

一觉醒来行程码多了个星号？别急！先看看疾控专家怎么说

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/刘琼 通讯员/朱卫健)3月20日,有不少市民一觉醒来发现自己的行程码带星号。别着急,行程码带星号并不意味着你一定去过中高风险地区,也不等于一定要隔离。

行程码带星号是什么意思？

市卫健委疾控科相关负责人介绍,城市名称标有*(星号),表示你在过去14天访问过的城市(地区)中目前存在中风险或高风险地区,但这并不意味着你实际访问过这些区域。

行程码将不再以红色标记包含中风险和高风险区域的城市名称,而是改为在城市名称

后的括号中包含中风险和高风险区域。这些备注仅用作旅行提示,与健康状况无关。具体控制政策请遵循当地联防联控机制。

此外,行程码上“途经”的含义是你某个地市停留超过4小时以上,同时使用手机打开行程码,系统就会自动记录为途经或到访。

行程码带星号可以出行吗？

上述负责人表示,对于行程码带星号的,需确认是否曾经去过中高风险地区。对高风险地区人员,一律实施14天集中隔离和7天健康监测。对中风险区域人员,一律实施14天

居家隔离和7天健康监测。

该负责人提醒,虽然带星号的绿色行程码基本上不会影响出行,但疫情期间建议市民尽量减少不必要的出行,特别是尽量避免前往划定的中高风险地区。

3月12日以来,我省已有6个市州发现本土疫情 永州、怀化等地来返株人员请立即报备

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/刘琼 通讯员/刘兰)国内疫情形势依旧严峻复杂,3月12日以来,我省已有6个市州发现本土新冠肺炎疫情,我市外防输入压力巨大。3月19日,市疾控中心再次发布紧急提示,永州、怀化等地来返株人员要立即主动报备。

3月18日,永州市冷水滩区在外省返永人员中发现1例新冠肺炎确诊病例;怀化市在密接者筛查中再发现2例新冠肺炎确诊病例,鹤城区城中街道划定为中风险地区。

3月4日以来有怀化市旅居史、3月13日以来有邵阳市新宁县旅居史、3月15日以来有永州市冷水滩区及零陵区旅居史、3月16日以来有长沙市芙蓉区封控区和管控区旅居史人员,与确诊病例活动轨迹有交集,近14天有外省旅居史以及湖南健康码为红码或黄码的人员,请第一时间主动向所在社区(村)、工作单位或所住酒店报备,配合落实相关防疫措施。对瞒报、谎报个人行程和健康状况造成严重后果的,

相关部门将依法追究法律责任。

市民要务必提高个人防护意识,自觉减少聚集性活动,尽量不前往人员密集的公共场所,出行主动全程佩戴口罩,注意手卫生,日常落实勤通风、用公筷、1米线等常态化防控措施。签收快递前要规范佩戴口罩,并用75%的酒精对快递包装及物品进行喷洒消毒。符合加强免疫接种条件的人员,尤其是60岁以上老年人,尽快完成序贯加强针接种或同源加强针接种。

荷塘区要求所有麻将馆一律暂停营业,记者暗访发现——多家麻将馆照开 玩牌的不戴口罩



本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/刘平)3月20日,荷塘区新冠肺炎疫情防控指挥部发布《关于关停全区麻将馆(棋牌室)的通告》(以下简称《通告》),要求从即日起,全区所有麻将馆(棋牌室)一律暂停营业,茶楼、宾馆的麻将室全部关闭,店铺、居民楼、出租屋等场所提供麻将、纸牌等活动的立即停止。

20日傍晚,记者在荷塘区大坪路、水仙路、荷塘星城二路走访发现,多家麻将馆(棋牌室)照常营业,疫情防控常态化举措落实不到位。

▶荷塘星城二路,一家无名麻将馆照常营业。记者/刘平 摄



“敲门行动”精准防控 社区网格员积极推广“两码”使用

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/周圆 杨凌凌 通讯员/张玉婷 余娇)“老板,您的店铺属于人员流动多的重点管理场所,请按要求完成‘场所码’的申领使用……”为进一步筑牢疫情防控严密防线,更有效地服务于辖区企业、门店,加强预警监测,落实最小单元防疫管控措施,连日来,社区网格员积极响应市网格化中心疫情防控号召,大力开展“敲门行动”,迅速推广使用“场所码”“格防码”。

在醴陵市来龙门街道五里牌社区,网格员利用网格居民微信群、移动小喇叭、LED显示屏等多种方式加大对“场所码”“格防码”的宣传,深入辖区内企事业单位、门店、市场、超市、小区等场所进行“两码”应用推广,普及“两码”的功能和重要性,督促公共场所打印“场所码”张贴到醒目位置。

在芦淞区枫溪街道,街道机关干部下沉到社区(村)、楼栋(组)、户,形成横向到边、纵向到底的责任网络体系,保证街道“敲门行动”不留死角,确保“不漏一人、不错一人”,做到“人人清、户户明”,坚决织密基层疫情防控网。

