

迎合有爱的日子,昨天热情四射

“小满”开始,要多吃“苦”

本报讯 昨日是“520”,很多人把它称作“表白日”,也许是为了迎合这个有爱的日子,并且让爱再度升温,昨日的天气真是热情四射。昨天市区最高气温29.2℃、扬中28.9℃、丹阳29.4℃、句容29.7℃,均为今年以来最高。

这气温最终还是离今年首个30℃“一步之遥”,不过,接下来几天,天气仍然会向30℃发起连番冲击。今天多云,偏南风3-4级,最低气温18℃到19℃,最高气温30℃到31℃。明天多云,气温19℃到29℃;后天多云转阴,气温17℃到28℃。

虽然这天气越来越热,但处于季节交替之时,早晚温差还是有点大的,大家早晚出门的时候最好套一件薄薄的小外套,以免着凉。

另外,今天是“小满”节气。在二十四节气中,每个节气都有三候与之对应,每五天为一候。“小满”的第一候,也就是进入小满节气的头五天叫做“苦菜秀”。据李时珍考证,苦菜是多年生菊科,春夏开花,嫩时可食。

“@江苏气象”也提醒大家,“小满”之后要多吃点“苦”。苦瓜、芹菜、苦笋、莲子心等苦味菜,“人心经而降心火,去心火而神自安”,吃了苦食可泻火解暑,健脾开胃,增加食欲,促进消化。所以小朋友们别挑食,苦味菜也要尝一尝哦。

(镇气 巫悦萌)



400米长船队成为江中隐患 海事人员遥控指挥成功避险

本报讯 昨天上午,一条长约400米的船队进入长江镇江段,超长的船队使得原本正常的航行秩序大乱,其中一艘集装箱货船即将与船队发生碰撞,危急时刻,镇江海事工作人员利用现场监控,通过遥控指挥,成功避免险情,整个处置过程仅用了不到5分钟时间。

据了解,这种“一条龙”船队大多来自运河,长度最少两三百

米,也有达500多米。“一条龙”船队横穿航道时,往往会造成航路拥堵。一些在长江航行的大型船舶,一旦疏忽,会带来碰撞危险。

当天上午11点3分,镇江海事局交管中心值班人员通过设置在扬州六圩河口的全景摄像头监控发现,一条长约400米的船队准备进入河口,因船队的航行速度慢,长时间占据上水航道。此时,六圩河口有多艘船舶正在驶入长江。

而在船队后方,一艘集装箱船正在逼近。

紧急关头,中心值班人员立即提醒过往船舶注意该船队动态,同时特别提醒船队后方的集装箱船,要求立即减速避让。值班人员又与“一条龙”船队负责人取得联系,要求其周围船舶保持安全距离。

在有效的遥控指挥下,上水的集装箱船及时减速,最终从船队左舷安全通过。其他准备出六圩河口的船舶也放缓了节奏,让出了航行通道。11点8分,一场险情被成功避免。

(刘玉宝 沈湘伟)

“大爱镇江 520”慈善义卖在八佰伴举行

本报讯 昨天是“520”大众表白日,在八佰伴门口,“大爱镇江 520”慈善义卖活动吸引了不少市民的关注。

八佰伴企划经理邵胜介绍说,“520”往往被认为是情侣之间的表白日,商场开展的慈善义卖活动,希望能够拓展“520”的概念,不仅是情侣之间的表白日,也是对父母、子女甚至我们生活的城市的表白日。据了解,此次义卖活动商场共有800个品牌参与,活动从5月20日持续至6月2日。此次义卖的全部所得款项将捐赠给我市的公益组织,用于镇江公益事业发展。(朱秋霞)

“必胜宅急送”首进镇江 70多个品种中西餐点新鲜送达

本报讯 无需预订座位,省却泊车麻烦,只需通过网络、电话或手机app终端订餐,就能足不出户享受美食。5月20日,中国首个专营外送餐饮服务品牌“必胜宅急送”首次进驻镇江。第一家餐厅地址在如意江南余福里,每天早10点至晚10点为市民提供70多个品种的中西式餐点、饮料。

打开必胜宅急送订餐网站www.4008123123.com,可以直观了解各式纯珍比萨、中西式风味饭食、米线、意大利面以及沙拉、小吃、甜品、饮料等餐点,更可享受只有网上订餐独有的优惠措施。百胜餐饮集团中国事业部必胜宅急送华东市场总经理黎伟

成告诉记者,作为必胜客欢乐餐厅的姐妹品牌,必胜宅急送延续了“姐姐”的好口味,人均20-30元的价格更为亲民。此外,必胜宅急送每季均会推出多款新品。

昨天起,身着统一服装、配备一电动车的“必胜宅急送”专职骑手穿行在镇江大街小巷。订餐没有最低起订标准,外送费用是每单收取8元。即日起至7月13日推出订餐满39元免外送费活动。

除网络订餐外,使用智能手机的市民可以下载相关app,就可以实现手机订餐;另外,还可拨打全国统一订餐电话4008123123,叫“必胜宅急送”外卖送上门。(记者 翟进)



