



云龙示范区财政局成为全省先进集体

株洲日报记者 李逸峰
通讯员/汤瑜 杨磊

株洲日报讯 1月19日召开的全省财政工作会议上传喜讯,云龙示范区财政局被省人力资源和社会保障厅、省财政厅授予“湖南省财政工作先进集体”称号。这是该局继2019年荣获省财政厅“电子财政市试点建设工作先进单位”之后,获得的又一全省性殊荣。
近年来,该局聚焦“稳增长”,全面落实减税降费政策,累计减轻企业负担4.1亿元,激发了市场主体创新和发展活力,财政收入增幅连续五年排名全市第一,去年财政收入突破15亿元。聚焦“惠民生”,始终以增进民生福祉为根本目标,财政支出年均增长率高达25%,民生投入占比超过70%以上。
此外,聚焦“强监管”,不断将财政改革向纵深推进。该区在全市率先试点运用湖南电子财政一体化系统,积极助力电子财政改革,实现预算单位“全覆盖”;大力推行预算绩效管理,完成国库集中支付无纸化改革,实施无纸化支付,不断加快现代财政制度建设步伐。

云龙评选出3家年度最佳门店

株洲日报记者 李逸峰
通讯员/宋飘

株洲日报讯 近日,云龙示范区“2020年度最佳门店”出炉,鑫金山商务宾馆、圣佳广告、惠丽美发3家门店入选。
今年初,云龙示范区城管局结合诚信化管理方案,对红旗北路、崇德路沿线门店,进行统一编号摸排,对193家门店信息进行一店一档,统一规范化管理。通过全市城市监督管理系统,全面进行实时监控,对示范街沿街门店违停、乱堆、出店经营等现象及时汇总,下达到网格员进行督促整改,做到对门店管理全时段、全过程管控。
同时,该局按照市容环卫责任区制度(门店三包责任制)要求,由城市管理监督指挥中心、城管大队依据日常巡查、上级交办、媒体曝光、群众投诉等信息来源,对示范街门店进行考核。其中,门店存在暴力抗法或违反消防、治安相关法律法规造成严重后果的,直接评定为不合格门店。此次,共评选年度最佳门店3家、优秀门店5家,均进行授牌表彰,并给予一定物质奖励。不合格门店名单将在市城管局官网、微信公众号公示,并纳入城市管理领域的失信名单。

推进项目助发展,保障民生增福祉

——云龙示范区住建交通工作报道

株洲日报记者 李逸峰
通讯员/谭银球 沈璇 易敏

云龙大道(株洲段)快速化改造通车,融城黄金通道顺利打通;全力开展交通安全顽瘴痼疾整治,铁路沿线安全隐患及76处风险路段整治完成;有序推进18个水电气配套项目建设,完成建设投资4000多万元;调整3条公交线路,新增4条公交线路,辖区群众出行更便捷;7个老旧小区改造一新,小区居民交口称赞……
一串串数字,见证奋斗;一件件实事,传递温暖。2020年,株洲云龙示范区住建局围绕“三区目标”,上下齐心,攻坚克难,全力推进项目,助力发展,保障民生,交上了一份让人民群众满意的答卷。

项目建设快马加鞭,市政基础设施日趋完善

去年8月28日,备受关注的云龙大道(洞株路株洲段)快速化改造项目全线通车。比合同工期提前3个月,株洲和长沙之间新增一条全程无红绿灯的免费快速通道,开车全程不到30分钟,通行时间较改造前节约40%,将为株洲尤其是云龙产业发展,带来前所未有的机遇。
S105(株洲段)是株洲连接长沙的一条重要干线公路,由于年久失修,加上车流量大,道路损坏严重。去年10月,S105云龙大道至荷叶塘段修缮工程启动,总长3.66公里,项目规划投资1300万元,计划建设工期12个月。在区住建局精心组织以及各单位协同配合下,工程施工大幅提速,仅用两个月就全面竣工。
项目建设快马加鞭,市政基础设施日趋完善。去年,该区

