

中车株机造“绿巨人”首次驶入新疆



▲复兴号“绿巨人”整装待发 受访企业 供图

本报讯(记者 伍靖雯)上周五,由中车株洲电力机车有限公司等单位研制的复兴号“绿巨人”从乌鲁木齐站出发,驶往库尔勒市,这意味着新疆正式进入复兴号时代。
“绿巨人”,学名叫时速160公里动力集中复兴号动车组,其外观继承了传统绿皮车元素;以国槐绿为底色,以黄色为色带,被网友亲切地称为“复兴号版绿皮车”。

与传统绿皮车相比,“绿巨人”的座椅椅背可调节,座椅间距也大了不少,其内部服务设施与既有动车组基本一致。“绿巨人”的动力集中在列车头部或尾端的动力车上,开起来是前拉后推,适用于所有普通电气化铁路,且马力更为强劲。
据悉,此前从乌鲁木齐站到库尔勒市,坐火车一般需要5小时。今后搭乘“绿巨人”,时间缩短为3小时38分钟。

中车时代电动汽车 售后服务已达七星级

本报讯(记者 伍靖雯 通讯员 林乐)日前,经北京五洲天宇认证中心评审,中车时代电动汽车股份有限公司及旗下3家子公司,包括常德中车、浙江中车、无锡中车在内,获得CTEAS售后服务体系完善程度七星级(卓越)认证。
从“五星”评级到“七星”评级,中车电动只用了2年时间。此次认证,评审组对该公司相关体系文件、制度和运行进行评审,同时调查服务、品牌、商誉及相应的体系等情况。该评定需要总体分值达到97分以上才能通过,所获荣誉必须是市级、省级颁发证书,

且所有被评审的管理体系都要运营实施一年以上。
“‘七星级’认证,并不是行业硬性要求,我们也不是为了获得此认证才申报的。我们是站在客户的角度,着实想给客户更好的售后服务。通过此次评审,再次优化了我们的售后服务体系,比如智能服务管理体系、‘导师式’服务体系等等。”中车电动公司总经理助理何湘辉介绍,该公司成立之初,就对售后服务有极高的要求和严格的制度。多年来,公司不断向国际一流企业学习,售后标准、系统也不断更新迭代。

涿州区委副书记、区长刘克胤 本周三接听市长热线

本报讯(记者 陈驰)根据有关单位主要负责人接听市长热线工作安排,2019年8月14日(星期三)上午9:00-11:00,由涿州区委副书记、区长刘克胤接听市长热

线。欢迎广大市民、企业及其他社会组织届时拨打“12345”市长热线(市区外居民请拨打“22712345”),向刘克胤同志反映对我市涿口区工作的意见、建议。

市民之声

在“老有所为”中“老有所乐”

□ 马新声

家住尚格名城的潘昌明老人退休后成为社区热心的志愿者,通过“雷锋服务站”等平台,为小区居民们免费理发。该小区的志愿者大部分是退休老人,充分发挥其所长,参与小区自治,共建美好生活。(详见本报8月11日头版)
应该说,目前老人的物质生活充实,医疗条件较完善,老有所养、老有所医已经不是问题。但老人们的生活是否实现了同步丰富?随着老龄化步伐的日益加快,将衍生出一系列社会问题,这些问题将成为制约社会发展的难题。
怎样破解这个难题呢?除了出台配套措施之外,激活与发掘老人蕴含的巨大潜能和内生动力,或是最有效的途径之一。老人们中,很多像潘老一样,有着纯粹的爱心和崇高的品格,有着健康的身体,

有着甚至胜过年轻人的经验和声望,希望为社会做些力所能及的奉献,满足他们这种心愿,也是解决他们对美好生活的需要。
如果能积极汇聚他们的力量洪流,一来可以应对解决老龄化社会的诸多问题和困局,为建设更高水平的文明城市提供低成本、高效能的可行性路径。二来可以让老人们在有所为中有所乐,真正释放他们的活力,让他们过上更高质量的美好生活。正如潘老所说:从事志愿服务,既帮助了他人,拉近了人与人的距离,也快乐了自己。
希望有更多像潘老一样的老人们,积极融入社区生活,参与小区治理,为小区建设发光发热,为晚年生活增光添彩。

□ 时事漫画



“限费令”

长沙市发改委与市教育局近日联合出台措施解决“三点半难题”,明确中小学校内课后服务收费标准为每册每生不超过1000元。

(据新华社)

