

茶陵：政校企合作 产学研共赢

株洲日报·掌上株洲记者/陈洲平
通讯员/郭琴 陈启浪

11月12日，茶陵县第二届校企联谊会暨茶陵职专2021年校园招聘会在茶陵职专举行，17家园区企业走进茶陵职专，面向在读的高三学生提供顶岗实习岗位。现场，100余名学生与各企业现场签订了就业意向表，今后将在所签订企业进行毕业实习，毕业后进入该企业工作。

“近年来，我们大力推进茶陵职专与园区企业有效联动，探讨构建校企合作体系、实现育人共赢、服务地方经济的模式。”茶陵县经开区党工委书记胡松田说，园区正积极盘活茶陵职专各项资源，将其打造成企业发展的“产学研”基地。

为企业发展注入原动力

今年3月初，茶陵经开区收到晶彩电子、湖南懿鹏航空科技有限公司(以下简称懿鹏航空)等企业求助，由于企业产能扩大、订单增多，急需一批专业技能人才。

茶陵经开区及时制定人才需求清单，派送给茶陵职专。“收到清单第一时间，我们根据学生意愿，安排了一批高三学生入企进行顶岗实习。”茶陵职专校长助理、总务主任罗小锐说。

今年8月底，这批入企实习的学生中，有50余人成功通过定岗实习考核，正式入职企业。“茶陵职专送来的这批学生能力不错，悟性高、上手快，符合我们公司专业人才的需求。”晶彩电子董事长尹泽轩说。

由企业提出需求，园区整理清单，职专定向输送人才，如今茶陵经开区已形成校企合作新模式。不仅如此，该园区在每年毕业季还会举办现场招聘会。近三年来，茶陵职专已有300余位学生入职园区企业。

通过输送人才为企业注入发展原动力，只是茶陵经开区推进校企合作配合的第一步。茶陵经开区管委会主任谭小勤表示，今后，该园区还计划将一部分企业生产车间搬到学校去，让茶陵职专作为企业生产基地，促进校企产业深度融合。

打造企业人才培养基地

4月中旬，一个特殊的培训班在湖南佳邦建设集团有限公司(以下简称佳邦集团)开班，100余名新入职的建筑工人，在茶陵职专多位老师指导下学习木工知识，培训结束后取得相关资格证书。

如佳邦集团一样，将茶陵职专作为培训基地的企业还有很多。特别去年来，

茶陵职专为茶陵经开区企业提供木工、焊工等各类培训10余场。

一方面为企业培训人才，一方面为企业定向培养学生。

5月初，在茶陵经开区管委会帮助下，茶陵职专迎来了一位特殊讲师——懿鹏航空董事长马伟平。课堂上，他为职专高三学生上深入浅出地讲解最前沿的无人机驱动技术。课后，10余名学生自发组成学习小组，自学无人机相关知识，并在此次校园招聘会成功获得进入懿鹏航空顶岗实习的机会。

邀请企业技术专家、负责人为茶陵职专学生讲课，是近年来职专为企业定向培养人才的主要方式之一。不仅如此，茶陵经开区还积极联合企业，在茶陵职专打造实践课堂。

在此次校企联谊会上，晶彩电子与茶陵职专签订协议，计划将向茶陵职专投放一批设备，并安排专业技术人员入校授课，辅助茶陵职专增开新课程，也为企业储备更多技术人才。

构建企业转型升级智慧库

5月至6月，湖南华波光电科技有限公司(以下简称华波光电)有一支9个人的队伍，为企业提供技术服务。他们都是

茶陵职专高三的学生，由老师带队入企学习。

在短短一个月，这支小队不仅熟悉了企业所有设备的使用，还创造性提出了工艺优化建议，得到了企业负责人高度肯定。“目前该工艺优化建议处于试验阶段，如果成功将每年为我们节约近百万元生产成本。”华波光电相关负责人欣喜地说。

