

天元区全面恢复 儿童预防接种门诊



▲昨日上午,嵩山街道社区卫生服务中心迎来不少接种的小孩。

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/周嵩 通讯员/谭洪汀)随着我市疫情防控形势持续向好,老百姓的生产生活秩序逐步恢复,常规疫苗接种的需求也日趋迫切。8月23日,天元区社区卫生服务中心(镇卫生院)全面恢复儿童、成人常规疫苗接种;新冠病毒疫苗调整为下午时段接种。

当天上午,嵩山街道社区卫生服务中心预防接种门诊里,就有不少家长带着孩子前来接种疫苗。据悉,今日起,该区基层社区医院全面恢复儿童保健、计划免疫等常态化门诊服务。

助力抗疫 1748人捋袖献血

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/刘琼 通讯员/谭宁)盛夏,一场与病毒赛跑的战役打响,无偿献血者也用他们的方式助力抗疫。至昨日下午,共有1748人捋袖献血。

得知因疫情导致献血的人数减少后,醴陵市东富镇居民李伟第一时间赶到献血屋献血300毫升。

疫情期间,家住芦淞区的彭虎昌完成了自己的第15次无偿献血。他还申请加入中华骨髓库,希望能够捐献造血干细胞,为另一个“有缘人”创造重生的机会。

疫情期间,19岁的文馨怡也走进献血屋,她说:“这是我第一次献血。在特殊时期,我们更需要挺身而出。”

市中心血站站长刘昕晨介绍,受疫情影响,从7月30日至8月23日16时,我市共采血1748人,采血量约为63万毫升,同比有所下降。为了确保我市供血正常,建议市民在做好防护的同时,能够积极捋袖献血。

请注意! 进公共场所 要查疫苗接种信息

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/刘琼 通讯员/朱卫健)8月20日,中共株洲市委新冠肺炎疫情防控工作领导小组办公室发布《关于开展居民电子健康码新冠病毒疫苗接种记录查验工作的通知》(下称《通知》),要求自8月21日起,市民进入公共场所,要接受新冠病毒疫苗接种记录查验,未接种人员要登记姓名、电话、身份证号、居住地址等信息后方可进入。公共场所包括全市农贸市场、旅游景点(景区)、游乐场所、室内密闭娱乐场所、商场超市、医疗机构、车站及居民小区等。

《通知》要求,按照“谁主办(管理)谁负责”的原则,安排专人对进入人员进行居民电子健康码新冠病毒疫苗接种记录查验,并将每日收集到的未接种新冠病毒疫苗人员名单报送属地街道(乡镇),居民小区(自然村)直接报送至社区(村组)。全市各级党政机关、企事业单位干部职工和广大党员除有禁忌症外要实现“应接尽接”,各级各类学校要在开学前组织对所有无禁忌症教职员工(包括聘用人员)、学生完成接种,未接种人员要在8月30日前完成接种。

值得一提的是,《通知》还要求,各县市区卫生健康行政部门要指定当地具备接种或医疗救治保障资质的二级及以上医疗机构,设立疫苗接种禁忌症评估专家组,负责辖区有接种禁忌人群

的评估及开具接种禁忌证明。

石峰区集中隔离点清零 辛苦了! 坚守至最后的医护人员

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/周嵩 通讯员/谭洪汀)今天是集中隔离观察的最后一天,很快就可以与家人团聚了,挺期待的。8月23日,石峰区明峰宾馆集中隔离点,归心似箭的沈怡,边说边打行李。

明峰宾馆集中隔离点撤除后,石峰区集中隔离对象全部清零。

“从7月31日起,就再没回过家。”沈怡是响石岭街道卫生服务中心的医护人员,也是石峰区最后一批从集中隔离点撤离的工作人员。疫情发生后,他与同事一起,一直在湖南工贸技师学院集中隔离点开展管控服务工作,家中两个小孩,大的8岁,小的才两岁,每天只能在视频电话里看一下他。

8月17日,石峰区集中隔离管理的居民全部解封后,按照疫情防控对隔离点工作人员的防控管理要求,沈怡又赶到明峰宾馆集中隔离点,进行7天的集中医学观察。疫情发生以来,石峰区共组



