

雪天开车有何技巧? 老师傅、驾校教练话你知



▲昨天早上,天元区新闻路,市民为爱车除雪。 记者/何春林摄

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/何春林)昨天早上,推开窗户,屋外白茫茫一片,让不少市民欣喜不已。一些车主却有位郁闷:挡风玻璃覆盖了一层厚厚的积雪,甚至结冰;车辆上坡起步却往后退。对此,本报联系了汽车维修师傅、驾校教练,与大家分享雪天用车技巧。

●挡风玻璃处铺报纸

昨天上午,记者在新闻路遇到一名车主。“雪景很美,但我的车怎么开呢?”只见他提着一只桶,桶里装了温水,还拿了一瓶洗洁精。来到车旁,车主用抹布扫着积雪,然后往挡风玻璃处倒水。“怕雪融不了,特地提了温水来。”车主说。

如何防止挡风玻璃积雪?修车店的老师傅提供了一种既经济又方便的做法——在挡风玻璃处铺报纸。

具体做法是,先在雨刮器下垫几张报纸,再在雨刮器上面铺几张。早上出门,报纸掀掉,雨刮器和挡风玻璃都清清爽爽,车子稍微热一下就能出发了。当然,买张防雨盖布或车衣也行,但取下来后要抖要拆要洗,比较麻烦。

需要提醒的是,用完的报纸记得不要随手扔在路边。为车玻璃、车门除冰雪,千万不要泼热水,因为热胀冷缩,玻璃很容易碎裂。

●冰雪天上坡起步挂二挡

出地下停车场,坡道有冰雪湿滑,司机该怎么操作才能防止打滑?修车店的老师傅说,冰雪天上坡,切记轻油门、点刹车、二挡起。自动挡车型,可挂到手自一体手动挡模式,再挂到二挡起步。

株洲时代驾校教练陈教练说,冰雪天上坡的关键点是缓慢、匀速。若采取了这些措施,仍出现打滑,切记不要乱踩油门,也不要猛打方向,猛踩油门只会让车轮打滑得更厉害。

特别要注意的是,车辆打滑时,车上人员千万不能下车去推,万一车辆失控,推车的人就会很危险。

市政橙:风雪中温暖“小太阳” 发现道路结冰,请及时拨打28820110

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/伍靖雯 通讯员/黄亚峰)12月26日早上8点,雪花纷纷而下,石宋大道高架桥上,市市政工程维护中心的应急队员们正紧张作业,用铲子将融雪剂撒在路上,将化开的冰铲除。

“桥的最高点,也就是桥中央的风力最大,也是最容易结冰的地方。我们除了对这里加强融冰,还会提醒过往车辆减速慢行。”应急指挥中心副主任罗耀军向记者介绍着情况,铲冰除雪的动作一刻未停。高架桥上,四周白茫茫一片,这群市政队员们身穿的橙色工作服,在风雪中显得温暖耀眼。

接低温冰雪天气预警,12月24日起,市市政工程维护中心党委部署启动抗冰应急预案,95名应急队员开启“人等雪”模式,对跨江跨线桥梁、环线等易结冰区域实施24小时不间断巡查值守,随时掌控道路、桥梁的路面情况。

12月26日凌晨5点,天空开始飘雪,市政队员们立即应战,对株洲大桥、石峰大桥、七一一路人行天桥、石宋路高架桥等重点区域开展多轮次融冰除雪作业,每组由党员带队冲锋,15辆巡查和应急处置车、一辆平地除雪车和两台撒盐车立即开动。完善的预案、高效的

荧光黄:“雪警”化身温情“路标” 路面在灯光照射下有颗粒状反光时应警惕结冰

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/沈全华 通讯员/彭晚华 姚禹)12月26日凌晨开始,全市公安民辅警坚守岗位,疏导指挥交通、救助受困车辆、帮扶遇困群众、消除安全隐患等,在漫天风雪里化身“雪警”。

顶风冒雪,交警冲在第一条线,执勤民警提前上路,在辖区重要路口、路段对过往车辆进行指挥、疏导,提示驾驶人保持安全车距。

各交警大队采取交通事故救援、道路交通疏导、恶劣天气安全提示等工作措施,及时帮助受困车辆,防止发生拥堵和交通事故。9时46分许,在经开区崇德路学府港湾附近路口,一台小车与一台小货车发生追尾事故,小车无法自行撤离现场。云龙交警对后方车辆进行疏导,随即与周边群众一起将小车推至路边,确保路面畅通。一名女司机看不清路面向荷塘交警求助,交警帮助她清除车面积雪后,再告知雨雪天气开车常识,引导她开车慢慢驶离。

