



## 小楼栋里的“大管家”

株洲日报讯(全媒体记者/邹怡敏 通讯员/张仪) 10月27日上午,在渌口区渌口镇接龙桥社区金玉佳园小区,59岁的苏建国穿着黑色运动套装,正弯腰清扫楼道。作为一名楼栋长,无论是房屋漏水、化粪池堵塞,还是邻里间出现矛盾,只要居民有需要,他都会及时出面,帮助解决问题,被大家亲切地称为“大管家”。

金玉佳园小区有一栋楼40余户住户,属“三无小区”。2014年,苏建国入住,热心肠的他,时常帮助住户解决房屋漏水、修理水龙头等琐事。因小区的增压泵出现故障,高层层的住户经常出现水流小甚至没水用的情况,十分闹心,大伙找到苏建国寻求帮助。苏建国联系专业维修人员,重新安装增压泵,并学习如何使用设备,彻底解决了居民用水问题。“他上上下下费了好大力,我们真的感谢他。”说起苏建国,小区住户朱水清竖起大拇指。

去年,在渌口镇政府、接龙桥社区的指导、协助下,金玉佳园小区成立业主委员会,热心又有责任心的苏建国被推选为业委会主任。“既然住户们信任我,我就把担子担起来。”苏建国说。

小区电梯老旧,存在重大安全隐患,苏建国上任后做的第一件事就是对电梯进行升级维护。征得众人同意并筹集费用后,他带领业委会成员把电梯维修好,并安上了监控、照明灯,统一配置电梯卡,有效限制了外来人员随意进出。过去,因无人管理,小区垃圾随处可见,污水横流,到处弥漫着一股臭味。苏建国发动居民,清理水沟,轮流清扫楼道卫生,从而使得小区面貌焕然一新。

现在,小区环境越来越好,爱护小区环境成为居民的良好习惯。苏建国也凭着“把每一件小事管好”的热心,被评为渌口镇优秀“三长”。

## 深化湘赣边区域合作 醴陵湘东合办 干部能力提升班

株洲日报讯(全媒体记者/刘毅 通讯员/李组轩)10月30日,2023年湘赣边年轻科级干部能力提升示范班在醴陵市委党校开班。

该示范班由醴陵市和萍乡市湘东区两地组织部门共同举办,为期10天,开设了习近平新时代中国特色社会主义思想、乡村振兴等专题课。教学形式上,既有理论辅导,又有现场教学,同时安排分组讨论、座谈交流等互动环节,旨在通过干部教育培训联合办班的模式,提升两地年轻科级干部谋事干事成事本领,促进区域协调发展。

2021年10月,国家发改委印发《湘赣边区域合作示范区建设总体方案》,湘赣边区域合作示范区建设上升为国家战略。次年7月,两地组织部门签署了《战略合作协议》,创新实施了互派干部挂职交流、区域人才发展调研、举办选调生论坛等工作。

此次共同办班,是继续深化湘赣边区域合作示范区建设的有益探索。两地学员表示,将珍惜机会,学思结合,不断提升业务水平,努力推动两地合作发展。

# 让“良田”变“粮田” 解码“田长制”的茶陵实践

株洲日报全媒体记者/陈洲平  
通讯员/陈韬 谭斯涵

近日,茶陵县田间地头忙着收获和播种,呈现一派生机勃勃景象。这美丽景象的背后,离不开茶陵县1326位田长的默默守护。

守护好每一寸耕地,牢牢扛稳粮袋子。近年来,茶陵县全力探索推行“田长制”,实行耕保网格化监管,遏制耕地“非农化”“非粮化”倾向,破解“荒田、占田、毁田”难题,逐渐形成耕地保护的良好氛围,被评为株洲市耕地保护先进单位。

### 田长全覆盖 守住“饭碗田”

11月2日,严塘镇爱里村连片农田里的油菜苗,为褐色的土地披上了绿衣。该村党总支书记、村级田长徐志飞,早早赶到田间,对全村2230亩耕地巡迓。

他身后不远处,一块立在田间的公示牌格外醒目,这是茶陵树起的第一块田长制公示牌,上面详细标明了县、乡、村、网格四级田长的姓名、职务、联系方式,附上了耕地和永久基本农田保护范围图和面积、田长职责等内容。