昨天,来自苏南其他城市的四所小学教师代表,齐聚中山路小学,参加“苏南五校联盟”教育研讨活动。国家督学成尚荣、江苏教育总编张俊平与苏大教授陈国安等专家参加了活动。

吴永平 摄影报道

IPO靴子落地 “政策底”处股指有所企稳

昨天大盘走势先扬后抑,量能继续保持萎缩状态。周一晚间证监会公布了今年计划发行新股的规模,低于市场预期,在靴子落地后,市场对于扩容压力的担忧略有缓解,早盘两市高开,但量能未有明显放大,显示市场谨慎情绪仍然浓厚。

证监会公布今年6月至年底计划发行上市新股100家左右,这个数据大大低于此前机构的预测。“管理层在沪指跌破2000点之际公布此消息,护盘意图明显,这也进一步夯实了2000点是‘政策底’的论断。”南京证券镇江营业部分析师王丹娜说,虽然至年底只有100家左右,但目前排队的近600家企业未来终究是要推向市场的,短期发行规模缩减,未来新股堰塞湖的压力仍然很大。“从大盘周二的表现来看,目前市场已经积弱难返,不是一两个利好刺激一下,就能重振雄风的。”王丹娜认为,即使在有利好消息的情况下,外围资金入场意愿仍严重不足,短线热点主要集中在有消息面刺激的板块。

昨天软件股表现抢眼,主要是受中央机关采购计算机禁止安装Win8系统的消息刺激,预计国产软件企业未来会获得更

多的发展机遇。另外,军工板块亦表现抢眼,成飞集成无量涨停,启动了市场对于军工科研院所改制将进入高潮阶段的想象,这也带动了中航黑豹、国睿科技等个股强势上涨。王丹娜认为,这些消息面的刺激,使得近期军工股得到了较多资金的关注。后市继续关注军工行业在国家战略地位的持续提升,可继续关注海空军装备、军队信息化建设及军工资产证券化相关个股。

“技术上看,周二股指在2000点上方有所企稳,短线重点关注消息面变化及权重板块表现。”王丹娜说,如果继续有利好消息跟进,则股指有望延续反弹走势,否则继续维持盘整震荡走势的概率较大,因此操作上不宜过于激进,仓位仍需控制,虽然2000点的“政策底”已一再验证,但“市场底”仍有待探明。

(吴辉)

王丹娜
执业证书号 S0620611030026



第三五九医院



医保、新农合定点单位

肛肠诊疗中心
(节假日不休)

健康咨询热线:0511-88988120

便血、异物脱出 如何分清痔疮和肠癌

随着人们生活习惯和饮食结构的改变,痔疮的发病率逐渐提高。出现便血、异物脱出,同时肠癌早期症状与之相似,使很多患者分不清到底是痔疮还是肠癌,结果耽误了最佳的治疗时机。

如何区分早期肠癌和痔疮:
①排便习惯的改变。这是肠癌最早也最常见的症状,患者出现大便变细,次数增多或便秘与腹泻交替出现,排便不尽还常伴有腹部膨胀、阵发性腹痛,且症状一旦出现一般不会自行缓解;痔疮则不会引起排便困难,但肛

周的神经系统比较发达和敏锐,受到刺激后很轻易发生疼痛。痔疮病人依据病情程度主要现象为稍微疼痛、刺痛、灼痛、胀痛等。

②大便性状会出现改变。肠癌患者大便中除了混有血液,还可出现稀便、脓血便;痔疮患者出血一般发生在便前或者便后,有单纯的大便出血,也会与大便混合而下。血色鲜红,其出血时呈喷射状、点滴状、擦拭带血等。痔疮晚期,因肛门括约肌松弛,又因直肠黏膜长期受痔的刺激,引起分泌物增多,常有分泌物由肛门流

出,重者不排便时也自然流出。且中晚期痔核不仅会在排便时脱出肛外,严重时咳嗽、压腹、用力下蹲时也会脱出。

由于80%~90%的瘤体发生在直肠中下段,在发现可疑症状后,只要做一次肛门指检,大部分直肠癌患者可以及时发现,再加上结肠镜检,以及取活组织进行病理检查,一般就可确诊而得以早期治疗。

据悉,镇江359医院肛肠诊疗中心最新引进SONY电子肛肠镜,仅需三五分钟,通过医用视频成像技术,突破传统肛肠镜检

查的盲区,对肛肠内部深层次病灶部位进行直观检查。对原因不明的便血、黏液便、脓血便、慢性腹泻、粪条变细(肿瘤、息肉、溃疡、炎症等)做到早发现、早诊断,为临床治疗提供可靠依据。

在确诊的基础上,如早期发现肠癌,可通过外科手术,预后理想。如是单纯的痔疮,则采用最新的微创技术,可轻松治疗各种内痔、外痔、混合痔、肛瘘、肛裂、脱肛、肛门瘙痒、肛周湿疹、肛肠肿瘤等肛肠疾病,具有痛苦小、恢复快、简便安全等优势,深受广大患者好评。