



大咖谈“心”论道 株洲恺德医院成功举办心血管疾病诊治学术沙龙



学术沙龙现场。通讯员供图

11月9日，株洲恺德心血管病医院成功举办了心血管疾病诊治学术沙龙。会议邀请到了首都医科大学附属北京安贞医院、中南大学湘雅医院的心外科专家，与株洲及周边地区的心血管医学工作者，共同探讨心血管病诊治技术新进展和未来发展趋势，为湖南地区的心血管学科发展贡献了恺德力量。

本次学术沙龙吸引了株洲市区及县区、浏阳地区近一百名医务工作者参会。与会者通过学术讲座、讨论交流等形式，分享心外科诊治的宝贵经验和智慧，共同为提高心血管病诊治水平作出新的更大贡献。

开幕式由株洲恺德心血管病医院心血管外科副主任薛湘苏主持。

株洲恺德医院党委书记、院长陈大来表示，株洲恺德心血管病医院心胸外科是省市财政支持的临床重点建设专科。在众多专家的指导下，恺德开创性地完成了国际前沿性的经心尖二尖瓣钳夹术，以及地区前沿性的全降解封堵手术，让株洲乃至湖南地区的众多心血管疾病患者有了更多的临床治疗选择。借助本次会议的召开，他希望参会的专家学者们与恺德一起充分交流、深化合作、携手共进、推动株洲乃至湖南的心血管病诊治的高质量发展。

中南大学湘雅医院心脏大血管外科副主任、株洲恺德心血管病医院首席专家及心胸外科主任蒋海河作为本次大会主席，他表示心血管学科

发展在新时代下有新的机遇与挑战，需要大家聚焦国内外研究前沿热点，认真学习、深入思考，为建设健康中国筑牢根基贡献自身的力量。

荷塘区卫健局党委书记、局长李正玉在会上肯定了株洲恺德心血管病医院在心血管病诊治领域的先锋模范作用和在高塘区基层胸痛救治单元建设中所做的贡献。他希望参会的专家学者，坚持以人民健康为中心，强化责任担当，让健康事业更上一个台阶，满足更广泛群众的健康需求。

会上，首都医科大学附属北京安贞医院心脏外科中心主任医师陈宏博士就《冠心病的外科治疗》进行了分享，中南大学湘雅医院心脏大血管外科副主任医师王霖博士就《瓣膜性心脏病的微创治疗》进行了现场阐述，株洲恺德心血管病医院心胸外科副主任薛湘苏针对《急性主动脉夹层的早期判断和治疗》进行了详细讲解，株洲恺德心血管病医院心胸外科鲍世军就《心血管外科病例》进行了分享。会议内容专业且实操性强，将会场氛围不断推向高潮。

会议现场还就学术讲座展开了现场讨论与交流。本次大会主席蒋海河教授进行了总结发言。他表示，本次学术沙龙旨在增进行业交流，拓宽与会者学术视野，希望大家在以人民健康为中心的思想指引下，攻坚克难，加强合作，共同推动株洲乃至湖南心血管病诊治水平的提升。
(通讯员/黎婕婷)

左心声学造影检查 助力疑难心脏疾病诊断

半年前，王女士开始出现胸闷的症状，稍微走快两步就会气促、头晕。“起初我以为是没休息好，但是过了半个月症状没有缓解，甚至有所加剧，于是我去了县里的诊所。医生说有可能是冠心病，吃了一个月的药还是没有效果。”

在家人的陪伴下，王女士来到株洲市二医院心血管内科就诊。“根据患者的症状和心电图结果，我们高度怀疑不是冠心病，而是心尖肥厚型心肌病。临床中这两种疾病存在一定相似性，为了明确诊断，超声科协助我们为王女士做了左心声学造影检查。”市二医院心血管内科副主任刘定坤说道。

在超声科的技术支撑下，王女士顺利完成左心声学造影检查，明确其确实患有心尖肥厚型心肌病，为下一步治疗方案的选择提供了方向。

市二医院超声科主任刘秀虹表示，心脏声学造影与冠脉造影及血管内超声检查等技术相比，具有无创性的优势，且不影响其良好的实时显像效果。可为临床疾病提供全方位的诊断，提高疾病检出率和准确率，减少漏诊率和误诊率。

确诊后，心血管内科团队为王女士制定了针对性治疗方案，她的病情明显改善，现已出院回家。

刘定坤提醒市民，如果家庭成员中心尖肥厚型心肌病患者，应定期进行相关检查。心尖肥厚型心肌病进展缓慢，多在中年才出现典型症状。确诊本病的患者应避免剧烈活动和服用正性肌力药及扩张血管药物，入浴时间不宜过长，禁止烟酒。
(通讯员/陈恺祺)