老旧小区改造一新,农村危房改造加速推进

“情系百姓,美化家园。”1月21日,链条厂新、老生活区4名业主代表来到云龙示范区住建局,送上一面锦旗,表达全体业主的真挚感谢。
链条厂新、老生活区改造项目于去年12月31日完成竣工验收,本次改造除对小区屋面、楼道、道路、雨污分流、监控等基本设施进行修缮和提升外,还配合学林街道及三冲社区,拆除了小区内35处违章建筑,小区环境大大改善,居民纷纷点赞。截至目前,该区2020年改造的7个老旧小区基本完成竣工验收,小区旧貌换新颜,居民喜笑颜开。
不仅仅是城市老旧小区改

整治黑臭水体,守护碧水蓝天

荷叶塘干渠在云龙示范区境内全长1.56公里,原为雨水和农排灌溉渠。过去,因为沿途城郊群众生活污水随意排放,干渠一度成为臭水沟。
2018年9月,该区启动荷叶塘干渠(下游云龙段)截污整治工程,共完成截污支管施工8000米,清淤1638立方米,修复水毁干渠360米,沟底硬化1300余平方米。同时,配套建设污水处理站1座,日处理能力达1200吨。昔日臭水沟,一去不复返。
加强基础设施建设,加大黑臭



S105老长株路路面改善工程施工现场。易敏 摄

实施市政基础设施项目共46个,其中路网类37个,水环境治理类8个,电网工程1个,总投资额18.32亿元。云龙大道自来水加压泵站建设完成,解决了北部片区水压过低的问题;云峰大道自来水管网建设完成,解决了云峰雅郡的自来水水源问题;有序推进18个水电气配套项目建设,完成建设投资4000多万元;完成云峰大道、万达广场、长郡中学规划道路、龙母河堤等项目10KV高压电杆迁

移;完成横石干渠污水干管管网工程(一期)建设工作,有效解决化工学院和铁道学院开发片区的污水排放问题。
加大公路养护,整治交通问题顽瘴痼疾。该区投入资金200万元,用于全区年报内100公里道路日常养护和大中修,全区公路列养率达100%。按求对交通运输企业和重点货物源头单位进行安全检查,全年共整治铁路安全隐患23处,风险路段整治76处。

能住上这么好的房子,感谢党和政府的关怀!”去年7月底,易罗云老人搬进新房,十分激动。
去年,该区已对辖区内100户“三类房”进行修缮、拆除,危房改造中对770户“五类重点对象”的住房进行安全性鉴定并挂牌,完成23户C、D级住房修缮、重建,总计补助42万元。完成棚改开工60户,超额完成全市棚改目标任务。

进一步提升全区城镇污水收集、处理系统效能,加速实现污水管网全覆盖,污水全收集、全处理。
此外,该区还全力推进畜禽粪污治理和资源化利用,全区畜禽粪污基本得到综合利用,有效改善了农村生态环境。目前,纳入改造计划的20家养殖户已全部完工并通过验收。

新闻集装箱

创业创新园 众创空间跻身省级榜单

近日,湖南省科学技术厅公布全省59家2020年度省级众创空间名单,云龙创业创新园众创空间榜上有名。
创业创新园众创空间总面积约5116平方米,设立教育培训、公共洽谈、创新成果展示、休闲娱乐4个功能区,搭建各类专业性服务平台,组织引进成功企业家、天使投资人和知名专家等专业人士为主的创业导师团队,旨在为创业者打造一个低成本、便利化、全要素开放式的公共创业办公空间。目前,该众创空间已入驻企业15家,组织开展多场企业交流、企业服务培训会议,并成功举办云龙杯创业创新大赛等。
(马妮娜)

脱贫攻坚“回头看” 实地走访

1月23日,云龙示范区城管局组织一、二支部全体党员共60余人,来到该区对口扶贫点茶陵县桃坑乡南坑村,开展脱贫攻坚“回头看”实地走访工作,共走访12户困难群众家庭,送上慰问金6000元。
南坑村距离茶陵县城约55公里,是省级贫困村。在上级党委政府和云龙示范区驻村扶贫工作队帮助下,近年来,南坑村新建10公里长的村主干道,沿途架设太阳能路灯137盏,新建500平方米的文化广场,发展旅游产业,带动经济发展。2018年,南坑村顺利脱贫摘帽。
(宋飘)

拆除违建钢架棚

1月26日,云龙示范区治违大队巡查发现,学林街道大丰社区周龙庙组一村民违法搭建钢架棚厂房。
该处违法建筑搭建在非常隐蔽的山边,面积达200平方米。执法人员当场制止,并来到违建村民家中,宣讲政策,要求业主3天内自行拆除。
(聂宇琦 易双)

健康广场

责任编辑:王芳 美术编辑:王飘 校对:马晴春

株洲市首家“国家标准化心脏康复中心” 高血压康复治疗,了解一下!

