选择合适的调养方法,才能取得理想疗效。

另外,按照宁波市卫生健康委员会《关于开展冬病夏治穴位贴敷技术应用备案管理的通知》要求,养生保健场所、生活美容院、工作室等非医疗机构,不得开展“三伏贴”服务。目前,宁海12所医疗机构已完成“三伏贴”服务备案。详情请扫二维码预约贴敷。



高温持续,雷雨加持



【小章说天气】

本报讯 (记者 章韵) 上周六,我们迎来了大暑节气。作为夏天的最后一个节气,大暑的到来,也意味着离秋天越来越近了。不过,本周午后雷阵雨和晴热高温叠加,晴热高温天气依旧霸屏。

记者从县气象台了解到,上周末我县午后最高气温突破了40℃,气象台更是发布了今年首个高温红色预警信号。出门在外,就如同在铁板上,被热辣的阳光炙烤,炎热难熬。持续高温天气对人体健康有较大影响,请大家务必要做好防暑降温措施,尽量减少不必要外出,勤补水、多休息。

和上一轮持续高温天气有些

不同,本周午后雷阵雨和晴热高温几乎是形影不离,最近几天我县午后将多分散性雷阵雨。相比于雷阵雨带来的降温,伴随而来的雷雨天大风、短时强降水、强雷电等对流天气,将会给人们的日常生活、出行带来不利影响,请大家要多加重视和防范。

据县气象台预报,7月25日到多云,午后局部雷阵雨,气温27℃-37℃。7月26日多云,午后局部雷阵雨,气温28℃-38℃。7月27日多云,午后局部雷阵雨,气温28℃-39℃。7月28日晴到多云,气温28℃-38℃。7月29日多云,午后局部有阵雨或雷雨,气温28℃-36℃。7月30日多云转雷阵雨,气温28℃-35℃。具体天气情况还请市民及时关注气象部门发布的信息。

增强学生法治意识
县检察院开展法治夏令营活动

本报讯 (通讯员 李伟萍 葛萍萍 记者 方景霞) 日前,县检察院联合桃源街道湖东社区,为辖区小学生们开展了一场法治夏令营活动。

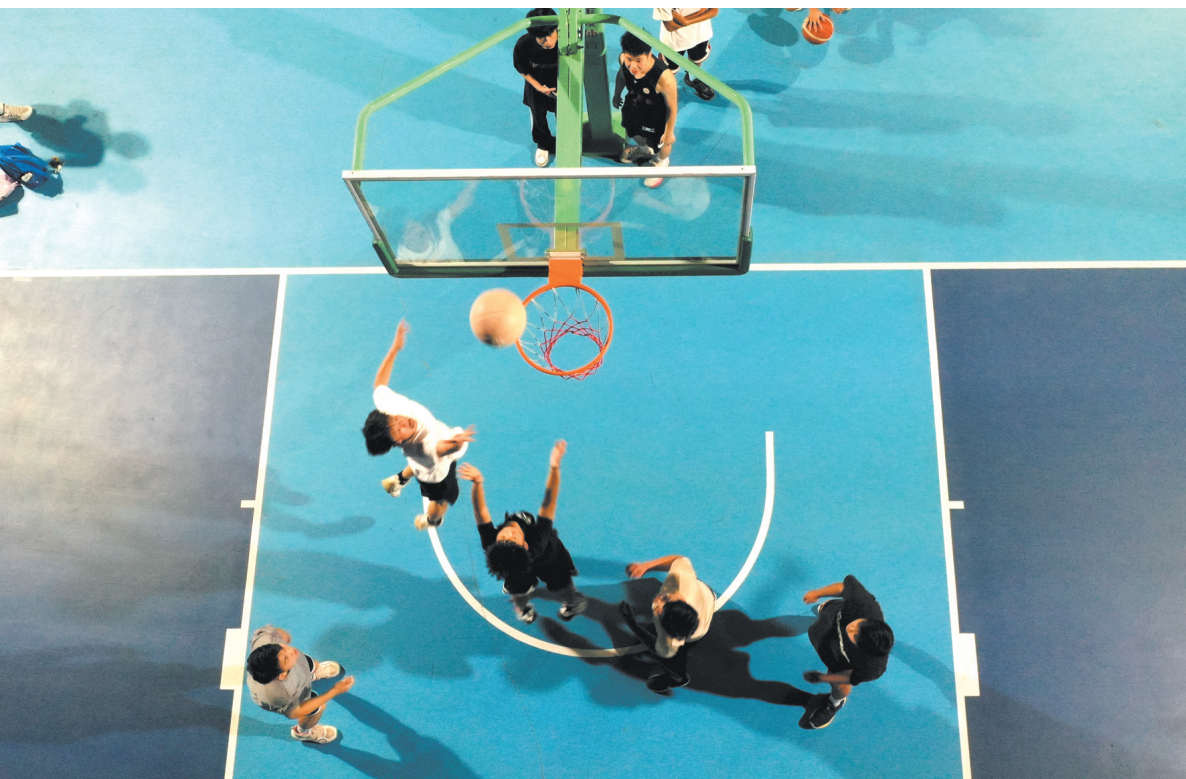
活动中,在检察官的带领下,同学们先后参观了检察服务大厅、院史荣誉室、未检工作办案区、公益诉讼快速检测实验室等,零距离了解检察职能和办案流程。随后,检察官为同学们上了一堂以“民法典下小明的一生”为主题的法治课,引导大家增强法治意识,保护自我权益。