▲超声科主任刘秀虹、副主任张吉民为患者行左心声学造影检查。通讯员供图

全市第二期老年共病管理新 进展培训班在市人民医院举行

11月2日至3日，株洲市第二期老年共病管理新进展培训班暨2024年老年医学学术与质控中心工作会议在株洲市人民医院举行。

培训班邀请了国内多位老年医学知名专家授课，来自全市多家医疗机构的近200名老年医学相关专业人士参加。在开幕式上，医院党委副书记、院长丁建华向参会者介绍了株洲市人民医院的发展概况，并回顾了老年医学的发展历程及未来规划。他表示，希望通过继续教育培训班的学术交流和质控中心建设，与兄弟单位和医疗同仁共同努力，为健康株洲建设贡献更大力量。

株洲市卫健委党委委员、副主任李晓兵在讲话中肯定了株洲市人民医院在老年医学领域的扎实工作，并表示医院在老年健康方面的努力与党的政策方向高度一致，为老年人健康事业作出了重要贡献。他希望医院继续发挥省重点学科的引领作用，通过继续教育、人才培养和质量控制引导，推动株洲市老年医学的高质量发展。

开幕式结束后，授课专家围绕老年共病的综合治疗、共病质控、学科建设，以及老年心血管、糖尿病、肺炎、围手术期评估、失眠、痴呆等热点话题展开深入讨论，并通过精彩的病例分享开阔了与会者的思维，为未来老年健康事业的发展提供了新的启发。
(通讯员/陈娜)

立冬韵语 天气变奏中的中医养生篇章

随着2024年11月的脚步渐行渐深，我们迎来了二十四节气中的立冬。立冬标志着冬季的开始，万物进入收藏、闭藏的状态，本文将从中医角度出发，结合株洲近日的天气情况，为大家提供一份立冬时节的养生指南。

顺应时节 调养身心

中医认为，冬季属阴，主藏，与肾相应，因此此时养生重在温补肾脏，固护阴精。随着气温变化，人体易感受寒邪，导致阳气受损，免疫力下降。此时，广大市民应适当增添衣物，尤其是保护好腰部、脚部不受寒，以防“寒从脚下起”。

饮食调养 温补为宜

在饮食上，立冬后应以温补为主，适当增加高热量、高蛋白的食物，如羊肉、牛肉、核桃、黑豆等，这些食物有助于增强身体的抗寒能力。同时，考虑到株洲近期空气质量时有轻度污染，广大市民应多吃新鲜蔬菜和水果，如大白菜、萝卜、苹果等，既能补充维生素，又能帮助排毒。此外，适量饮用温开水或淡盐水，既能补充体内水分，又能促进新陈代谢，对抗干燥天气带来的不适。

情志调节 宁静致远

立冬时节，万物凋零，易引发人的悲秋情

绪。中医强调“情志养生”，认为良好的心态是健康之本。面对株洲天气多变，广大市民应保持乐观心态，适当进行户外活动，如散步、慢跑等，既能增强体质，又能调节情绪，缓解压力。同时，可通过练习书法、阅读、冥想等方式，达到宁心安神的效果，使身心达到和谐统一。

起居有常 避寒就温

随着天气转冷，广大市民的作息时间也应适当调整。晚上应尽早入睡，保证充足的睡眠，以养阴固阳。早晨可适当晚起，待日出后再进行户外活动，避免寒气侵袭。室内要保持适宜的温度和湿度，使用加湿器或开窗通风，以减少感冒病毒的滋生。此外，坚持每天用温水泡脚，不仅能促进血液循环，还能有效缓解一天的疲劳。

中医保健 增强体质

中医传统疗法如艾灸、拔罐、推拿等，在立冬时节尤为适宜。艾灸能温阳散寒，提升免疫力；拔罐则能疏通经络，调和气血；推拿则有助于放松肌肉，改善睡眠质量。根据个人体质和需求，在专业医师的指导下进行这些疗法，可达到事半功倍的效果。

(综合自网络)

国家级环保装备制造企业 我市有2家

本报讯(株洲晚报融媒体记者/高晓燕 通讯员/肖果初) 近日，工信部发布了符合环保装备制造行业规范条件企业名单，全国共有358家企业入选，而我市有湖南澳维科技股份有限公司、株洲火炬工业炉有限责任公司2家企业上榜。

