

如何跟着手机游亚运



扫码看视频



本报记者 王兴

九月的浙江,处处绿水青山、美景如画。杭州、宁波、温州、湖州、绍兴、金华六个城市,正以最靓丽的姿态迎接四海宾朋的到来。

浙江的办赛场馆分布在哪些地方?江南水乡有哪些独具特色的人文风韵?今天,我们以支付宝为入口,介绍如何跟着手机来一次说走就走的亚运之旅吧。



“智能亚运一站通”游亚运界面。



“智能亚运一站通”主界面。

如何查询亚运场馆分布

打开支付宝 App 首页,在搜索栏搜索关键词“亚运”,进入“智能亚运一站通”页面。这是亚运服务的一站式平台,整合了全省六个亚运城市信息,打通各类亚运场景,集成各类城市服务。我们在这个平台,可以轻松实现“食、住、行、游、购、娱+票务”等多方面需求。

如果要查询亚运场馆分布情况,可在“智能亚运一站通”页面点击进入“知识通”界面。这里将亚运场馆、亚运城市、亚运之星、

亚运项目、亚运文化、亚运历史等与亚运相关的资讯内容进行多维度、全方位的完整呈现。同时,还有多种互动益智问答挑战,让每一个人都参与传递亚运知识、发扬亚运精神。

比如,我们点击“亚运场馆”栏目的某个场馆,就能看到该场馆的介绍、比赛项目和附近的公交、地铁、停车场信息。点击界面上方的VR,可以沉浸式虚拟游场馆。当处于亚运场馆时,还能用AR进行场馆导航。

如何规划亚运场馆路线

前往某个亚运场馆,有哪些交通方式?我们可在“智能亚运一站通”页面点击进入“出行通”界面。这里整合了办赛城市场馆信息,涵盖六个亚运城市的交通信息,亚运场馆分布及介绍,公交、地铁、打车、单车等出行工具一键直达。

具体来说,“出行通”界面以“地图+列表”方式,标注了各个亚运场馆的分布情况。比如,点击地图上的某个场馆,或列表中

的“去这里”,系统就会运用大数据分析、人工智能等技术,智能推荐最佳出行路线,自动匹配合适的出行方式。

选中某一种出行方式,系统会在地图上标注出一条参考的出行线路,并在起点到终点之间规划出步行、公交、地铁、火车等换乘路线。该界面还给出公交到站时间、公交地铁乘坐方向等提示,并能一键打开“乘公交”“乘地铁”“买车票”等功能。

如何规划亚运旅游路线

如果要到亚运城市旅游,领略江南风韵,可在“智能亚运一站通”页面点击进入“游亚运”界面。这里聚合了“景点排行”“酒店排行”“亚运路线”“云游城市”等功能,提供亚运六城景点出游、住宿精选、路线推荐等一站式数字服务。

具体来说,在“游亚运”界面上方,点击下拉菜单切换亚运城市。其中,有当地精选推荐的景点、酒店、美食榜单,有亚运特色路线的旅游攻略,也能通过VR云游景点。

比如,我们在杭州界面点击“精选榜单”栏目的“更多”,打开“推荐排行榜”,其中列举了游西湖十景、看五千年文明等旅游主题。还可以将某个景点加入到行程,更好安排亚运游玩计划。

我们还可以将行程规划交给“智能亚运一站通”。其中的“行程规划”功能,能让系统根据行程主题、游玩偏好等个性化要求,智能推荐行程。

比如,依次选择亚运城市、出



“智能亚运一站通”智能推荐出行路线、匹配出行方式。

发返程日期,以及行程主题、游玩偏好、必打卡等项目,系统便会作出行程推荐。选中某个方案,加入行程,或对行程进行编辑修改,就能轻松开启“懒人”旅行模式啦。

老年人体检应该注意什么

老年体检可分为两部分:一是常规项目和重点关注,二是老年综合评估。除常规体检项目外,关于老年人,需要重点关注的内容包括以下四点。

心脑血管检查:包括颈动脉超声、心脏超声等。

肿瘤和癌症筛查:包括胸部CT、腹部超声、胃肠镜检查等,血清肿瘤标志物检查可作为参考。

骨密度检测:50岁以上的男性和45岁以上的女性应进行骨密度检测。

其他项目:还包括血糖、血脂检测,眼底检查,以及女性的妇科和男性的前列腺检查。

老年综合评估采用多学科方法评估老年人的躯体情况、功能状态、心理健康和社会环境状况等,并据此制订以维持和改善老年人健康及功能状态为目的的治疗计划,最大限度地提高老年人的生活质量。

体检当天要求空腹。空腹标准为8-12小时无热量摄入。即抽血前一天晚上,尽量保持平时的生活习惯,正常饮食,饭菜宜清淡,不饮酒、咖啡、浓茶;第二天早晨不吃早餐,少喝或不喝水,不做运动,平静地到医院等候采血。

有很多老年人因慢性病必须常年规律服药,如高血压、糖尿病、抗凝药等。贸然停药或推迟服药会引起不良事件,甚至有生命危险,所以应规律服药后再接受体检,少量饮水不影响体检结果。如果要行胃镜、肠镜检查,之前需要停用阿司匹林、氯吡格雷等抗血小板及抗凝药物。

另外,要准备宽松且上下分开的衣裤,方便进行心电图、超声等检查。穿舒适、防滑的鞋子,方便老年人行走且防跌倒。

老年人需要每年做一次体检。除了常规体检,老年人如有身体不舒服,也应及时就诊。老年不意味着就要“躺平”或“随遇而安”,很多疾病起病比较隐匿,早期可以没有任何不舒服,等出现症状的时候已经很严重,甚至已经无法治愈和阻止疾病进展了,及早预防和筛查是最简单直接的方法。

据健康中国