株洲市二医院 陈恺棋

什么是高血压康复治疗?

高血压康复治疗是利用科学运动、合理膳食、睡眠调节、心理改善、戒烟限酒、合理用药等手段综合对高血压患者进行健康生活方式的重建,达到更好的控制血压、减少药物使用、减少心脑血管意外发生、延长患者寿命的目的。

今天来看一个案例,带大家了解一下高血压康复治疗吧。

患者实录

言海琼:我叫言海琼,今年65岁了,是玻璃厂退休工人。五年前在医院体检发现心脏有问题,当时也没管它,到了2020年社区体检,结果发现了很多问题:血压、血脂高,医生说你不减的话,身体会有很大的麻烦。当时为了降血压和减脂,我就到健身房去整整地练了五个月,非常辛苦非常累,但效果不佳。2020年11月,许主

任上了一堂关于高血压的课,我听了课后觉得可以到医院里来进行降血压和减脂,到了12月的时候,高血压犯了,就到这个康复科来住院,住院以后依照医生的指点,通过饮食和运动等等来进行降血压和减脂,效果非常好,我在不到10天的时间,减了4斤,腰围少了将近两寸。

专家回复

康复科副主任许轶:对于言叔叔这种有心脑血管疾病的人群,在做运动治疗前,我们首先会给他进行一个详细的评估,了解他整个运动状态下心血管系统的变化到底是怎么样的,然后给他精准制定运动处方,保证运动治疗的有效性和安全性,同时我们也会结合营养、睡眠、心理、戒烟限酒等多个方面对他进行综合的管理。
我院心脏康复中心在这一方面还是有独到的一个优势,我们有德国进口的心肺运动测试

仪,通过心肺运动测试,可以了解到患者有氧运动和无氧运动的临界点在哪里,他的最高的燃脂心率在哪里,还可以了解心肺储备的状态,以及整个运动中血压、心率、心输出量等指标的一个变化情况,所以能够确保病人在运动中的一个有效性和安全性。另外的话我们还有专业的营养师、运动康复治疗师,是一个十分专业的团队,能够更好的综合的管理我们的患者。

株洲市二医院心脏康复中心

中心于2017年成立,拥有专业的医生、治疗师团队,医护人员均是由中国医学院阜外医院心脏康复中心进修归来。中心还成立了支架术后俱乐部,目前已完成心脏康复评估和治疗近千人次,获得患者一致好评。2020年我院顺利通过全国心脏康复中心线上复核,成为株洲市首家“国家标准化心脏康复中心”。

更年期,真的会不“性”福吗?

湖南省直中医医院 谭艳娟

更年期性生活问题,需要治疗吗?

患者:但是性生活时感觉阴道比较干燥,对性生活的质量有些影响,需要治疗吗?有办法改善吗?

谭医生:对于大多数更年期症状,以下方法都能够很好地改善,包括性交不适引起的性生活问题。

- 1. 药物治疗(雌孕激素疗法+中药调理)
2. 盆底生物电反馈治疗
3. 私密手法治疗(手法+私密冷灸灸+仪器)
经过咨询,王女士打消了顾虑,通过药物结合私密手法治疗2个月后,逐渐恢复了夫妻生活,精神面貌有了很大的改观。她告诉医生,经过治疗后,更年期症状明显减轻了,关键是恢复性生活后,夫妻关系有了改善,老公现在对她很体贴,感觉生活变得更美好了。
因此,碰到更年期问题,女性朋友不要羞于求医,如果能够突破传统观念的束缚,敞开心扉与专业医生交流,可以获得令她们惊喜的效果,使她们能够走向晚年的“性”福生活。