据了解,2022年以来,县检察院联合县教育局率先制定《关于贯彻落实〈检察官担任法治副校长工作规定的实施意见〉》,实行一校一长,由60名检察人员担任全县18个乡镇(街道)94所中小学法治副校长,共开展多元化法治教学、服务活动300余次,受教育学生4万余人次,为未成年人健康成长保驾护航。

夏日运动风景线

天气炎热,爱好户外运动的市民纷纷调整锻炼时间,选择凉爽的清晨或晚上走出家门锻炼身体,形成了早晚运动的“高峰”。在公园和广场空地中,市民慢跑或者散步;健身馆内,大家舒展身体,健身塑形;体育馆内,人们酣畅淋漓地打乒乓球、篮球……以下是记者拍到的一组镜头。

(记者 李江林 惠广亮 实习生 钱天帆 摄)



都说夏练三伏 这名小学生摆摊练胆



本报讯 (记者 叶子) 三伏天,你家孩子在干什么呢?7月23日下午5:30,记者在正学公园看到一个特别的小书摊,摊主是一个小男孩。“阿姨,这里所有的书都是3元一本,很划算的。”小摊主热情地向记者推荐。

据了解,余同学是华山小学四年级学生。小书摊上既有《超级飞

侠》等动漫书籍,也有《北极离我们有多远》等科普类书籍。说起摆摊的事,余同学很认真地向记者解释,这些看过的图书当废品卖或扔掉他有点舍不得,摆个小书摊,既可以让书本循环利用起来,又能练胆子。爸爸妈妈听了他的想法,也很支持他。

宁海传媒集团(宁海县广播电视台)下属公司招聘工作人员公告

因工作需要,宁海传媒集团(宁海县广播电视台)下属公司拟面向社会公开招聘工作人员4名,具体事项公告如下:

一、招聘岗位及条件

序号	招聘岗位	招聘人数	学历、年龄及专业条件	其他条件
1	桥头胡广电站外线人员	1	学历:高中及以上学历;年龄:40周岁及以下;专业:专业不限	有相关从业经验者或拥有登高证、电工证者优先考虑。
2	西店广电站外线人员	1		能吃苦耐劳,能胜任夜班工作;有从事印刷相关工作者优先。
3	印刷工	2		

二、报名方式

本次招聘的报名工作,采取现场报名和网络报名相结合的方式进行。

1、报名时间:2022年7月25日至2022年7月29日
现场报名时间为:上午8:30—11:30;下午14:00—17:30

2、报名地点:宁海县桃源中路228号宁海传媒集团(宁海县广播电视台)组织人事部(615室),联系电话:0574-59990065,0574-59990063。网上报名请登录网址(http://ninghainews.mikecrm.com/FJQ1qKE)或直接扫描以下二维码。

3、报名办法:现场报名人员请携带国家承认的学历(学位)证书、身份证的原件及复印件和本人近期免冠一寸照片1张。网上报名人员携带报名资料于考试当日进行现场资格复审,如有提供虚假材料的,一经发现,取消考试资格。

三、考试方式

均采用直接面试的方式进行。面试满分为100分,低于60分者直接淘汰。

各招聘岗位,均根据报考人员总成绩从高分到低分按招聘指标1:1比例,确定体检对象。体检合格者进入两个月见习期,期满经考核合格者与公司签订劳动合同。

宁海传媒集团(宁海县广播电视台)
2022年7月25日



宁海物业编外用工招聘公告

因公司业务发展的需要,宁海物业公开急招以下编外用工人员:

一、岗位设置
宁海县浙石油综合能源销售有限公司冠庄、前童、溪南加油站加油工共5名。

二、招聘条件
男女不限,初中以上学历,有一定的沟通能力,需要倒夜班。年龄:女,18-40周岁;男,18-45周岁(有加油站工作经验或能熟练操作的可适当放宽条件),本地人优先。

三、薪资待遇
年薪应发数4.5万-5万元,缴纳五险一金,提成按个人销售业绩计算,上不封顶。
四、应聘截止时间
于见报之日起五个工作日内。
五、应聘地点
宁海县物业管理有限公司办公室(桃源中路125号三楼),应聘人员需提供本人身份证。
联系电话:0574-65579191
宁海县物业管理有限公司

关于X423陈蟠线(寺前村路口至宁海三门交界)路面提升工程实行道路交通管制的公告

为确保X423陈蟠线(寺前村路口至宁海三门交界)路面提升工程施工期间道路交通安全畅通,根据《中华人民共和国道路交通安全法》第三十九条的有关规定,决定对该路段实行交通管制。具体事项公告如下:

一、管制路段: X423陈蟠线K8+460~K17+103(寺前村路口至宁海三门交界)。
二、封道时间: 2022年7月27日至2022年12月27日。
三、交通组织: 右幅封闭施工,左幅双向通行。

行,实行边通车边施工的交通管制。管制期间过往车辆、人员缓慢通行或绕道出行,并根据交通标志标线指示和现场人员指挥安全、有序通行。敬请社会各界和广大群众给予理解和支持。特此公告。

宁海县交通集团有限公司
宁海县公安局交通警察大队
2022年7月25日