从茶陵职专寻找技术帮助的不只是华波光电。最近，在茶陵经开区管委会引导下，贵派电器股份有限公司计划发起一场灯具设计大赛，并提供丰厚的奖金。

目前，茶陵职专正召集学生参赛，并整理一批在读学生曾经所作的灯具设计图纸，其中不少图纸得到了贵派电器负责人点赞。“这些学生想象力十分丰富，所设计图纸也十分新潮，必将助力我们生产出更符合市场需求的产品。”贵派电器相关负责人说。

此外，茶陵经开区还积极牵线搭桥，吸引更多高校与茶陵职专合作，打造企业智慧库，让园区企业通过茶陵职专享受更多高校专家的服务。目前，茶陵职专已与湖南中医药高等专科学校、湖南汽车工程职业学院组成联盟，正积极争取与湖南工业大学、湖南大学等高等院校合作。

新一批省级农业产业园和特色产业园创建名单出炉

我市茶陵县和5个产业园上榜

株洲日报·掌上株洲讯(记者/邹怡敏 通讯员/肖霜) 日前，湖南省农业农村厅发布通知，我省10个县市区被认定为2021年省级现代农业产业园创建单位，100个产业园被认定为现代农业特色产业园创建单位，我市茶陵县和5个产业园上榜。

建设省级现代农业产业园和特色产业园，是我省深入推进“六大强农”行动，促进乡村产业兴旺的重要部署，是培育农村经济发展新动能、促进农民持续稳定增收的重要载体。近年来，我市围绕“一县一特”发展农业主导产业，以农作物种植结构调整为契机，

培育和提升农业品牌，炎陵黄桃、株洲红茶、醴陵玻璃椒、株洲王十万黄辣椒等农产品知名度逐步提高，产业发展势头强劲。

根据通报，茶陵县成功创建省级现代农业产业园，湖南朱亭现代农业有限公司朱守官蔬菜产业园、醴陵市陆缘种植农民专业合作社鑫莉胜蔬菜产业园、株洲众森生态农业股份有限公司攸县豆腐产业园、茶陵县金飞高山生态种养专业合作社金飞高山红茶产业园、湖南丰农生态农业有限公司炎陵黄桃产业园成功创建省级现代农业特色产业园。

醴陵新增农村劳动力转移就业3521人

株洲日报·掌上株洲讯(记者/刘毅 通讯员/邱红 张逸鸣) 记者日前从醴陵市人社局获悉，该市今年已新增农村劳动力转移就业3521人，提前超额完成年度3400人的目标任务。

来到位于孙家湾镇观前村的1500亩速选香产业化种植基地，工人们正在地里忙碌。村民何正文说，村里建起种植基地后，大家多了一个就业增收的好路子。“平均每天有80多人务工，都是优先聘用当地村民。最多的时候，一天用工近400人。”该种植基地负责人赵天明介绍，去年，支付劳动者工资达300多万元。

因地制宜在当地发展产业，是消化吸收农村富裕劳动力的有效方式之一。在船湾镇清水江村、枫

林镇隆兴坳村等地，越来越多的村民在家门口找到了工作。

同时，各村积极完善平台，优化服务，促进农民就地就近转移就业。在孙家湾镇西岸村，新搭建的基层公共就业服务示范平台，让村民们找工作无需投简历和跑企业。该平台有企业用工信息等，大家只要到村部走一走，就知道哪里需要用工，需要什么工种。当地村民表示，相比自己到处找工作，这样不仅少跑腿，而且能掌握岗位更多。

该市人社局农村就业股相关负责人介绍，醴陵还与芦淞区、浏阳市签订了劳务协作协议，今年向蓝思科技、比亚迪等企业输送了不少农村劳动力。同时，通过加强与陶瓷企业对接沟通及公益性岗位兜底安置，提供了一批就业岗位。

炎陵129名老师比拼教学技能

株洲日报·掌上株洲讯(记者/黎世伟 通讯员/炎教) 11月12日，为期一周的炎陵县首届课例展示暨教学技能比武活动降下帷幕，经过一番激烈角逐，最终鹿原镇中学等3个单位被评为优秀组织单位，初三语文等3个单元课例被评为一等奖。

