

“甜蜜的杀手” 盯上11岁小学生

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/刘平 通讯员/张曦予) 11月14日是第18个联合国糖尿病日,我市不少医疗机构开展了以“糖尿病与幸福感”为主题的宣传活动,提升群众健康意识。市中心医院内分泌科医生提醒,糖尿病被形象地称为“甜蜜的杀手”,其发病率不断增长并呈现年轻化趋势,预防和诊疗需引起重视。

不易被发现,不少患有糖尿病的人,对自己的病情缺乏认知。如果青少年出现多饮、多尿、多食、体重下降等症状,建议及时到医院检查,及时诊断,避免病情发展成危重症的情况出现。

40岁以上人群患病风险高

记者从代谢内分泌科了解到,年龄达40岁或超重肥胖、有糖尿病家族史、高血压、血脂异常、患有动脉粥样硬化性心血管疾病、有巨大儿分娩史或妊娠糖尿病史的人群,为糖尿病高风险人群。一日三餐饮食不均衡不规律、久坐、缺乏运动、超重肥胖、吸烟、饮酒、压力大、熬夜等,是容易诱发糖尿病的因素。糖尿病患者呈现年轻化,很大原因与不健康的饮食和生活习惯有关。

代谢内分泌科医生提醒,糖尿病的早期表现有小便次数增多、易口渴、易饥饿、经常感到疲倦、视力模糊等。病程久的患者可能会引发眼、肾、神经、心脏、血管等组织器官出现病变、功能减退甚至衰竭。

要避免患上糖尿病,一定要注意早期筛查和积极预防。普通人建议每年进行一次空腹血糖检查,平时要注意“管住嘴”“迈开腿”,养成良好健康的生活方式。已患有糖尿病的患者,要注意按医嘱规律用药,切勿自行加药停药。要加强自我监测,改善饮食习惯,适量运动,控制体重,定期体检,可起到治疗效果。

11岁小学生患上糖尿病

糖尿病是一种以高血糖为标志的慢性疾病。代谢内分泌科医生介绍,在不少人的印象中,糖尿病是一种中老年病,但医生在接诊过程中发现,糖尿病患者中有不到30岁的年轻人,甚至还有在校的小学生。今年下半年,该科室曾接诊过一名11岁的糖尿病患者康康(化名)的案例,让他们很吃惊。

康康在一所小学就读,身体肥胖,体重超重,平时爱吃甜食等零食、爱喝奶茶等饮料,不爱运动。一次,他出现呕吐、腹痛等情况后,被家人紧急送到市中心医院。

经诊断,康康为糖尿病酮症酸中毒(重度)、1型糖尿病、胰腺炎、脑水肿。家长反映,近半年来,康康容易口渴、喝水频繁、上厕所频繁等情况明显,但家人没有意识到这些情况会与糖尿病有关联。

医生介绍,糖尿病症状主要表现为“三多一少”,即多饮、多尿、多食和体重下降。但糖尿病早期常常

“大鸟”意外坠落 学生联手救助

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/戴凛 通讯员/伍泽慧 黄慧)“快看,那只鸟是鹰吗?”最近,在湖南汽车工程职业大学图书馆空中花园进行劳动值周的几名同学,意外发现一只“大鸟”坠落。他们检索发现,这只“大鸟”竟是一只雀鹰。随后,他们联系市动物保护协会解救这只受伤的国家二级保护动物。



被救助的雀鹰。受访单位 供图

“翅膀比一般鸟类大,我们之前从未见过这种鸟类。”该校商务贸易学院国贸2403班的曹同学说,当天,大家正在图书馆的楼顶平台上打扫卫生,她突然发现一只“大鸟”以不规则的轨迹落了下来,然后在平台上扑腾了几下,便再也无法起飞。她和同学凑过去一看,“大鸟”有着又尖又弯的嘴巴,很像鹰类。于是他们用手机拍照识别功能进行查询,确认这只“大鸟”为雀鹰。

据了解,雀鹰又称松雀鹰、松子鹰,是鹰形目鹰科鹰属小型猛禽,已列入中国重点保护野生动物名录,系国家二级保护动物,它对维持自然平衡具有重要的生态意义。

经市动物保护协会初步检查,该“鸟”有轻微撞伤现象,工作人员决定将其带回救助中心进一步检查,待伤口愈合、活动能力恢复即可以放回大自然。

出门干活忘锁大门 家中现金全部被偷

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/沈全华 通讯员/包寅) 你听说过“拉门式”盗窃吗?近日,攸县公安局刑侦大队破获了这样的案件。

