

### 醴陵：263名非醴籍教师喜领爱心礼包

株洲日报·掌上株洲讯(记者/刘毅 通讯员/王卉) “还未走上讲台,就深刻感受到了醴陵尊师重教的浓厚氛围……”8月31日,醴陵市涪江中学,收到爱心礼包的张敏,在主席台上激动地说。

张敏来自长沙,今年通过公开招考,成为醴陵市左权镇中心学校的一名老师。当天,该市教育局、教育基金会和爱心企业共同开展“温暖外地乡村教师行”之“温馨家行动”活动,为包括张敏在内的263名当年入职的非醴籍教师分别捐赠一套床上用品和500元交通费,总价值达36万余元。

今年,该市通过统一招考、高校直聘、选调等多种方式,新聘小学、初中、高中教师500名,其中,263名并非醴陵本地人,分别来自省内各地和江苏、重庆等省市。“让这些新入职的外地教师在醴陵工作有归属感、获得感和幸福感,也是本土企业的社会责任。”参与此次捐赠的湖南建宸置业有限公司负责人张妙莎说。

开学前夕收到爱心礼包,非醴籍教师们倍感温暖,承诺至少在乡村学校工作5年。“心安之处,便是故乡。今后一定尽职尽责,为醴陵教育事业贡献微薄之力。”来自湘乡的李思思说。

该市教育基金会相关负责人表示,将把“温暖外地乡村教师行”活动持续开展下去,将其打造成基金会的品牌公益项目,让更多青年教师“下得去、留得住、教得好”,提升农村教育质量。

### 炎陵：黄氏宗亲4年奖励26名优秀学子

株洲日报·掌上株洲讯(记者/黎世伟 通讯员/张和生 罗程) 8月26日,炎陵县黄氏宗亲代表齐聚水口镇黄氏宗祠,炎陵县黄氏宗亲奖学助学理事会在这里举行2021年高考优秀学子颁奖仪式,为8名黄氏学子分别发放1000元助学金。

炎陵有黄姓人口8000余人,95%为客家人,大多为明清时期从江西、广东、福建等地迁入,他们一直有着爱国爱家、重教崇文的优良传统。

2018年,这里的黄氏后人继承家族的优良传统,再次接受族胞捐资,设立助学金。据炎陵黄氏宗亲奖学助学理事会负责人介绍,设立助学金,旨在激励黄氏优秀学子胸怀远大理想,学真本事,练真本领,做知恩报国、勇于担当的接班人,为共圆中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。

据悉,4年来,炎陵黄氏宗亲奖学助学理事会已向26名考入重点本科大学的黄氏学子发放助学金。

## 涪口区：塑“精致城市”靓形象

株洲日报·掌上株洲讯(记者/邹怡敏 通讯员/胡蓉 张仪) 8月29日,涪口区水环境综合治理一期工程梅苑路施工现场,工人们正在安装400mm污水排放管,安装完毕后,可实现雨污分流,减少城区积水。

“我们每天早上七点到晚上十不间断工作,保证项目顺利推进,尽量减少对居民生活和出行的影响。”中交二航局涪口项目生产经理楚隆隆介绍,水环境综合治理一期工程主要包括污水治理厂改造和扩建以及雨污分流改造工程,预计两年内完成城区改造。

在津口西路的二期棚改配套设施建设施工现场,工人们正在铺设排水管网。原来,这里是一条狭窄的露天排水沟,污水脏水通过水沟排出去,经常发生堵塞,气味难闻。今年7月,该区启动二期棚改配套设施建设,内容包括雨污水管改造、道路改造、照明提升、交通完善、绿化提质等,工程完成后将极大改善周边环境。

深入贯彻落实涪口区第二次党代会精神,近年来,涪口区围绕“精致城市建设”目标,大力推进老旧小区改造、城市雨污分流改造、城市“微景观、微亮化”等一大批项目建设,树立城市发展新形象。