通过连日来的“敲门行动”,我市进一步强化了网格宣传和引导机制,确保“场所码”“格防码”全覆盖,提高了辖区商户和居民的疫情防控意识,为筑牢人民群众健康防线打下坚实基础。

我国有近1亿慢阻肺患者 株洲市中心医院：慢阻肺患者真正的春天来了

阳春三月,气温逐渐回暖,但株洲市中心医院呼吸与危重症医学科仍然是一床难求。而大多数在候床的病人患的正是慢性阻塞性肺疾病,简称慢阻肺,和高血压、糖尿病一样在我国是高发病。据最新流行病学调查,中国成人慢阻肺患病人口近1亿,40岁以上慢阻肺患病率为13.7%,相当于40岁以上每8个人就有一个是慢阻肺患者。

株洲市中心医院(湘雅医学院附属株洲医院)呼吸与危重症医学科主任刘毅博士介绍:“教大家做个简单的测试:你是否几乎每天都咳嗽好几下?你是不是老要咳嗽?你与同龄人相比更容易气喘吁吁?你今年超过40岁了吗?你曾经或现在仍是烟民吗?如果你在以上5个问题中有3个或以上选择了是,那么你可能就是患有慢阻肺,建议来我们呼吸慢阻肺咳嗽门诊做个肺功能检查。”

慢阻肺早期不易察觉,主动就诊和筛查是唯一秘籍。但很多患者吸烟后咳嗽咳痰,经常感冒、爬坡后气促,觉得是年老的表现,未及时就诊和重视,发展至在人缓一点的地方就会透不过气、爬坡中途需要停下来歇歇、穿件衣服都需要半小时,甚至安静坐着都会气促,而此时才来医院住院,慢阻肺已发展至重度甚至极重度,且治疗将花费大量人力物力财力,却疗效甚微。

治疗慢阻肺的关键在于早发现,早诊断,早治疗。早发现及早诊断关键在于配合医生完成肺功能检查,这就像高血压患者需要测血压,糖尿病患者需要测血糖一样。早治疗最重要的是长期坚持吸入药物,吸入药物相比治疗慢阻肺的口服药更有效,而且副作用更小。需要特别强调的是慢阻肺的个人管理,在缓解期要做呼吸操锻炼、接种疫苗、戒烟、呼吸康复等,部分患者需要坚持吸氧等。

推进健康中国计划,建设健康幸福株洲。株洲市中心医院呼吸与危重症医学科在科主任刘毅博士带领下,成立了专业的呼吸慢阻肺管理团队,为患者制定适合的综合治疗方案,旨在为株洲及周边地区慢阻肺患者提供全程的管理和多方位的综合治疗,让慢阻肺患者自由且顺畅的呼吸。

(通讯员/陈娜 易霖)

市人民医院精心救治抗美援朝老兵

近日,在株洲市人民医院重症医学科(ICU)医护人员的共同努力下,95岁抗美援朝老战士崔爷爷转危为安,重获新生。市人民医院以精湛医术致敬这位“最可爱的人”,得到老人及家属的高度赞誉。

一周前,崔爷爷突患重症肺炎、脓毒症休克,出现了急性呼吸衰竭、心力衰竭、急性肾功能衰竭等症状,被120急救车直接送入该院ICU。入院时,老人呼吸急促,神志不清,全身皮肤冰冷且布满花斑,血压只有50/30mmHg,处于严重休克状态。

一场惊心动魄的生命保卫战在市人民医院ICU展开。

虽然医护团队立即开展气管插管、呼吸机辅助呼吸以及补液等急救措施,崔爷爷呼吸仍难以维持。

重症医学科主任易辉决定采取俯卧位通气,让塌陷的肺打开,恢复通气。

听闻此举可能会让崔爷爷皮肤受压破溃,家属担心爷爷这么高龄受苦,一直有些犹豫。

通过充分沟通,家属的顾虑得以打消。经俯卧位通气,爷爷的呼吸明显改善。

接踵而来的是心力衰竭、急性肾衰竭,经评分综合死亡率高达90%。在充分保证无痛苦的前提下,ICU团队使用机械通气联合俯卧位通气保证呼吸同时实施床旁持续血液净化治疗,给以人工肾替代,同时清除炎症坏死因子。

在医护人员一体化的精准治疗下,进入ICU五天后,崔爷爷病情出现了转机,血压逐渐稳定了,呼吸氧合改善了。再后来,崔爷爷成功脱呼吸机拔管,肾功能也逐渐恢复,不需要血液净化。

(通讯员/易亚辉)

罕见！心脏长了鸡蛋大肿瘤 重庆大姐恺德求医解“心”病

近日,株洲恺德心血管病医院完成了一例心脏肿瘤切除手术,成功为51岁的重庆大姐熊女士(化名)解除“心”病。

熊女士几年前从重庆来湖南湘潭务工的,近段时间总感觉胸闷气短,走路时喘得厉害。在一次体检中被提示心脏有肿瘤。这让熊女士及家人紧张不已,经过多方打听决定到专科医院——株洲恺德心血管病医院求医。