“我出门干活忘锁大门了,有人入室把房间里的现金全拿走了!”11月初,攸县联星街道发生几起入室盗窃案,一时间弄得居民人心惶惶。

刑侦大队立即展开调查。办案民警发现这几起盗窃案的作案手法一致,现场门窗均完好、无暴力破坏痕迹,盗贼疑似“拉门式”入室作案。

民警充分利用现有线索,经过缜密侦查,痕迹比对,很快锁定犯罪嫌疑人凌某。凌某有盗窃前科,具有一定的反侦查意识,平时出门头戴帽子,这给民警抓捕增加了一定难度。功夫不负有心人,经连续蹲

守,终于将凌某抓获归案。

经审讯得知,凌某经常在凌晨时分在外闲逛,路过居民小区实施“拉房门”式盗窃。碰到未锁好门的民居,凌某在拉开房门后,便悄悄进入家中,将现金偷走后溜之大吉。

目前,凌某已被采取刑事强制措施,受害人的部分经济损失已追回,案件正在进一步侦办中。

警方提醒,日常生活中要多留个心眼,提高防盗意识。出门或睡觉前务必关好门窗,锁好大门。家中尽量不要存放大量现金及贵重物品,如有要妥善保管,要将存折及身份证、户口簿等分开存放。当发现家中被盗时,不要紧张,要保护好现场,及时报警,全力配合公安机关侦查破案。

百人非洲鼓 公益推广会等你来



贞子老师。通讯员 供图

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/王烽) 11月24日下午2时,株洲河西钢琴广场即将迎来备受期待的第三届百人非洲鼓公益推广会(若遇雨天另行通知)。

本次活动由株洲晚报老年大学与株洲鼓舞协会联合主办,旨在推广非洲鼓文化,丰富市民尤其是老年群体的文化生活。

此次公益推广会不仅是老年大学非洲鼓课程的预热,更是吸引音乐爱好者,尤其是老年人群体,积累资源,提升学校艺术教育影响力,打造特色品牌的重要举措。作为活动的全程媒体支持,株洲晚报负责活动的前期预告、现场报道以及后续跟进报道。

活动现场,江畔小树林乐队将带来精彩的表演,点燃现场气氛。贞子老师将担纲教学重任,她不仅是株洲非洲鼓、舞的领军人物,还担任艺术团团长、协会会长、贞子非洲鼓俱乐部创始人等多重角色,并创立了康健非洲鼓打法。贞子老师将现场教授《苹果香》非洲鼓流行伴奏和一首西非曲目,让参与者体验非洲鼓的独特魅力。

为确保活动的顺利进行,参与者需穿着统一的文化衫(数量有限,先报先得)。若活动在户外广场举行,参与者还需自备凳子。对于活动有任何疑问,可致电郭老师(17707414611)或言老师(13907414611)进行咨询。

开奖 (开奖日期:2024年11月19日)

双色球 20241133期
01 11 15 27 30 33 01
福彩3D 2024310期
6 0 3
排列3 24310期
7 1 8
排列5 24310期
7 1 8 9 6

影讯 美达影城(11月20日)

胜券在握 10:15 11:50 12:45 14:20 15:15 16:50
17:45 19:20 20:15 21:50 22:45
那个不为人知的故事 10:20 14:20 16:20 18:20
20:20 22:20
毒液:最后一舞 11:10 13:50 15:20 18:20 19:30
21:35 22:45
焚城 11:40 14:10 16:40 19:10 21:40
截假发的人 11:30 16:00 20:30
乔妍的心事 11:15 13:15 15:35 17:25 19:50 22:00
我谈的那场恋爱 13:20 17:40
芦淞区钟鼓岭七星潮流购物中心
五楼(株洲书城对面)
订票热线:28106878



@全市中小學生 校園記者形象Logo等你来設計

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/谭筱 魏朋)“‘传’你开启‘媒’好未来”2024年株洲日报社校园记者文化节之校园记者形象Logo设计大赛精彩来袭!

据介绍,“株洲日报社校园记者”是参照记者的职业定位(好奇、求真、正义),通过权威媒体的平台,在校内外开展采访、写作社会实践的“小媒体人”。株洲日报社校园记者俱乐部成立于2008年,作为我市创建时间最早、最具品牌影响力的校园记者团队,在全市各小学建立了近百个校园记者站,成为株洲市青少年素质教育的一张闪亮名片。

“我们诚邀全市中小學生参与‘校园记者’Logo设计,大赛奖品依然丰厚。希望能充分体现‘校园记者’的精神和内涵,展现出青少年的朝气与媒体人的专业精神。”

活动负责人介绍,本次大赛旨在面向全市中小學生征集,激发青少年的创新思维与艺术潜能,进一步提升株洲日报社校园记者的品牌形象,增强校园记者的社会认同感与归属感。

如何报名?即日起至12月10日可参与活动,更多活动详情可关注“株洲星少年”微信公众号查看。



▲扫码即可参与“校园记者形象Logo设计大赛”