走进熙园小区,只见道路、墙面干净整洁,绿化景观错落有致,一眼望去绿意盎然。居民们坐在树下聊天,十分惬意。“变化最大的就是有了一个小型儿童游乐场,孩子们玩耍更方便安全;小区种上了桂花树,等到开花,一定非常美、非常香。”熙园小区居民蒋云波说。

熙园小区是个老旧小区,今年7月,小区



改造后的熙园小区有了“口袋公园”。通讯员 供图

启动改造工程,对污水管道、化粪池进行清淤清障,重新铺设雨水管道,实现雨污分流全覆盖。同时,施工方“见缝插绿”,打造了一个“口袋公园”,提高了小区的“精致”程度,接下来,小区路面还将铺设沥青,环境将得到进一步改善。

涪口区一大批城乡基础设施项目正在加快建设。目前,梅子湖片区开发项目已启动路网建设;“气化村镇”已有2个建成投用,湘江至韶关分输管线已铺设2000米;13个老旧小区全部开工改造;棚湖区改造已开工214户,占任务数的57.2%;已签订9台加装电梯安装协议,占任务数的45%。

聚焦城市功能完善,统筹推进城市更新,

## 醴陵：上半年园区技工贸总收入增长近三成

株洲日报·掌上株洲讯(记者/刘毅 通讯员/曾佳 邱红) 日前,记者从醴陵市经开区获悉,上半年该市实现园区技工贸总收入达294.5亿元,同比增长27.5%。

陶润集团创立于2003年,是一家集研发、设计、生产、销售及文化为一体的陶瓷综合企业。其旗下子公司——湖南陶润会文化传播有限公司致力于国内品牌和陶瓷文化的传播,主要产品包括日用陶瓷、酒店用瓷、文创礼品等。目前,该公司累计获得专利230多项,产品远销海内外。“今年,国内陶瓷市场稳定,海外订单收获新高,上半年产值同比增长70.3%。”陶润集团副董事长文礼说。

不止是陶润集团。湖南恒茂高科股份有限公司上半年不仅稳定了老客户,而且拓展了新客户,收获了喜人成绩。“到目前为止,总共接单金额超过7亿元,较去年翻了一番。另外,从出货情况来看,较去年增长近四成。”该公司营销中心经理夏天星说。

园区企业运行平稳,支撑作用明显。数据显示,该市上半年实现园区规模工业增加值达97.3亿元,同比增长27.2%。此外,该市园区在固定资产投资、招商引资等方面,均交出了不错的成绩单。

今年以来,该市经开区狠抓产业项目建设,对各项分类梳理、专班跟进,力求周周

有进展、月月有变化,思蓝德新型粘接密封材料智能制造、东方电瓷超高压绝缘子生产基地等多个投资过亿元项目实现快开工、快建设。突出招大引强,积极对接产业联盟、世界500强等协会和企业,筛选科技含量高、经济效益好的项目,增强园区发展后劲。

“上半年,园区实现固定资产投资52.8亿元,同比增长14.4%;项目推进取得较好成绩,新引进5000万元以上项目11个,新开工项目14个,新竣工项目12个,均超额完成上半年任务。”该市经开区产业发展局副局长何泽华说,将加快推进“五好”园区建设,不断提升园区发展质量、效益和水平。

## 健康广场

### 突然吃得多吃还不胖,你还真以为是好事?

“吃得多吃得多,排得多(尿)还变瘦”,听起来没毛病,甚至还让人有点羡慕。株洲市二医院专家提醒,可别错把身体警报当好事。

#### 病例回放

从小到大大一直是“小胖墩”的小王,因为家里人的溺爱和不良生活饮食习惯影响,年仅16岁的他体重已接近100公斤。

最近,小王明明还是照样吃,却开始变瘦。原本小王没当回事,还暗暗窃喜,突然一下成了“吃不胖体质”,然而亲戚的一句话却击碎了他的美梦。

“让你妈带你去医院看一下吧,这可有点像糖尿病”三多一少的症状啊。”听完这话,小王在家人的陪伴下,来到株洲市二医院就诊。

株洲市二医院内分泌科主任吕翠叶通过小王自己的症状叙述、体重以及生活习惯推测小王可能是肥胖继发起的糖尿病。立即监测血糖,测出血糖值为256mmol/L,这可整整是正常血糖高值的四倍多,当即吓坏了小王一行人。然后通过进一步的医学检查,确诊小王是肥胖继发起的2型糖尿病。