株洲大桥、芦淞大桥等多个路段发生车辆连环相撞事故。辖区



▲市市政工程维护中心应急队员在路上融雪除冰。 通讯员供图

行动及时消除了隐患。巡查发现石宋路高架桥、枫溪大桥出现小范围道路结冰情况,市政队员紧急处置,保障道路安全。

忙活了七八个小时,一直到下午1点,确认城区道路、桥梁等运行良好。罗耀军和同事们才终于有机会坐回车里,快速扒几口盒饭。“大家抓紧时间休息,晚上还要‘打雪仗’。”罗耀军说,融冰除雪不是“撒”一次就行,只要雪没有化

完,他们就要一直坚守在路上,尤其是夜间温度再次降低,部分融雪可能复冻,需要盯紧。

“雨雪天,还请市民朋友出行一定要注意安全,小心慢行。”市市政工程维护中心有关负责人说,市民一旦在城区主次干道、桥梁等地发现道路积雪结冰等情况,请及时拨打市政应急专线28820110,市政队员将第一时间赶往处置。



▲交警及时处置事故,帮助群众脱困。 通讯员供图

交警积极处置事故、疏导交通,并协助市政部门撒盐除雪。

同时,省高警局株洲支队在京港澳高速公路、沪昆高速公路、长株高速公路、莲株高速公路株洲段沿线收费站,对7座及以上危化品运输车辆实行临时交通管制,部分收费站对车辆实行只出不进。

株洲交警温馨提醒广大驾驶员,雨雪天行车一定降低车速,注

意观察路面情况。若发现前方路面在灯光照射下有颗粒状反光时,应该特别警惕,路面可能存在结冰现象。桥梁、隧道易结冰,请注意观察道路右侧提示牌,提前减速。行驶至结冰路段时,请减速与前车保持安全车距,沿着前车的车辙印记缓慢行驶,切勿猛踩油门、刹车和猛打方向,谨防车辆出现侧滑现象。

党建引领促创新 优质服务暖人心

——记株洲市二医院健康管理中心

12月23日,株洲市二医院健康管理中心派出由胡昌、李成燕、张雪琴组成的参赛队伍,代表医院及中南赛区参加“海得成杯”全国健康管理知识竞赛总决赛,三人一路过关斩将,从全国3000多家医院中脱颖而出,喜获第六名的好成绩。

近年来,株洲市二医院紧扣实施健康中国、健康株洲战略目标任务,坚持以人民健康为中心,以高质量发展为主题,在2016年对健康管理中心进行升级改造,引进全新的医疗设备及高学历高质量的人才队伍。经过5年的快速发展,健康管理中心团队迸发出开启新征程、奋进新时代、殚精竭虑为百姓谋求健康福祉的磅礴力量。

●党建引领 让医疗资源走进基层

今年6月,健康管理中心所在的第二十八党支部荣获“株洲市卫健委先进基层党组织”荣誉称号。

多年来,第二十八党支部始终秉承“没有全民健康,就没有全面小康”的健康服务理念,将党建工作与业务相结合,充分发挥党员先锋模范作用,切实让医疗资源走进基层,服务广大人民群众。

7月,株洲市突发新冠肺炎疫情,前往该院核酸采样的人数急剧增加,经院党委及领导部署安排,暂停医院健康管理中心体检业务。但中心的工作人

●创新服务 打造一站式全流程的优质体验

“经过3年的努力,我们负责的征兵体检工作得到了株洲军分区及株洲市征兵办的充分认可,被指定为株洲军分区女兵、士官体检医院,石峰区武装部军检医院。今年,医院获得了株洲市‘爱国拥军模范单位’称号。”健康管理中心尹娜娜介绍。

为创新征兵体检服务,健康管理中心推出体检项目全覆盖、医疗服务到家庭、役前训练护航的三步举措。即专门建立心理测评室,引进专业设备及人

员并没有停下工作,他们第一时间加入到核酸采样的队伍中来,布置采样现场,快速成立流调、开单、采样三支分队,在疫情最严峻的两周时间内,中心共采样23000余人次。同时,中心主任尹娜娜、副主任翟勇等多名党员火速驰援石峰区隔离人员上门核酸采样工作。在不断筑牢自身战斗堡垒的同时,株洲市二医院健康管理中心还主动作为,发挥自身优势,助力株洲市癌症筛查工作有序开展。自8月以来,筛查出六类城市癌症类型患者1400余人次。

才,打破了原来体检时需健康管理中心与心理测评机构两地辗转的局面;组织医疗及护理的专家团队带上所需的仪器设备,前往株洲各区县为退役军人提供体检及健康保障服务,将全面的健康服务“送货上门”;派出专业的医生前往株洲军分区,与“准新兵”同吃同住,随时待命,确保“准新兵”的健康问题可以得到及时、有效地解决。

(通讯员 陈恺祺)

喜讯! 恺德在中国心血管健康大会上 喜获两大授牌

12月18日—19日,中国心血管健康大会在苏州隆重举行。株洲恺德心血管病医院在本次大会上喜获两大授牌,分别是获高血压达标中心认证授牌和“中国胸痛中心”再认证授牌,这标志恺德在心血管疾病中的急性胸痛综合诊疗和高血压综合诊疗的建设管理水平、技术力量、质量标准、救治能力、硬件设施等各项指标在本区域内乃至全国可起到示范作用。