评天下

手机里的APP离环保有多远

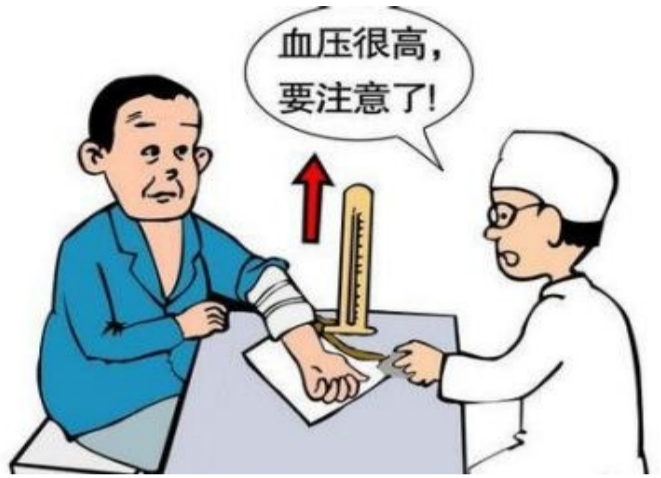
□ 张丽

如今,节能降耗的概念已经深入人心。但是有个人每天都用却“灯下黑”的耗能大户,说出来,不少人会大吃一惊。没错,就是手机。
据科技日报报道,功能越来越强大的APP,占用了大量的数据资源、耗能惊人。多个APP的能耗在智能手机中累加,会对手机寿命、性能、响应速度和温度带来显著影响。以微信APP为例,由于功能被不断拓展,安装包体积已经增长了几十倍。甭管什么APP,动不动就要更新,虽然手机的内存越来越大,可用久了之后都逃不脱越来越慢的命运。比如APP们为了不让你错过每一个“重要”的通知,会想尽办法保证软件在后台运行。还有一些大网络公司产品线丰富,旗下的APP堪称“全家桶”。为了让通信通道时刻保持活跃,通常都会让自家软件互相唤醒。这就不难理解为什么用户觉得有些刚买一年的手机,就已经“跑不动更新后的APP”。

手机卡到崩溃怎么办?当然就是换新的。数据显示,智能手机每年的淘汰量达到3亿至4亿部,而此前已经沉积了10亿部以上的废旧手机。处理不当的废旧手机零件中含的铅、镉、汞等多种有害物质会流出,从而污染土壤和地下水。据悉,一块废旧手机电池的污染强度是普通干电池的100倍,可污染6万升水。
令人遗憾的是,关于APP能耗巨大的这个情况还并不为人熟知。用户可能会多花点钱买个节能冰箱,但并不会注意到免费更新的APP成了能耗黑洞。就算知道了,也很难有什么对策。因为有些APP已经成了生活刚需。在这个博弈中,用户的话语权少得可怜。
其实,业内也不是对这种情形坐视不理。工信部近年来已经出台了各种规范和指导意见来督促APP向绿色、低碳靠拢。早在2017年安卓绿色联盟就已经成立,今年拿出了《中国绿色APP标准》(草案)。不过,衡量APP碳排放的有效指标仍付阙如。没有指标就没有精确的数据,很多后续的管理、处罚和督导就无从谈起。环保从来都是一件时不我待的事情。在不少领域,曾经因为起步晚而付出了巨大的代价,但在信息通信系统方面,完全有实力也必须“出手要趁早”。

(评论版欢迎投稿,已发稿的作者请联系本报编辑部领取稿费。)

高血压、低血钾,原来是肾上腺肿瘤作怪!



▲资料图

今年55岁的赵女士(化名)有8年高血压史,血压最高时曾达180/110mmHg,吃过多种降压药,但效果不理想,这期间还突发过一次脑出血。苦寻病因的她,经熟人介绍到株洲恺德心血管病医院泌尿科求治。经检查发现,赵女士的左侧肾上腺长有一颗蚕豆大小的肿瘤,确诊为原发性醛固酮增多症引起的高血压,幸运的是该院泌尿科张伟团队通过微创手术切除肿瘤,她的高血压得到了根治。

该院泌尿科主任张伟介绍,高血压分为原发性高血压和继发性高血压。原发性醛固酮增多症简称原醛症,是常见继发性高血压的病因之一,是由于肾上腺皮质分泌醛固酮过量而引起肾素分泌受抑制的综合征,属于肾上腺肿瘤中的一种。而赵女士是典型的原醛症患者,不仅体现在高血压药物控制不良,还体现在她检查出低血钾,低血钾

造成了她平常四肢无力,如不治疗可造成心、脑、肾等高血压靶器官的损伤。
经过周密准备,泌尿科张伟手术团队成功为赵女士实施腹腔镜下左侧肾上腺肿瘤切除术,肾上腺的“炸弹”被拆除,术后血压、血钾恢复正常范围,赵女士很快康复出院了。
目前临床上的肾上腺肿瘤中以原发性醛固酮增多症、嗜铬细胞瘤、肾上腺皮质增生症和库欣综合征最为常见,它们的共同症状都是引起血压升高,但可以通过手术根治,根治后不再需要服用药物来控制病情。

张伟主任提醒,广大市民一旦出现顽固性高血压忽高忽低且服用降压药效果不佳时,应及早到医院就诊,推荐肾上腺CT检查,明确诊断,早发现早治疗,以免因高血压危及生命。
(张晶)

子宫输卵管超声造影术“照通”你的孕育之路

备孕许久,却迟迟不见动静,越来越多家庭面临生育问题。据世界卫生组织统计,由女方因素引起的不孕占50%-60%。其中,输卵管形态和功能的变化是引起不孕的首要原因。
子宫输卵管造影检查,是女

性不孕症常规检查项目之一。在市妇幼保健院超声科给患者做完子宫输卵管超声造影检查后听到最多的一句话就是:“白紧张了,一点也不疼,根本和网上说的一样啊!”

