

读晚报是习惯



(舒凡 摄影)

“我叫曾秋英,是株洲市四中的一名普通老师,之前一直是教历史,现在在学校图书馆工作。大学毕业后,我就来到了四中,现在已有35年了,明年上半年,我就要退休了。可以说,从小到大,这辈子我大部分时间都是待在学校里,与社会的接触,相对是比较简单的。也因此,我养成了每天阅读《株洲晚报》的习惯。在这份报纸上,家事、国事、天下事,样样都有,人间百态,世态冷暖,都能从里面体会到。我每天都从晚报上了解到我生活的这座城市发生了什么事,有些什么新变化。在报纸上看到哪里修新路了,哪里又有新广场了,我都会去走走、逛逛。虽然现在手机阅读越来越流行,网上的信息也五花八门,但我还是喜欢翻看报纸的感觉——那种感觉,就像一个老朋友的陪伴。”



扫码关注株洲晚报,可留言讲述你和晚报的故事,为晚报代言

庐山春天小区: 多家餐馆油烟扰民,责令整改

近日,家住天元区庐山春天小区的刘先生向晚报28829110热线反映:小区外的门面开了多家餐馆,未安装油烟净化装置且无专用烟道,油烟味、烧烤味严重扰民。



▲昨晚,油烟扰民的餐馆,灯火通明 记者 赵露 摄

记者 赵露 核实

刘先生家住庐山春天4栋,4栋楼下有多家门面,其中不少门面从事餐馆经营。刘先生告诉记者,不少餐馆未安装油烟净化装置且无专用烟道,油烟味、烧烤味严重扰民。每到中午或晚上饭点时间,这些餐馆的油烟味就飘到小区内,即便把窗户全关了,还是呛人。该小区另一住户王女士也说,小区业主希望封掉现有的餐馆直排烟道口,建立餐馆油烟专用烟道,油烟净化处理达标排放。他们已经和这些餐馆沟通过多次,但效果并不大。随后,记者将情况反映到环保部门。

经走访核实,该地段的重庆人火锅和庐山路牛骨头馆两家店铺,没有安装油烟净化器,且庐山路牛骨头馆未按要求安装油烟净化装置;该地段的“乡村发现”餐饮店和“重庆小面”店铺,已安装了油烟净化设备,但没有定期清洗保洁;同时,该地段的“粉面世家”美食店,虽然已安装了油烟净化器,但排烟口设计不合理。目前,市环保局已要求,对该地段已安装油烟净化器的,责令排烟管道按要求整改,并委托第三方公司定期清洗,建立台账;对未安装油烟净化器的,限期安装油烟净化系统。

两个无证塑料破碎厂被立案处理

本报讯(记者 赵露)近日,有市民向中央环保督察组反映,Y2路公交车终点站——石峰区田心北门附近一废品破碎厂废水直排,造成污染。接到中央环保督察组的转办件后,我市相关部门立即到现场核查。在井龙街道新民社区内,执法人员发现有一个民房搭建的废品收购站正在进行废旧塑料破碎清洗,现场情况与群众投诉相符。市环保局石峰分局相关负责人说,他们在现场看到,有几个工人在破碎塑料,弄成碎片后放到池子清洗,然后废水就直接排出去,且排放的废水是超标的,他们立即要求工人停止排污。经过核查,这个废品收购站原本只从事废品收购,今年6月为了减少打包成本,收购站添置一台破碎机,修建了沉淀池,对废旧塑料进行破碎清洗后再销售。经营者没有办理工商执照和环保审批手续,没有取得排污许可证。环保部门随即对该案件立案处理,并下达《责令停止排污决定书》,对其电源进行查封。目前,现场的破碎设备已被拆除,废水沉淀池已清理完毕,经营者表示“清场后彻底搬离”。此外,我市还接到中央环保督察组转办的“原啤酒厂附近有塑料破碎厂一直在生产,黑色废水直排”。云龙示范区环保局和行政管理综合执法局对举报的陈上林废旧塑料厂进行调查核实,发现该废旧塑料厂正在进行生产,主要从事废旧塑料破碎加工,该项目未进行环评审批,属环保未批先建、擅自投诉使用。目前,云龙环保局已在现场调查取证,并向市环保局申请对该废旧塑料加工厂的环境违法事实进行立案处理。

走进株洲市三三一医院消化内科 专家告诉你冬季如何养肝护胃

冬季养肝护胃无小事,这些方法你要掌握

消化内科是以治疗食管、胃、小肠、大肠、肝、胆及胰腺等器官疾病为主的临床三级学科,消化系统牵涉器官多,疾病种类繁多,医学知识面广,胃肠镜检查操作复杂而需精、准、细。株洲市三三一医院消化内科成立于六十年代,八十年代独立成科,科室技术力量雄厚,人才梯队建设完善,近年来成功救治了大量消化道疑难疾病和危急重症患者。