株洲恺德心血管病医院不仅设立了高血压专科门诊、高血压病房,配备各种先进仪器设备,为高血压患者提供专项医疗诊治和专业化医疗护理服务,还通过多学科协作与株洲市荷塘区茨菇塘街道办事处社区卫生服务中心、金山街道社区卫生服务中心、仙庾镇卫生院构建医联体,为广大高血压患者提供优质的医疗服务。

本次大会上,株洲恺德心血管病医院胸痛中心再一次获得“中国胸痛中心”认证授牌。该院胸痛中心始建于



▲高血压管理与学科建设论坛现场

2016年9月,2017年开创株洲市区胸痛中心入选“国家队”先河,与株洲市应急救援指挥中心及多家基层医疗机构签订了合作协议,建立了覆盖株洲市及周边区域的协同救治网络,高效整合院前、院内及院后各项资源,规范各项救治流程,实现院内外无缝衔接,做到“患者未到,信息先到”,实现“快速诊断、及时治疗”。本次再获认证授牌既是对近五年工作的肯定,也是对恺德急性胸痛综合诊疗水平的高度认可。

近年来,株洲恺德心血管病医院在心血管等慢性疾病诊疗领域持续探索,成绩斐然。心血管内科是湖南省卫健委认证的湖南省市州级医院临床重点专科,胸痛中心、心衰中心、高血压达标中心分别通过了胸痛中心总部、心衰中心总部、高血压达标中心总部等行业机构认证。恺德始终致力于学习先进学科理念,精进科学技术,让更多患者获益,为推进健康株洲、健康湖南、健康中国贡献力量。

(图/文 通讯员 黎婕妤)



▲2021中国心血管健康大会现场

老人记忆减退、性格改变 须注意是否患上老年痴呆症

今年69岁的吴阿姨,从2017年开始慢慢出现记忆力减退的症状,东西丢三落四,开始家里人都不以为然,后面却逐渐严重。平时很节俭的吴阿姨,更是一反常态,开始胡乱买东西。2020年吴阿姨开始多疑,自己找不到的东西,经常怀疑被人偷走了;生活自理能力也逐渐下降,经常半夜起床出去丢垃圾;情绪烦躁。2021年6月,吴阿姨被家人送往市三医院中西医结合科住院治疗。经过系统的检查和评估,吴阿姨被诊断为“阿尔茨海默病”,俗称“老年痴呆”。

中西医结合科医生介绍,老年痴呆症是由于神经退行性变、脑血管病变、感染、外伤、肿瘤、营养代谢障碍等多种原因引起的一组症候群,是病人在意识清醒的状态下出现的持久的全面的智能减退,表现为记忆力、计算力、判断力、注意力、抽象思维能力、语

言功能减退,情感和行为习惯,独立生活和工作能力丧失。其中阿尔茨海默病(Alzheimer's Disease,简称AD)是最常见的类型,其次是血管性痴呆,其他常见的还包括帕金森病痴呆、路易体痴呆/额颞叶痴呆等。

当前,我国已步入老龄化社会,65岁以上老年人口占总人口的比例已达11.9%,老年痴呆的形势已经相当严峻。据统计,截至2018年底,65岁以上人群中痴呆患病率为5.6%,有接近1000万患者,庞大的患者群体对个人、家庭和社会均造成沉重的负担。市三医院中西医结合科医生建议,当发现身边老人出现记忆减退、性格改变等异常情况时,家属一定要带其及时就诊,寻求专业医生的帮助,不要听信传言,不可盲目服用保健品或药物。

(通讯员 曾小萍 何丽芳)

集思广益聚共识 同心同德促发展

——株洲市人民医院召开四季度党建工作例会

12月22日下午,株洲市人民医院召开2021年四季度党建工作例会。医院院领导、党委委员、市管干部出席会议,各党支部书记、副书记、宣传委员、纪律委员参会。会议以“如何围绕医院发展抓好党建工作”为主题进行研讨。

会上,党务工作科对党建基础工作中存在的问题及2022年1月份党建工作重点进行了分析。随后,各支部代表发言开展讨论。大家纷纷表示将持续深入抓牢、抓实党建工作,切实担负起主体责任,细化服务模式,为推动医院各项发展贡献力量。

党委委员、副院长黄莉强调,各支部要以党建为统领,进一步加强作风建设,着力破解工作难题,狠抓目标任务贯彻,切实推动各项工作提质增效。她提出三

(通讯员 刘敏娜)



盛康·国际颐养苑 28年专注养老托残 班车接送实地考察

地址: 株洲市芦淞区枫溪街道曲尺村盛康国际颐养苑 联系电话: 28838888 28838999

扎根本土 不忘初心 心系民生 服务社会

本案由株洲日报社纸媒运营部独家设计、策划。执行人: 唐先生13873328648 (微信同号)