▲医护人员从铁路科技职院集中隔离点撤离(资料图)。通讯员 供图

建了12个集中隔离点,累计隔离5000多人,其中集中隔离1200余人,居家隔离4100余人,是全市隔离人数最多的区。

在12个隔离点中,每个点均有一位区级领导蹲点,在做好疫

情防控管理的同时,为隔离人员提供无微不至的服务。在石峰区发现的感染者,全部都是在隔离点中发现的,真正做到了从源头严防疫情风险。

谢谢了! 驰援云龙的消防队员

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/李逸峰 通讯员/甘敏)鼎力相助心连心,风雨同舟战疫情。8月23日,欢送株洲市消防支队驰援云龙抗疫英雄仪式在方特东原酒店举行。据悉,这是最后一批从云龙示范区隔离点撤离的消防队员。

7月29日晚,云龙示范区发现输入性新冠肺炎疫情影响,全区上下紧急动员,迅速打响全民疫情防控阻击战。当晚,市消防支队第一时间调派100余名消防队员火速赶赴云龙,期间他们冒着高温酷暑,穿上厚重的防护服,与医务人员一道冲锋在最前线,帮助建立集中隔离医学观察隔离点,打扫卫生、搬运物品、为隔离人员测体温、开展核酸检测、送餐服务等。

据了解,疫情发生后,全市公安、消防、交警等部门共派出252人次,投入云龙9个隔离点参与抗疫。



▲鲜花送给市消防支队驰援云龙抗疫英雄。这是最后一批从云龙隔离点撤离的消防队员。通讯员 何勇 摄

身材焦虑催生商机 训练营酿悲剧 “减肥圈” 乱象何时休

近日,黑龙江依兰县20岁女孩张美慧加入减肥训练营15天后猝死的消息令人唏嘘!第一次参加训练,张美慧顺利瘦下20多斤,因体重反弹,她决定二度参加训练营。按照原定计划,张美慧于7月15日入营,预计8月6日结束出营,“我想回家了,(8月)6日别忘接我!”这是张美慧在7月28日与母亲的微信聊天记录,却成母女最后一次交流。7月30日,也就是参加训练营的第15天,张美慧发生意外猝死。

悲剧已经发生,但仍有不少人正在尝试用健康交换苗条身材。记者发现,减肥可能出现很多不良反应,甚至给身体带来不可逆的危害。

保鲜膜、针灸、辟谷…… 步步掉入减肥坑

减肥的道路上,瘦身人士总免不了“入坑”。这些“坑”,往往听上去很有道理,但仔细想想很有可能是一些危害健康的伪科学。

陈奇(化名)是一名身高158厘米,体重126斤的女生,进入大学以后看到身材苗条的女生仍然在注重身材管理,便因为自己的偏胖身材感到自卑。为了迅速瘦身,她想尽了各种办法。起初,陈奇浑身擦上瘦身膏,然后在腰腹上缠紧保鲜膜,或者穿瘦身衣,然后在操场上跑步,“夏天的时候,感觉裹着保鲜膜就跟燃烧了一样,呼吸都觉得困难”。

陈奇的减肥运动一度因为“想偷懒”而告一段落,于是她开始尝试针灸、拔罐。但是她

一个月的生活费有限,针灸一次就120块钱,而且见效慢,她又继续尝试其他“物美价廉”的减肥方式。

陈奇买过各种稀奇古怪的减肥产品,热敷的药袋、酵素果冻、益生菌、祛湿茶、代餐奶昔等等。短暂的节食之后,陈奇反而食量大增,体重再次反弹,但免疫力却下降了。

辟谷,是陈奇和室友的“噩梦”。陈奇说:“当时买了那种红糖,然后跟室友喝,一块减肥。但是喝了以后老想上厕所,而且上课都没有精神了。”陈奇的室友则是落下了胃病。

减肥训练营乱象: 只求速成,科学方法缺失

据悉,减肥训练营是一种新兴的封闭式运动减肥机构,大多采用半军事化的模式,入营会员需接受训练营提供的饮食以及训练计划,按照固定的作息时间表,不允许擅自出营地,且往往收费高昂。

