

请假3天,有望拼出8天元旦长假

国内滑雪、温泉游受欢迎,出境游也有很多选择

“2015年春节在2月19日,来得比往年晚。由此,也拉开了元旦与春节的距离。元旦离“年前冲刺”还有段时间,所以还是可以出去放松一下心情。昨天,现代快报记者从南京各大旅行社获悉,即将迎来元旦小长假,旅游企业都在做最后冲刺,推出了不少特价旅游产品。与国庆黄金周相比,部分国内游线路价格降幅在40%左右,而出境游价格也不再坚挺。

现代快报记者 项风华 刘伟娟

请3天假 或可拼出8天长假

尽管官方还没有公布2015年元旦放假方案,不过网友已经开始考虑去哪玩了,并自制了2015年1月1日至1月3日的放假方案。

“今年的元旦是周三,所以只放了一天假。2015年元旦是周四,所以极有可能是1月1日至1月3日连休3天,1月4日周日上班。”网友预测的依据是,今年的放假方案中对于双休日的“借与不借”,即节日出现在周三,就不再调整;如果节日出现在周二或周四,就调一天,和双休日连起来。

根据“预测版”的放假安排,“最强拼假指南”诞生。

■方案一:2015年1月4日请一天假,可以拼出4天假期,即1月1日至4日。

■方案二:如果能请到2014年的最后三天假(12月29日、30日和31日),就能和2014年的最后一个双休日拼成一个8天长假。

假期诱惑

旅费诱惑

出境游: 本月可抄底出游

昨天,现代快报记者从南京各大旅行社获悉,国庆黄金周过后,出境游价格开始下滑,部分出境游线路价格低至千元左右,甚至比国内游价格还低。年假还没用完的上班族注意了:抄底出游的机会来了!

现代快报记者从途牛旅游网获悉,南京至韩国首尔5日游,报价1620元起,这相当于平时团队游价格的6折。不过,由于名额有限,部分出行日期的产品已被抢空。同样,携程旅行网出售的一款香港3日自助游产品,报价1090元起。不过,明年元旦前后报价有所上涨。今年12月29日出发,报价是1199元起,如果元旦当天出发,报价1781元起。携程旅行网工作人员表示,虽然元旦出游价格上涨,但与去年同期持平。

如果下月4日请假,拼出4天小长假,可以到韩国济州岛度假。目前,韩国济州岛4日游报价1899元。南京多家旅行社表示,虽然元旦期间出游价格会涨一点,但提前报名能享受一些优惠。

国内游: 祈福、养生、滑雪游走俏

与国庆黄金周相比,明年元旦期间国内游线路价格有明显回落,最大降幅在40%左右。昨天,现代快报记者从南京一些旅行社获悉,元旦出游的国内游线路,有三大类颇受游客欢迎:祈福游、温泉养生游和滑雪游。

元旦是一年的开始,一些中老年游客会选择祈福游线路。江苏省中旅的九华山两日游,跟团报价在498元/人。游客可以到九华山开山祖寺,为家人祈福。

温泉养生游也越来越受青睐。汤山温泉预计元旦期间会吸引众多外地游客,而南京游客会走远一点。目前,张家港的凤凰温泉度假村报名较为火爆。此外,连云港东海、厦门等地的温泉游热度也很高。

滑雪游也是冬季传统热门线路。途牛旅游网上,哈尔滨雪乡、长白山双飞7日游,报价3600元起;哈尔滨亚布力4日游,报价2100元起。还有“安吉江南天池滑雪-江南天池温泉2日游”,报价723元起。

留住栖霞山之美 采风不要采“枫”

快报讯(通讯员 李宏 记者 刘伟娟)记者昨从栖霞山景区获悉,目前栖霞山的红叶处于最佳观赏期,但游客不文明的现象也有所抬头。

为拍出美丽“枫”景,一些游客取景时会弄掉“碍事”的枝条或叶片;还有的摄影爱好者摇晃树枝想要抖落枯叶,但红叶也随之掉落;另外,游客爬上树拍照,采摘红叶等不文明行为也有所增加。



枫树枝被折断



这棵枫树上的叶子寥寥无几 通讯员 李宏 供图

考拉明年有望“空降”南京 口粮已经“存”好了

快报讯(记者 吴怡)今年5月,南京红山动物园种植了万株桉树,为澳洲考拉的引进作食源储备。桉树在冬季短时期内的应急耐寒温度为零下5℃,这两天南京的最低温度已达到零下2℃,好在工作人员已提前搭建好塑料大棚,为桉树防风保暖。

目前,园区内河马馆附近及栖霞区饲养繁育基地的万株桉树,已全部搭好拱形塑料大棚进行防风保暖,基地里面最大规模的大棚达到3000㎡。白天棚内温度可达20

多℃。同时,为防止桉树新长出的嫩枝被冻坏,工作人员还对棚内的桉树进行了修剪,以最少的暴露面积减少冻害,同时在土壤上层铺了10厘米厚的稻草提高表层温度。

桉树能安全过冬了,考拉什么时候来?据了解,考拉的引进手续正在积极办理中,引进澳洲昆士兰地区的考拉数量仍是计划的6只。手续办理顺利的话,明年春天考拉就能来到红山动物园与市民见面了。据悉,考拉馆按规划将建在刚刚拆迁的沈阳村位置。