更年期的性

一个被刻意忽略的问题

患者:其实我还有一个问题不太好意思开口,哎,我现在对性总提不起兴致,这一年多和丈夫几乎没有性生活,弄得夫妻关系有些紧张。

谭医生:明白了,别不好意思,性生活也是健康生活的一部分,我先向你介绍一下更年期对性欲的影响吧。进入更年期后生理上的不适,让很多女性也产生了心理上的不适,比较消极悲观,认为女人绝经了就是丧失了生育能力,也就丧失了性功能,因此对性生活比较冷淡,甚至从此拒绝性生活。

同时,更年期时雌激素降低,阴道供血下降,不够润滑,出现干涩、疼痛的现象,同时盆底肌肉力量下降,阴道松弛。而性交次数减少,又会令阴道缺乏对性刺激的反应而更加干燥,如此恶性循环,造成了一部分人的性功能障碍,认为自己已

原来不是开玩笑! 泌尿结石『痛』比不痛好

株洲市三三一医院泌尿外科 陈钰

64岁的刘大爷,是一名普通的退休工人,11月初到市三三一医院做了一套全身体检。体检CT显示:左侧肾脏皮质菲薄、肾脏重度积水。

这是什么意思?他的左肾就像一个灌满水的大气球,几乎看不到正常的肾组织,而造成这一切的罪魁祸首,是刘大爷输尿管中段的一颗直径只有10毫米的结石。

市三三一医院泌尿外科段俊锋主任指出,临床上一般肾、输尿管结石引起肾绞痛的原因,是结石移位后在肾盂或输尿管里形成梗阻,尿流不畅,输尿管蠕动加强至痉挛所致。

有的患者结石相对较大,在某个部位梗阻较为严重,移位困难,肾绞痛就可能反复发作。所以,在临床上肾绞痛并不完全是坏事,一是输尿管排石的过程,二是身体对我们的提示,需要上医院做检查和治疗了。

段俊锋主任分析,刘大爷当年确实排出过结石,但后来他再没有复查过,有可能当年是多发结石,当时只排出来了一小块,亦或者是后来新长出来的结石从肾里面排出来,卡在输尿管了。在术中探查发现,刘大爷的这颗结石在输尿管里“卡”得非常厉害,再加上这颗结石在输尿管的同一位置停留时间过长,造成了结石周围输尿管内的息肉大量增生,以至于完全堵死了输尿管,这个时候输尿管就完全没有蠕动了,当然也不会有绞痛发作。

由于刘大爷的肾脏积水逐渐加重,整个肾脏变成了一个大大囊。经检查,刘大爷的这颗肾脏还留有一小部分功能。在完善各项术前检查后,泌尿外科联合麻醉科,手术室等相关科室,共同给刘大爷完成了保肾+输尿管软镜取石术。刘大爷的案例令人叹息,虽然后来他的左肾是保住了,但终究还是丧失了大部分功能,还是因为一颗结石。

市三三一医院泌尿外科专家 对病友的几点建议

泌尿系结石是泌尿系统的常见病、多发病,大部分以肾绞痛或血尿起病,也有少部分患者为体检时发现。发现结石后须提高警惕,及时就医,到正规医院由医生进行诊断并制定相应的治疗方案。

随着医学技术的发展,临床上针对结石的治疗方法也越来越,一般有如下三种。

保守治疗:一般在4mm以下的结石,无梗阻、无感染、肾脏功能良好者,结石表面光滑,可以多喝水,适当运动,以促进结石顺利排出,建议平时饮水量保证在3000ml左右,再配以一些排石药物辅助治疗。

体外碎石:全称为体外冲击波碎石术,英文简称为“ESWL”。具体是指医生操控体外碎石机产生冲击波,经过多次释放能量将结石打碎成小颗粒甚至粉末化后,使之随着尿液排出体外。一般适用于直径<5mm的肾结石和输尿管上段结石。

输尿管镜(软)镜(微创保肾取石术):这是目前比较先进的微创取石的治疗方法,经由人体自然腔道尿道进入膀胱,配合软镜将结石击成粉末,再以套石网套住碎石经尿道取出,将结石一网打尽。全程不伤及肌体,恢复快。