医院一键启动高效绿色救“心”通道。入院的第一时间,心血管外科副主任医师薛湘苏立刻为她安排了详细的身体检查,检查显示她左心房有一个40*36mm的肿瘤;随后医院组织了全院大会诊,在征得家属同意后,手术开始,心脏肿瘤被顺利取出;熊女士在医院重症医学科(ICU)观察一天后,顺利回到普通病房。

薛湘苏介绍,心脏肿瘤发病率较低,人群中不多见,因为肿瘤有鸡蛋大且易碎,快速及时的诊疗避免了发生组织脱落导致血管堵塞及猝死等情况。

薛湘苏表示心脏肿瘤患者容易出现胸闷气短、脑梗、中风、反复发热、全身酸痛、关节痛等不适症状,如果出现以上症状建议立即到医院进行心脏检查,排查病情。

据了解,株洲恺德心血管病医院建立了完备的多学科协作诊疗(MDT),年均开展10余台心脏肿瘤手术,致力于为株洲乃至湖南地区的患者提供更高效、更专业的救“心”高速路。(图/文 黎婕妤)

市中医伤科医院：几款药膳治疗感冒，简单易行在家能做

春天到了,天气忽冷忽热,不少市民不慎患上了感冒。株洲市中医伤科医院内科医生给广大读者带来了几个治疗感冒的中药药膳,简单易操作,在家就能做。

●**银花饮**:出自《中华食物疗法大全》。由银花30克、山楂10克、蜂蜜250克组成。将银花、山楂放入锅内,加清水适量,用武火烧沸3分钟后,将药汁滤入盆内,再加清水煎煮3分钟,滤出药汁。将两次药汁一起放入锅内,烧沸后,加蜂蜜,搅匀即成。代茶饮。功能辛凉解表。适用

于风热感冒见头痛发热、口渴等症。

●**薄荷粥**:出自《医余录》。由干薄荷15克(鲜品30克)、粳米50克、冰糖组成。先将薄荷煎汤(不宜久煎,一煎煮2-3分钟),去渣取汁。粳米洗净煮粥,待粥将熟时,加入冰糖适量及薄荷汤,再煮1-2沸即可。稍凉后服,每日1-2次。功能为疏散风热,清利咽喉,适用于风热感冒见头痛目赤、咽喉肿痛。也可作为夏季防暑解热饮料使用。

●**淡豉葱白煲豆腐**:本方是根据

《肘后备急方》中葱豉汤方义,将淡豆豉12克,葱白15克,豆腐200克。豆腐加水1.5碗,略煎,加入豆豉,煎取大半碗,再入葱白,滚开即出锅。趁热服食,服后盖被出微汗。该方益气健脾,疏散表邪,是临床治疗年老体虚者外感风寒、风热轻证的食疗良方。

提醒

前两个药膳都是辛凉解表的,不适合素体阳虚或脾虚便溏者服用。(通讯员/刘雪梅)

梁俊婚介

女未婚:90年,1.62米,大专,自己创业,有房有车。

女未婚:93年,1.64米,本科,株洲荷塘区政务中心工作,有房有车。

女未婚:90年,1.55米,大专,自己创业,有房。

女离婚:68年,1.60米,有房。

女离婚:67年,1.59米,没退休,有房。

女配偶:67年,1.60米,有房。

男未婚:74年,1.80米,株洲机务段上班,乘务员,有房有车。

男未婚:92年,1.83米,大专,广铁集团上班。

男未婚:89年,1.72米,职高,自己开公司,有房有车。

男未婚:85年,1.70米,大专,在株洲茶陵工作,有房有车。

男未婚:93年,1.68米,本科,在长沙工作,有房有车。

男未婚:90年,1.70米,本科,工程师,在株洲工作。

男离婚:75年,1.68米,初中,个体经营。

男离婚:84年,1.76米,在株洲工作,有房有车。

男离婚:66年,1.75米,本科,在株洲中车上班,有房。

地址:火车站金轮B栋8楼801号

电话:18673309882

谊萍婚友会所

谊萍婚友会所成立了十九年,在这期间成功配对上千组为良缘,本婚友会所还获得了芦淞区荣誉证书、株洲市婚介协会合格单位,本所收费低,成功率高。

女离异:30岁,1.60米,音乐学院毕业,漂亮,做生意,小孩判给对方。

女离异:35岁,1.65米,互联网工作,独女,有房,漂亮,有女儿。

女离异:32岁,1.66米,互联网工作,有房,无负担,女孩判给对方,漂亮。

女离异:57岁,1.58米,事业单位退休,有房,无负担,条件好,形象佳。

女离异:47岁,1.62米,中车工作,有房,无负担,条件好,形象佳。

男未婚:37岁,1.68米,医师,有房多套,条件好,独生子,父母退休。

男未婚:47岁,1.68米,银行工作,有房,父母退休。

男离异:57岁,1.72米,事业单位工作,条件好,有车有房。

男未婚:28岁,1.77米,做生意,有房有车,条件好。

男未婚:50岁,1.75米,建材厂老板,有房,无负担。

热线:28237011

15386203070

地址:株洲市市中心七一路和民路交口建行对面(谊萍婚友会所)