肛肠医院夜门诊升温,手术时间持续到凌晨2点

市民:白天没时间,晚上抽空治痔疮

医院:夜诊专家号有限,市民来院前最好提前预约,电话 66662226

昨天晚上19点,在南京肛肠医院,前来就诊的患者仍然络绎不绝。不少市民认为,白天没时间看病,现在医院开通了夜门诊,选择微创手术,也不会影响第二天的正常工作,所以真的挺好,最起码不会耽误疾病的诊治。

院方负责人表示,目前医院实施的是两个手术班,早班到16点,晚班到24:00,但最近一段时间,晚上手术经常持续到凌晨两三点,因此院委会正在研究再增加一个班次。

探访: 从挂号到结束,一个多小时

家住雨花台区的崔先生今年42岁,出现便血情况已有两个多月了,由于不痛不痒,也不影响正常生活,一直没放在心上。天气转凉以来,他发现排便有肉球脱出无法回纳且出血量变大。考虑到白天上班请

假难,崔先生决定预约南京肛肠医院的专家夜门诊。晚上7点到院后,王红旗主任为其做了详细的肛肠镜检查,确诊为内痔三期,经过COOK微创手术治疗,不到十点崔先生就结束治疗可以回家了。崔先生术后坦言:“早知道cook微创术不动刀不住院,早该把‘它’给解决了!”

承诺: 有严格标准,保证医疗质量

南京肛肠医院张院长表示:除痔技术越先进,对治疗细节的要求也越高,作为华东地区最专业肛肠医院之一,南京肛肠医院关于痔疮手术有68个细节要求,从术前的安排、选择、准备,到术中的麻醉处理,再到术后的康复、留观等等,在肛肠医护人员的心里,这些的小细节,都关乎手术的成功与否,手术的效果,除了严格

要求,别无选择。张院长强调,为了每一台手术的绝对安全有效,我们要求在每个环节精益求精。而且接诊、手术流程跟白天一致,夜门诊可放心就医。

分析: 白天没时间,晚上看病挺好

南京肛肠中医医院李柏年主任解释,平时一旦生病,上班族要么利用周末前往医院看病,要么就请假看病。对于这两项选项,上班族其实都不喜欢:周末是难得的休闲时间,就这样被“浪费”心有不甘;请假看病不仅要扣钱,而且手续也很烦。因此,很多上班族有病都拖着,一些小病也拖成了大病。南京肛肠中医医院开设夜门诊,正好为这部分人群看病就医解决了后顾之忧,让上班族在夜门诊解决了看病没时间的难题。



肛肠名医 李柏年,教授,主任中医师,国家级名老中医,国务院特殊津贴专家,全国名中医药专家师承指导老师,全国中医肛肠医疗中心创始人,南京中医药大学教授。现为南京肛肠医院特聘专家。

哪些症状需及时做 超导光肛肠镜检查?

- ☑ 肛门发痒
- ☑ 腹泻、便秘
- ☑ 便血、便痛
- ☑ 肛肠病久治不愈
- ☑ 肛门或肛周疼痛
- ☑ 肛门有异物脱出
- ☑ 肛门有肿块突起
- ☑ 肛门坠胀、排便不净

医院为市医保定点单位,医保最高可报98%,因来院患者众多,市民可拨打电话 025-66662226 预约。院址:南京市建邺区黄山路2号。

便血、肛门疼痛、肛门瘙痒、肿物脱出等四大高危症状亟需确诊

据世界卫生组织最新数据,我国每年结直肠癌新发病例已超过17万,其中8成的结直肠癌患者曾经错过把早期病症当做痔疮,贻误最佳治疗时机。随着人们生活水平的提高,饮食习惯与结构的改变,加之人口老龄化趋势影响,我国结直肠癌发病人数和死亡人数呈迅猛增长态势。

肛肠疾病种类繁多,轻重不一,腹泻、便血、肛门疼痛、肛门肿物脱出、肛门下坠、大便不成

形等均均为肛肠疾病常见症状。特别是以下4类症状,极易掩盖结肠癌变,属于高危症状:

- 一、便血。是直肠癌变早期首要症状。常表现为大便表面带血,颜色鲜红或暗红,血量不一定多,很容易与内痔或直肠息肉等疾病的出血相混淆。
- 二、肛门瘙痒疼痛。在结、直肠癌变早期,疼痛不明显或有隐痛。肛管内神经灵敏,肿瘤初期就可以出现痛感,大便时疼痛加重。

三、肛门肿物脱出。是指肛缘有肿物隆起或直肠内肿物脱出肛门外,有的便秘时脱出,便能自行回纳入肛门内;有的则便后不能回纳或经常性在肛门外。专家表示:很多疾病都会引起肛门肿物脱出,如痔疮、肠息肉、肠肿瘤等。

四、大便异常。通常表现为粪便形态异常,便不成形、黑便、便血、大便泡沫样等;其二为排便次数异常,如腹泻或者便秘等;其三为排便不尽、里急后重或便后下坠感剧烈等。