本次活动由炎陵县总工会联合县教育局联合举办，共设立小学语文、小学语文、综合和英语等4个小组进行比武，每个课例分为讲述、展示、解说三个环节。专业评委围绕

课例重点做了什么、有何亮点、如何上好这节课等要素进行打分。来自全县各学校遴选推送的43个团队、129人参加了此次技能比武。

该局有关负责人认为，通过此次教学技能比武，展现了炎陵教师扎实的专业素质和良好的精神风貌，很好地推进“以武促教、以武促学”良好氛围的形成，促进教师专业水平的提升，提高课堂教学的实效性，对教育教学改革起到积极的推动作用。

非遗展上学非遗

11月12日，渌口区非物质文化遗产展在渌口区图书馆举行。非遗展上，非遗剪纸传承人、二中青龙湾小学剪纸特色课老师龙佳，带领学生体验剪纸的乐趣。

据悉，此次非遗展为期一个月，除了龙佳的剪纸，还展出了漆画传承人刘双喜精美绝伦的漆画作品，剪纸传承人李智慧的作品。市民可亲身参与、感受非遗的魅力，通过认识非遗，增强参与非遗保护的意愿。

株洲日报·掌上株洲记者/邹怡敏 通讯员/张仪 供图



学生们正在学习剪纸。张仪 摄

健康广场

「心梗救治日」你了解吗？

湖南省直中医医院 周拥志

我国心血管病死亡率居首位，心肌梗死被称为心血管疾病中的“头号杀手”，急性心梗的发生往往在短时间内对人体造成巨大的伤害，近年来，已成为全世界健康关注的焦点。中国医师协会携手中华医学会心血管病学分会于2014年成立了“心梗救治日”，确定每年的11月20日为“中国1120心梗救治日”。1120寓意有两个：一是“有胸痛，我要拨打120”；二是“心梗救治，争取黄金120分钟”。

什么是急性心肌梗死

人体各组织器官要维持正常的生命活动，需要心脏不停地搏动以保证血运。而心脏是人体的“发动机”，自身也需要足够的营养和能源，那就是行走在心脏表面的冠状动脉为心脏供血。

急性心肌梗死通常是由于冠状动脉(心脏本身的供血血管)突然闭塞，导致心脏肌肉因缺血缺氧而发生任何范围大小的心肌梗坏死，多数患者在发病时表现为急性胸痛、胸闷，大面积心肌梗死将诱发休克，抢救不及时可能会导致死亡。

警惕：心梗不是老年人的专利，中青年发病逐年增多

天气转凉、血管收缩是导致急性性心脏病发病的一个重要原因。近年来，心梗在中青年群体中发病率不断攀升，且日趋年轻化，与他们精神压力过大、持续熬夜、饮食不节、运动量少、嗜烟、酗酒等有很大关系。近期，省直中医院心内科就连续收治好几例四十岁的心梗患者。有位病人不仅是个老烟枪，每日雷打不动三包烟，还时常与朋友们聚餐饮酒，加上是白领一族，经常久坐伏案工作，还喜欢熬夜，这些都是冠心病的危险因素，加大了心肌梗死的发病率。

如何预防急性心梗

应尽量避免可以导致急性性心肌梗死的诱因，如劳累、体力活动过度、情绪激动、精神紧张等。采取健康的生活方式，包括合理的饮食、戒烟酒，适量运动，劳逸结合，心态的平衡。

冠心病人在医生指导下服药，定期到医院复查。“三高”的病人控制好血压、血脂、血糖。随季节气候变化增减衣服。养成良好的生活习惯，避免暴饮暴食、吸烟喝酒。肥胖者要控制体重。及早识别心梗的先兆，及时找医生指导治疗，避免急性心梗的发生。

如果急性心梗发生后能够得到及时救治，通过溶栓或者介入(就是平时所说的心脏支架)的方法使闭塞的血管再通，就会挽救大量甚至全部心肌，避免更多心肌发生坏死，把心梗对生命健康的威胁降到最低点。