什么是四维子宫输卵管超声造影?

据悉,这项技术是子宫输卵管超声造影与三维输卵管成像技术的结合。通过导管经宫颈管向宫腔注入造影剂,在超声监视下实时动态观察造影剂在宫腔、输卵管内流动及进入盆腔后的分布情况,通过三维立体成像,可清晰显示输卵管全程的空间走向和形态,能够实时、连续

观察宫腔形态、卵巢包绕及盆腔弥散情况,对判断输卵管的通畅性具有较高的准确性和特异性。与以往的碘油造影相比较,超声明显优于X线。刺激性较小,过敏反应也少,更不用担心碘油造影检查时所受的放射线辐射影响。检查后次日即可受孕,无不良影响。

造影前需要做哪些准备?

1. 输卵管造影检查的时间是在月经干净后3-7天,准备做造影前夫妻不要同房;
2. 造影前如果有较严重的妇科炎症,需先治疗。

【输卵管超声造影预约、咨询电话】
生殖科:0731-28208909 杨章莉主任:18570239766
王玲主任:18570239997

《糖尿病三五防糖法》向红丁治疗糖尿病的五驾马车(一) 控制好糖尿病是预防糖尿病并发症的主要手段

人们常说:“糖尿病不可怕,可怕的是它的并发症”,很有道理。其实糖尿病官方机构也有类似的说法,国际糖尿病联盟也曾宣布:“如果糖尿病没有并发症,它将不再是一个威胁人类健康的重大社会问题。”想想确实如此,糖尿病如果不会引起并发症,还有什么了不起的呢,还治它干什么呢?遗憾的是糖尿病有并发症,弄不好还会因为糖尿病的并发症造成残疾或者早亡。

糖尿病本身目前既然不能根治,而糖尿病并发症又是对糖尿病病人的最大威胁,那么如果已经得了糖尿病,还有没有治疗的可能,如果已经有了糖尿病的并发症,还有没有逆转的可能呢?可以肯定地回答,如果治疗及时、正确,早期的糖尿病并发症是可以治愈的。所以说,要想糖尿病

慢性并发症逆转,第一是治疗及时,就是赶早不赶晚。要知道,不管是糖尿病的大小血管病变,还是糖尿病的神经病变,在早期得到良好处理的前提下,都有完全消失的可能,如糖尿病肾病患者尿中还没有出现大量蛋白时,或者糖尿病眼底病变患者眼底还没有出现新生血管之时,好好用胰岛素治疗,这些病变也都可以逆转,医师管这种情况叫做临床治愈。第二就是治疗得当,使体重、血糖、血压、血脂和血黏维持在基本满意的水平,避免一切不利于糖尿病并发症的饮食习惯和药物治疗,而且针对并发症采取适当的处理,加速这些早期并发症的逆转是很有希望的。也就是说,控制好糖尿病是预防糖尿病并发症的主要手段。

焦斯林和三驾马车

焦斯林是一个美国著名的糖尿病专家。他在20世纪中期写过一本《糖尿病手册》,在这本书中,他说过一段著名的话:“我常把与糖尿病作斗争的糖尿病病人比作是古代战车上的战士,他驾驭的战车是由三匹战马拖引的,那就是:①饮食疗法。②

(唐翔)

株洲厚德仁营养健康管理中心
健康教育 健康咨询 健康管理
热线:28813109 28623109

市三三一医院儿科智能雾化室 正式投入使用

随着呼吸系统疾病患者不断增加,在全国逐步取消门诊输液的情况下,雾化吸入已经成为呼吸道疾病的首选治疗方案。与口服药、静脉输液相比,雾化吸入具有药物剂量小、起效迅速、全身副作用小、无创伤、使用方便等优点。
为了让呼吸道疾病患者克服雾化治疗的恐惧心理,打造安全舒适的雾化治疗环境,加强雾化治疗的人性化,市三三一医院儿科引进最先进智能雾化治疗系统,现已投入使用!

智能雾化室针对以往小朋友做雾化时爱闹、不配合的问题,存储了儿童喜欢的动画片,使小朋友在做雾化时可以观看,从而不容易哭闹,呼吸平稳,有利于达到雾化的最佳治疗效果。同时可以通过播放呼吸道疾病及雾化治疗的注意事项的宣传片,提高新手妈妈对疾病的相关知识的认识,提高健康宣教的覆盖率。智能雾化室设计了单独卡位,孩子在做雾化时有相对独立空间,减少交叉感染的风险,智能雾化室设有空气消毒机定期消毒,家长可以更加放心。

据悉,雾化吸入治疗是用雾化装



▲陈坦 供图

置将药物(溶液或者粉末)分散成微小的雾滴或者微粒,使其悬浮于气体中,并吸入呼吸道及肺内,达到洁净气道,湿化气道,局部治疗(解痉、消炎、祛痰)及全身治疗的目的,药物直达靶器官起效迅速,更加安全。

(戴年春)