减肥机构常常过度“包装”。在短视频平台上,能看到许多品牌的减肥训练营发布宣传广告,常常打出“五星级标准”的噱头,但是实际训练环境与宣传严重不符。张美慧所在的360减肥训练营,训练场内就没有安装空调。

这种减肥训练营为了追求快速见效,往往采用“魔鬼式”监督。

据和张美慧

一起参加“360减肥训练营”的学员介绍,训练营运动量非常大,但是吃得很少,事实上就是“节食”。“每天早晨吃半个馒头、一碗粥和鸡蛋;中午三个菜,都是凉拌菜;晚上就给个酸奶喝,给个水果吃。”节食加上大量运动,很容易快速掉秤,但存在较大风险,学员出营之后,又极易反弹。

减肥训练营发生悲剧,张美慧不是个例,其中原因也是十分相近。2015年,刚高考完的17岁辽阳女孩张婉婷进入“减肥集中营”,训练11天后猝死于游泳池旁。训练营中的教练没有资质,是以保洁员身份被录用的,而训练主要靠高负荷运动和饥饿,每天运动量比专业运动员还大,但晚饭就一碗豆腐汤。

减肥药轻松瘦到皮包骨? 低成本的“糖衣炮弹”

8月13日上午,上海铁路运输法院对被告人郭美美销售有毒、有害减肥糖一案,进行公开开庭审理。郭美美被捕事件,再次将减肥药市场这一造假重灾区公之于众。每年都有大量含有违规成分的减肥药裹着各种花哨的新概念进入市场,屡禁不止。

据悉,郭美美所涉案的西布曲明属于中枢神经抑制剂,最早用于治疗抑郁症。早在2010年,因专家认为使用西布曲明治疗的风险大于效益,中国便停止了西布曲明制剂和原料药在国内的生产、销售和使用。

但是,在利益驱使下,违法销售含西布曲明成分的“减肥药”案件一直未有中断。2017年湖南

曾有销售西布曲明减肥胶囊的犯罪嫌疑人交代,“减肥胶囊”每粒成本不足1毛钱,但批发出去后每粒可卖三到五毛,毛利高达200%至300%。

记者在多家平台上搜索发现,减肥药种类繁多,而且价格不一,在宣传首页不少都带有“适合急性子”“不节食不运动轻松瘦”等字样,甚至有的会直接标出疗效,“一次轻60斤”“瘦到皮包骨”等。

事实上,许多所谓高效的“减肥药”“排油丸”大都含违禁和管制成分,滥用可能导致器官损害、心血管疾病等,产生不可逆伤害,严重者会导致死亡,切勿盲目跟风购买和使用。

谁在“贩卖”身材焦虑? 减肥悲剧何时休?

花季女生减肥训练营猝死的悲剧背后,谁制造了身材焦虑?谁在“贩卖”身材焦虑?谁来为悲剧“买单”?

2021年,来自国家卫健委的数据显示,当前我国成年居民超重肥胖率已经超过50%,6-17岁儿童青少年接近20%,超重肥胖已成为影响我国居民健康的重要公共卫生问题。

肥胖与健康有了关联,再加上身材焦虑,一些看上去不胖的人,也有着减肥压力,减肥热度一直居高不下。巨大的市场需求催生商机,但产品和服务产生了不少乱象,甚至威胁减肥者的健康和生命。

据相关报道,袖状胃切除术近年来数量激增。专家反复强调,对于BMI(身体质量指数)不达标,也没有糖尿病等代谢疾病的人群,做减重手术对身体健康是极为有害的。

减肥的目标应该是健康。切胃手术,不是一劳永逸的,在减肥训练营“速成”之后,也很可能会反弹。被肥胖困扰的减重“斗士”们,终究要加强自我管理,重塑自己的饮食习惯和生活方式,加强运动,科学减肥,才会健康和美丽两不误。因此,还是那句话,“管住嘴,迈开腿”。

(据齐鲁晚报)