科室介绍

省直中医院心内科的医护人员，每天都在与死神较量，心导管室实行24小时值班制，为急性心肌梗死病人开辟心梗救治绿色通道，最大限度缩短抢救时间，挽救濒死心肌，挽救患者生命。

省直中医院自成功创建国家标准版胸痛中心以来，由心脏中心、急救医学中心、重症医学中心等多个学科组建了一支胸痛急救快速反应团队，通过不断优化急性胸痛患者的救治流程，建立了急性心肌梗死患者救治绿色通道，全天候开展急性心肌梗死患者的急诊介入治疗，为胸痛患者争取到了宝贵的治疗时机，让胸痛救治变得“快、准、好”。

胸痛中心电话：28290076

心血管内科电话：28290003、28290103

肿瘤堵塞气管，市二医院呼吸团队巧手“切瘤”

株洲市二医院 陈恺祺

近日，吴爷爷因气管被肿瘤堵塞，导致呼吸困难长达数十天，幸有株洲市二医院呼吸与危重症医学科团队运用硬质支气管镜快速切除肺部肿瘤，仅用时30分钟，彻底解决了吴爷爷呼吸困难的难题。

家住醴陵的吴爷爷已经67岁了，今年5月因为冠心病住进了当地医院，治疗一月后出院回家，可回家后没几天便开始出现气促的情况，一开始吴爷爷和家人都认为是冠心病导致的，也就没有放在心上，直到过去了几个月，吴爷爷的气促的情况非但没有好转反而加重了，从气促演变成了呼吸困难。

“尤其是爬楼、上坡、走快步的时候，都觉得自己快不能呼吸了，休息的时候稍微好一点，就连晚上睡觉的时候都因为呼吸困难而无法入睡，只能端坐着。”吴爷爷回忆道。对此，吴爷爷的家人立马又将其送往当地医院，当地医院完善支气管镜等相关检查后，诊断吴爷爷为右肺鳞癌，并且这个肿瘤已经堵塞了气管，这才是导致吴爷爷

呼吸困难的原因。因为当地医院设备、技术条件有限，遂介绍吴爷爷来株洲市二医院呼吸与危重症医学科就诊。

在吴爷爷到院后，呼吸与危重症医学科主任刘和平立马组织科内医生进行病情讨论，结合吴爷爷的检查情况，最终确定先运用硬质支气管镜切除堵塞吴爷爷气管的肿瘤，然后根据吴爷爷的情况，联合肿瘤等临床相关科室为其“量身打造”右肺鳞癌治疗方案。

11月12日，在麻醉科的配合下，刘和平主刀为吴爷爷行全麻下硬质支气管镜右侧支气管肿瘤切除术，术中患者耐受良好，历时仅30分钟手术取得圆满成功。术后当天吴爷爷告诉主治医生呼吸困难的情况已明显解除，因该手术为自然腔道内操作，患者无皮肤切口，体现了微创、精准及快速康复的治疗理念。目前吴爷爷正在医院等待接受下一步肿瘤治疗。

刘和平介绍，与传统手术相比，本次手术在插入硬镜后，能够更好地维持患者气道通畅，更大

的工作孔道，能取出较大的肿块及异物，且操作迅速，减少出血风险，具有安全、创伤小、快速解除梗阻、出血少、恢复快等特点。同时刘和平提醒大家，肺鳞癌是肺癌最常见的类型，占原发性肺癌的40%至51%。多见于老年男性，与吸烟有密切关系，以吴爷爷为例，67岁的年纪已有50多年的烟龄。所以戒烟是预防肺癌的头等大事，彻底戒烟后，患肺癌或肺癌复发的风险会有所降低，同时还需要远离二手烟的危害，保持日常健康饮食、适量运动等。