环保装备制造业是推动绿色低碳转型的重要基础和技术保障，政策导向性强、产品覆盖面广、产业关联度高、资金技术密集、社会责任重大。近年来，工业和信息化部实施《环保装备制造业高质量发展行动计划(2022—2025年)》，定期发布更新《国家鼓励发展的重大环保技术装备目录》，培育环保装备制造行业规范条件企业，通过实施行业规范条件管理，规

范行业发展秩序，推动行业高质量发展。

此前，工信部已先后制定发布了《环保装备制造行业(大气治理)规范条件》等四个细分领域的规范条件，主要从企业经营水平、技术创新能力、产品质量把控、安全生产规范等方面对企业提出要求。

湖南澳维科技股份有限公司是国家级专精特新“小巨人”企业，专业从事水处理膜材料产品及设备的研制，提供全水处理系统设计服务，产品质量和技术水平位居行业前列，产品远销俄罗斯、印度、越南等地，拥有“湖南省企业技术中心”等多个科研创新平台及专利45项，先后主持或参与了国家级项目1项、省市级项目6项，参与制定国家与行业标准共20项。

株洲火炬工业炉有限责任公司专业从事先进有色冶金流程装备、冶金固废资源化利用和无害化处理工艺及装备、节能环保装备及服务，是国内铝铅熔铸装备细分领域的佼佼者，自主研发生产的阴极熔铸装备，在国内市场占有率高达69%，全球市场占有率37%，位居全球市场领先地位。

湖南澳维科技股份有限公司是今年全省新增的4家人列企业之一，株洲火炬工业炉有限责任公司则是复核通过企业。此次名单发布后，此前已发布的多批符合环保装备制造行业规范条件的企业名单(包括7批大气治理领域、5批污水治理领域、5批环境监测仪器领域、4批固废处理装备领域)同时废止。



芦苇荡里挽洲岛 引来市民欢乐跑



挽洲岛上芦苇绵延，人们欢乐奔跑。 通讯员/郑安戈 摄

本报讯(株洲晚报融媒体记者/邹怡敏 通讯员/刘艺锋 张仪) 11月10日，渌口区举行“挽手一生，风雨同舟”2024相约芦苇季暨环挽洲岛欢乐跑活动。

上午10时许，随着发令枪响，300余名跑步爱好者笑容满面开启奔跑之旅。6公里的赛道旁，成片的芦苇连绵不绝，随风发出沙沙的声音，与蓝天、白云、江水相互映衬，选手们一边畅快奔跑，一边欣赏芦苇荡、灯塔、

松树林等美景。

挽洲岛上设置了情侣爱心拍照打卡点，并提供露营和围炉煮茶的区域，还组织了芦苇手工编织等活动，吸引了众多游客参与，大家聊天、拍照，度过惬意的周末休闲时光。

“我们将开展为期一个半月的观赏打卡游玩活动，欢迎广大市民来挽洲赏芦苇、拍美照，感受大自然的美好。”挽洲村党总支书记、村主任周锡彬说。

小阳春再现，最高28℃

经历过之前漫长的一夏，地表储存的热量还有一定的剩余，所以，这个时节的天气一般不会很冷，特别是我们这种江南地区。

因此，在晴朗无风的时候，偶尔就出现温暖舒适的“小阳春”天气。接下来的几天，天气为多云或晴天，最高气温将达28℃。

不过，偶尔闪现的“小阳春”，没有办法阻挡越来越冷的大趋势。每一次冷空气南下，都会把秋冬过渡的进度条往前拉一些。关于“冷小姐”，等着吧。古时不少文人，大概是因为文学创作的需要，总

是把铺天盖地的赞美送给了春天，而把淡淡的哀愁留给了秋天，甚至有些“为赋新词强说愁”的感觉。其实大可不必，渐冷的秋天也有很多专属乐趣与诗意。对吃货来说，更有很多这个季节特有的美食。

我们熟知的一些传统吃食，总是有着强烈的“季节感”，到了什么时候就吃什么，或者吃到了什么就知道到了什么季节，世界万物按照自然的节奏有序行进。现在，虽然季节对食物已经很少再有约束，但是，按照季节吃最当令时鲜的东西，才是真正的美味。
(王娜)



今天 晴天，早晨山间、邻水路段局地有雾，15—26℃

明天 晴天间多云，局地能见度低，17—27℃

后天 晴天间多云，17—28℃
风向：北风 风力：2—3级
(市气象台11月10日16时发布)