经过内分泌科的药物、饮食、运动一系列治疗,小王的血糖维持在6-8mmol/L区间,出院后小王的血糖控制一直比较稳定,他开始减重并初见成效。

#### 糖尿病的诱因

为什么小小年纪就会得糖尿病?市二医院专家称,1型糖尿病与自身免疫系统更为密切。其它原因还包括:

- ◆肥胖:肥胖是诱发2型糖尿病的最重要因素之一。肥胖者组织细胞的胰岛素受体减少,对胰岛素的敏感性降低。
- ◆少动:活动量少会引起肥胖,使胰岛素敏感性降低。
- ◆多食:进食过多易引起肥胖,高脂肪、高糖饮食可能诱发糖尿病。
- ◆年龄:随着年龄增长,糖耐量呈降低趋势,45岁以上者易发生2型糖尿病。
- ◆妊娠:妊娠是糖尿病的诱发因素。
- ◆感染:部分糖尿病与病毒感染有显著关系。病毒可能直接或间接通过激发自身免疫反应而损害胰岛组织。
- ◆应激因素:在外伤、手术、急性心脑血管疾病等应激情况下,体内升糖激素增加,使肝糖原加速转化成葡萄糖而发生高血糖,可诱发糖尿病。

#### 怎么预防糖尿病

- 合理膳食,主要是控制每日总热量以防肥胖,肥胖患者要限制每日总热量以减轻体重,使体重逐渐恢复至理想体重的±10%左右。同时合理分配膳食中糖类、脂类、蛋白质的比例,戒烟限酒。
- 有规律的进行合适的运动,运动可以增加胰岛素的敏感性,还可帮助控制体重。
- 对糖尿病高危人群,要加强血糖的定期监测。

## 市三三一医院传来喜讯 两项课题获省自然科学基金立项

株洲市三三一医院 李娜妮

近日,2021年度湖南省自然科学基金项目立项名单公布,株洲市三三一医院两项课题获省市联合基金项目立项。分别是超声引导下腰骶丛阻滞复合喉罩全麻在老年髋部骨折快速通道手术临床研究,运用PBL(以问题为导向的教学方法)、CBL(以临床病例为基础的学习方法)教学法开展助理全科医师培训阶段临床思维训练课程的研究。

湘基金委(2021)1号				
2021J50065	超声引导下腰骶丛阻滞复合喉罩全麻在老年髋部骨折快速通道手术临床研究	株洲市三三一医院	蒋耀光	2021-2023
2021J50066	运用PBL、CBL教学法开展助理全科医师培训阶段临床思维训练课程的研究	株洲市三三一医院	李娜妮	2021-2023

株洲市三三一医院是株洲市医学会麻醉专业委员会主委单位,在主任委员彭俊敏副院长的带领下,该学科连续两年获省市科研立项。今年获得湖南省自然科学基金项目立项的是“超声引导下腰骶丛阻滞复合喉罩全麻在老年髋部骨折快速通道手术临床研究”课题项目,项目负责人蒋耀光为株洲市三三一医院麻醉科主任,该立项课题旨在通过麻醉和超声两学科结合,提高老年髋部骨折手术的麻醉安全性。

随着我国进入老龄化,髋部骨折的老年病人逐年增多。“髋部骨折”被称为“人生最后一次骨折”,老年人一旦摔跤极易造成髋部骨折,髋部骨折最易造成老年人死亡。如何保障高

龄且有基础疾病的患者手术麻醉安全性,一直是业内比较棘手的问题。该课题的实施有望能大幅提高该类手术的安全性,让广大老年患者受益。

另一项获得湖南省自然科学基金项目立项的是“运用PBL、CBL教学法开展助理全科医师培训阶段临床思维训练课程的研究”课题项目,为株洲市三三一医院首项省级学科科研立项。课题负责人为李娜妮,为该院科教科科长。株洲市三三一医院自2016年成为湖南省助理全科医师培训基地以来,严把教学质量关的同时,积极进行教学创新,成绩优异,连续两年被评为湖南省优秀助理全科医师培训基地。