不良生活饮食习惯容易伤胃 消化道疾病现呈年轻化趋势

今年30岁的张女士,由于工作原因经常熬夜,几乎每天都是熬到两点多才睡觉,再加上平时饮食也不规律,特别爱吃辛辣的食物。不久前,她总感觉胃部间歇性隐隐作痛,未予在意,几天后突然开始呕吐咖啡状物质而赶往医院就诊,经胃镜检查,最后张女士诊断为胃癌。市三三一医院消化内科主任徐艳平表示,长期熬夜、饮食不规律是造成她得病的主因。“到目前为止我们接诊的消化道出血患者最小年龄仅12岁。”

同样不幸的事情也发生在王先生身上,王先生今年才28岁,是南方公司的一名小职员。由于连续几天出现腹泻才前来消化内科就诊,徐主任为其在肠镜下进行切片,最终被确诊为结肠癌,而从发病到确诊仅仅20天的时间。患者父亲

六年前确诊结肠癌,一年前去世。徐主任表示,消化道疾病的症状往往与病情的严重性不成正比,所以容易被忽视。往往病情很重的病人,感觉症状很轻,而一些病情很轻的病人感觉症状很重。这些病情症状很轻的病人往往是等到出现出血了才来医院就诊,但是一般这个时候,病情都发展得比较晚了。“生活中许多胃肠道不适的症状可能会被我们忽略,但积累漫长岁月后,疾病就可能加重甚至性质发生改变,比如癌变。”徐主任建议,年轻人应该养成良好的生活饮食习惯,三餐要定时定量,不能暴饮暴食,改掉酗酒、熬夜等不良生活习惯,保持良好的心态。其次,工作忙不是借口,适量的运动,年轻人要定期给自己的消化道做“体检”。

在饭后半小时进行。冬季还应注意保暖,可以贴身穿一个保暖背心,给胃一个温暖的环境。

“养肝最关键的一点是要保证充足的睡眠,我们肝脏最佳的休息时间是晚上11点到凌晨3点这个阶段,所以早睡早起很有必要。”徐主任介绍,养护肝脏,我们正常的心态也很重要,中医都讲究“思伤脾,怒伤肝”。其次,绿色食品是保肝养肝的最佳选择,例如:香菇、木耳等食用菌含有较为丰富的多糖类物质对于加强肝病病人机体免疫功能十分有益。而对存在慢性肝病的人们,应该在医生的指导下定期复查,坚持用药,正规长期的治疗。如果因为其他疾病需要用药时,我们要选择对肝脏伤害小的药物。

中西医结合治疗,肝病不再可怕

今年40岁的张先生,不久前出现乏力、食欲缺乏、尿黄以及皮肤发黄的症状,在家人陪同下前来到市三三一医院消化内科就诊,经过检查发现其为黄疸进行性加重,肝功能损伤已经发展到肝衰竭的程度。消化内科主任徐艳平通过对患者进一步的检查,选择中西医结合方式进行治疗,通过西药以及茵陈蒿、胆淤通等中药汤剂进行调理,张先生的症状慢慢得到了好转,目前也在持续进行中西医结合治疗。徐主任认为:“中西医结合治疗肝病有其自身的优势,一直以来市三三一医院消化内科都坚持中西医结合治疗肝病的原则,而大量的临床资料也证实了这一措施的正确性和科学性。首先西药善于从生理病理的角度寻找治疗的切入点。而多种中草药具有体外和体内强大的抗病毒作用、抗肝纤维化、降低血清胆红素和转氨酶、双向调节免疫功能,促进肝细胞新生等多重功效。经部分临床数据统计结果显示,中西医结合治疗肝病,无论是在抗病毒、还是在保肝护肝、改善肝纤维化、巩固疗效、改善预后等方面均明显优于单纯西药治疗肝病。” (见习记者 廖娜)

2019年《株洲晚报》大征订

《株洲日报》268元/年
《株洲晚报》162元/年

城区私费订户畅享三重大礼

- 1、千金健康城系列优惠券
药品满减券30元/张×2(每购满100元用一张)
针灸优惠券2张(原价100元/张,优惠价38元)
小儿推拿优惠券2张(原价50元/张,优惠价20元)
- 2、北大医疗株洲恺德心血管病医院体检优惠券1张
送免费心电图
心脏彩超或双源CT检查抵200元
其他项目7折(特殊项目除外)
- 3、奇逛超市满减券8元/张×4
每购满58元用一张
(赠券的详细使用方法见券上说明)

关注“株洲发行”公众号, 另有关爱老人钥匙扣相送



发行/咨询热线: 0731-28823900

- 各发行站联系方式如下:
- 天元一站: 28835320 13077029829 邓站长
地址: 天元区新闻路18号(株洲日报社院内)
 - 天元二站: 22162162 13975338781 黄站长
地址: 天元区燕悦花都槐树园643号
 - 石峰站: 28344160 18073329686 谭站长
地址: 石峰区响石东路266号藕塘小区10栋2号门面
 - 荷塘站: 28422003 13017330508 易站长
地址: 荷塘区氧气路601氧气站旁
 - 芦淞站: 22285495 13787807109 向站长
地址: 芦淞区解放街115号(市一中的后校门处)
- 各发行站常年招投递员,有意者请跟站长联系