专家介绍

刘和平，主任医师，现为株洲市二医院呼吸与危重症医学科主任。从事呼吸与危重症医学专业30余年。主攻方向：呼吸内镜介入诊疗支气管结核、肺癌、气道内其他良恶性疾病及呼吸系统其他疾病。对介入微创技术治疗支气管结核、气管切开或插管引起的气管狭窄及肿瘤引起的气道狭窄、气管内异物的祛除等有丰富的实践经验。

如何看懂食物的卡路里？

市三三一医院营养专家来教你

株洲市三三一医院 莫琦

经常听到健身的人的说：这种食物含卡路里多要少吃，这种食物卡路里低可以多吃。那么，卡路里究竟是什么呢？如何根据食物的卡路里来选择营养进餐呢？今天，市三三一医院的营养专家就来和大家聊一聊卡路里。

什么是卡路里？

其实卡路里是一种能量单位，可以用来计算食物蕴含的热量。很多人面对食物的卡路里数非常恐惧，于是，美食当前也只能尽量克制。但你想不到的，食物进入人体后并没有完全氧化，换言之，就是未曾全部变成卡路里。

100千卡热量大概是多少食物？

根据中国2型糖尿病防治指南(2020年版)建议能量摄入参考通用系数方法计算。一位身高175厘米，体重70公斤的轻体力劳动者，每日摄入的热卡约2000千卡，分配到三餐，早餐600千卡中餐700千卡，晚餐700千卡。有朋友会问：我怎么知道100千卡的食物是多少？

下面这些食物的热量就大概在100卡路里左右：大半杯可乐、一小串葡萄加小个苹果、一个香蕉、一个鸡蛋+小条全麦吐司、几十个桑葚、一块曲奇夹心饼干、一杯啤酒、十几个草莓、一条培根、一块全麦吐司+少量花生酱、一根黄瓜+一根胡萝卜……

这下大家对不同的食物蕴含的卡路里有一定印象了吧。下次选择食物时可以作为参考，吃出营养，吃出健康。

科室介绍

株洲市三三一医院体重管理中心的专业医师根据顾客体质特征，给出综合营养、运动、生活方式等要素的个性化方案，并进行实时监测记录当天食物、水分及运动量的新型体重解决方案。体重管理的目标不仅是帮助顾客养成健康良好的生活方式，在科学和谐的基础使得体重保持在健康范围内，更重要的是帮顾客实现糖尿病病的“逆转”。

减重手术咨询电话：0731-28574065、13873392285

微信号：moqi7788

市人民医院心内科再突破

完成首例左心耳封堵手术

株洲市人民医院 凌娟

近日，在心内科、超声医学科、放射医学科、手术麻醉科团队的强强联合下，市人民医院完成了首例左心耳封堵手术，标志该院心内科结构性心脏病介入实现新突破。

去年，薛大爷因急性广泛前壁心肌梗死，前往市人民医院接受冠脉介入治疗。入院后，发现其合并心房颤动，两次头颅MRI均发现多发腔隙性脑梗死。但老爷子一直不愿意抗凝治疗。

今年7月，其食道超声发现左心耳血栓，心脏内莫名其妙出现的血栓让薛大爷及家人开始重视房颤这位“隐形的杀手”，并在医生的指导下家属的监督下开始接受规范的抗凝治疗。

10月28日，患者复查食道超声血栓消失，但左房左心耳自发性显影，血流淤滞。心内科曾维理主任建议患者行左心耳封堵手术，降低卒中及抗凝出血的风险。11月6日，曾维理主任团队在南方医科大学附属珠江医院杨平珍教授的指导下为薛大爷开展手术。40分钟后，手术结束，非常成功。薛大爷在术后12小时后即下床活动，次日即转出CCU病房，目前已出院。

心内科曾维理主任介绍，左心耳封堵(LAAC)是微创介入手术，对患者损伤很小，手术只需要通过股静脉把封堵器送到左心耳的位置，封堵器释放会自动打开，堵在心耳口部，就像酒瓶塞子把酒瓶口堵上一样。通过左心耳封堵，消灭了房颤血栓的“根据地”，有效预防房颤患者卒中，减少患者病死率、致残率，同时减少出血风险。