## 喝酒应酬太伤身,“葛参茯甘”来帮忙

湖南省直中医医院 秦露

尽管有些人知道酗酒的危害,却依然在“小酌怡情”里肆意放纵。醉后头痛、头晕、恶心呕吐……最重要还伤肝。

湖南省直中医医院治未病与健康管理中心首席专家张群教授,专门为经常喝酒、喜肉食的精英人士设计的一个纯中药养生茶——葛参茯甘茶,能减轻酒后头昏、胃部胀闷、大便黏滞不爽等不适,并对高血脂、高尿酸、轻度肝功能损害有一定的辅助调理作用。长期服用可以减轻酒精、油腻饮食对肝脏的损害。

市民李先生喝了张群教授推荐的解酒护肝茶后,感觉不错。酒后头疼、胃不舒服的症状明显减轻,次日早上也不像以前有宿醉感。



葛参茯甘茶

葛参茯甘茶里,有两味解酒专用药——葛花和枳椇子,古人给它们“千杯不醉”的美名。《中药大辞典》说葛花“解酒醒脾,治伤酒

发热烦渴,不思饮食,恶逆吐酸,吐血”;《千金方》说饮鲜葛根汁可治“酒醉不醒”。葛花的作用与功效主要就是在解酒上,它可以提神醒脑,而且调养肠胃,起到健脾养胃的功效。

枳椇子,就是民间常说的拐枣,又名鸡距子。李时珍的《本草纲目》中曾记载“其枝、叶,止呕逆,解酒毒,辟虫毒”。民间有“千杯不醉枳椇子”的说法,酒后生吃几颗拐枣,能醒酒安神。枳椇子具有解酒毒,止渴除烦,止呕,利大小便之功效。

有时候喝酒难以避免,如何才能聪明应酬不喝醉,给大家几点建议:

- ▲不要空腹喝酒,否则酒精在胃里很容易被吸收,导致醉酒。
- ▲酒不能混着喝,无论你怎样混着喝,都会对胃部造成极大的损害,而且更加容易醉。
- ▲再好的哥们,也别“一口闷”,要小口、慢饮酒、多吃菜,这样才能在品尝和享受之间,不给醉酒留机会。
- ▲喝酒期间勤上厕所,给肠胃缓冲一下,也能更快更多地把异物排出体外,不会那么容易醉。

葛参茯甘茶还有一个神奇之处,在知道自己要喝酒的情况下,提前将其冲泡来喝,还可以预防饮酒后身体出现不适的情况。

治未病与健康管理中心咨询电话:28290211

## 准妈妈注意啦! 市人民医院这台“神器”让排畸更精准

株洲市人民医院 陈志梧



▲美国GE Voluson E10。模式、断层、容积计算等功能,在产前筛查领域、胎儿心脏领域、生殖领域、妇科超声、盆底超声、围产超声中发挥着重要作用。

与传统的四维超声诊断仪相比,GE Voluson E10的影像画质更清晰,宝宝在微笑、打哈欠、吸手指、做鬼脸、伸懒腰、吐舌头时的动态影像都能完美呈现,堪比“超清”大片。

值得注意的是,该仪器不仅能做胎儿排畸,还可以全面筛查妇科疾病。它对子宫颈畸形及宫腔病变、输卵管、卵巢、卵泡等进行全面评估。在盆底检查方面也有极大优势,可通过容积数据采集,获得更清晰的图像,为临床诊断提供更丰富、有效的信息。针对妇科肿瘤,该仪器提高了微小血管的敏感性,有助于肿瘤良恶性的鉴别诊断。