校園記者“零距離”探索氣象奧秘



市二中附屬第二小學校園記者在工作人員帶領下探尋氣象的奧秘。 記者/劉文 攝

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/谭筱) 了解气象知识、探索气象奥秘。连日来,株洲日报社校园记者俱乐部联合九方小学、市二中附属第二小学组织校园记者走进市气象局,学习气象科普知识,探寻“风云变幻”的奥秘。

现场,校园记者们零距离地感受“风云变幻”,探究了“观云测雨”的秘密,激发了大家热爱科学、探索自然的兴趣,感受到了气象科学的魅力和神奇。

在工作人员的带领下,校园记者们近距离地聆听气象发展史。孩子们边参观边做笔记,对气象科学表现出了浓厚的兴趣。“原来气象部门不光是预测天气,还能改变和影响天气。”“今天的活动非常意义,我收获了很多气象知识。”“长大后,我想当一名气象播报员,探索更多的科学知识。”……校园记者们纷纷说道。

接下来,株洲日报社校园记者俱乐部将不断丰富校园记者活动内容,采用多元化、创新性的教学方法,组织孩子们参与重大活动的采访报道、主持等工作,让校园记者亲身感受新闻现场的魅力,在实践中锻炼自己,提升能力。

八達小學開展秋瑾故居親子研學活動



八達小學組織親子研學活動。 通訊員/供圖

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/谭筱) 近日,八达小学举行秋瑾故居亲子研学活动,组织该校学生和的家长来到石峰区大冲村秋瑾故居,感受“鉴湖女侠”的家国情怀。

“秋瑾是为推翻数千年封建统治而牺牲的女烈士,为妇女解放运动的发展起到了巨大的推动作用。”在讲解员的带领下,学生和家长参观了秋瑾故居和她的生平事迹陈列馆,全面了解了秋瑾从一名豆蔻少女成长为一位革命志士,踏上义无反顾的革命征程。

现场,学生们在老师的指导下,认真填写了研学任务单,怀着对历史的敬畏和对革命先辈的敬仰,记录下了自己的所见、所听、所思、所悟。“为持续建设‘大思政课’共同体,通过亲子红色研学的活动方式,鼓励家长与孩子的共同探索,并进行劳动教育和体育锻炼。”学校负责人介绍,通过活动引导学生知史爱国,通过参观学习,重温那段波澜壮阔的历史,留下了宝贵的记忆。

足球風采 榮耀綠茵



经过近两周的激烈角逐,杨得志红军学校首届校园足球联赛圆满落幕。赛场上,足球小将们展现出了非凡的风采。

默契的传球、精彩的抢断、大力的射门,一幕幕精彩瞬间让师生们大饱眼福。加油助威声响彻校园,为校园增添了无限活力。

株洲晚报融媒体中心/谭筱 通讯员/尹能 摄影报道

看,校園里辦起了“柚子節”



天台小學「柚子集市」吸引了不少學生和家長。 通訊員 供圖

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/谭筱) 初冬时节,天台小学校园内,金黄的柚子挂满枝头,迎来了硕果累累的季节。近日,该校举办了校园“柚子节”活动,孩子们在欢声笑语中,从采摘到造型,从绘画到创意,再到美食制作,共同沉浸在丰收的喜悦之中。

“摘柚子啦!摘柚子啦!”此起彼伏的欢呼声在柚子树下回荡。在老师们的引领下,孩子们井然有序地挑选成熟的柚子,小心翼翼地剪下,每一张脸上都洋溢着满满的收获喜悦。

以柚为画绘丰收。孩子们将柚子作为画布,用画笔描绘出一个奇妙的世界。画作主题丰富多样,色彩与柚子的交融,使这平凡的果实化作艺术珍宝,散发出无尽的魅力。

柚子晶莹剔透,柚子茶清甜可口,凉拌柚子皮脆可口……活动现场,老师们与家长志愿者们精心准备集市活动,每一道佳肴都让人回味无穷,品尝着劳动的果实,感受着甜蜜的滋味。

“不到采摘季,绝不私自采摘”,这是学校一直以来和孩子们的约定。因此,从夏至秋,从青涩到成熟,校园里的柚子始终未沾染采摘的痕迹。这一草一木,不仅教会了孩子们文明与自律,更赋予了采摘节非凡的意义。

“这甜蜜的柚子不仅美味,更蕴含着孩子们成长的滋味。”学校负责人介绍,采柚、绘柚、品柚,每一个环节都充满惊喜。举办这样的校园采摘节,旨在让孩子们亲近自然,认识自然,培养他们对校园的热爱,提升动手能力和团队合作精神,体验劳动的乐趣。