“以前我们村乱占耕地的问题较多,老百姓根本不清楚哪里是基本农田,什么样的行为是违法。”徐志飞说,自从有了田长制公示牌,曾经的荒地复耕,占用农田的杂物被拆除,因乱占耕地而发生的矛盾也没有了。

与徐志飞一同巡迓的还有4位网格田长,他们每人都下载了“湖南田长”App。通过App,不仅能看到每天的巡迓台账,还能查看每位田长的巡迓路线图。

这样的场景在茶陵县各乡村不断复制,每一块耕地都有了“守护者”。去年,茶陵县启动“田长制”工作,建立“县乡村+网格”四级田长管理体系,全县共划定860个网格,各级田长共计1326人,并实现田长制公示牌和“湖南田长”App安装全覆盖。截至目前,该县已累计开展巡迓2万余次,实现耕地保护从“一家管”到“大家管”的转变。

### 乡镇出实招 守牢“硬底线”

日前,一群由高陇镇干部组成的特殊暗访团,深入全镇各村开展调查。巡迓、查台账、看巡迓图……暗访团查得格外“较真”。

“检查结果,将纳入年底耕地保护考核,真金白银真奖真罚。”高陇镇相关负责

人表示,检查的依据正是该镇出台的《高陇镇耕地保护考核奖惩办法(暂行)》。

根据办法,该镇每年拿出1万余元作为耕地保护奖励经费;对年度内发生一起侵占、破坏一般耕地的,分别对村级田长、网格田长予以扣除200元、300元的处罚,严重的还将对相关责任人予以党纪立案处理。

自创“方案”,高陇镇不是个例。舂舂乡也制定了《耕地保护田长制实施方案》,包括压实乡村田长、网格田长、护田员工作职责,对相关责任人开展业务培训,推进“湖南田长”App下载注册全覆盖和日常巡查等。截至目前,该乡各级田长使用“湖南田长”App巡迓累计时间超3000小时,累计巡查距离超500公里。

为坚决扛起耕地保护和粮食安全的重大政治责任,茶陵各乡纷纷结合辖区特色,出台各类方案和制度,打出“田长制+”工作组合拳,形成了“属地管理、分级负责、全面覆盖、责任到人”的耕地保护监管机制。

### 宣传新模式 守好“粮袋子”

6月25日是全国土地日,一则短视频在茶陵县各乡村火了起来。“瓜果蔬菜哪里

来,全靠土地能耕耘,青山绿水要长久,方寸耕地不能丢”“如在农田乱搭建,执法人员约见面,一寸土地一寸金,管好万代青”……视频中,严塘镇各级田长纷纷说起了顺口溜,俏皮轻快的宣传口号迅速在全镇乃至全县掀起了模仿热潮。

“保护耕地,解决吃饭问题,必须牢固树立正确耕地意识。”茶陵县自然资源局局长唐智说,推行“田长制”的核心是保护耕地和保障粮食生产,如果不提高农村百姓耕地保护和节约集约用地的意识,复垦后的耕地一样摆脱不了撂荒的命运。

今年,茶陵县开展了一系列田长制宣传、耕地“非农化”“非粮化”问题整改宣传活动,并利用印字编织袋、团扇等小物品,吸引更多群众了解保护和利用好耕地的相关知识。同时,该县制作“一个田长的自述”“田长直播间”等一系列创意视频,通过微信公众号、抖音直播等平台宣传良田“粮”用理念。

“我们还计划与茶陵县湘剧团合作,定制剧目下乡送戏,重点宣传耕地保护和节约集约用地的知识。”唐智说,通过创新耕地保护宣传手段,真正让绿色发展理念深入每一个百姓心中。

## 渌口两企业 非法排污被查处

株洲日报讯(全媒体记者/邹怡敏 通讯员/马泽华 高冰捷) 10月27日,市生态环境局渌口分局、渌口区住建局、区森林公安局、龙船镇政府等单位组成联合调查小组,针对某食品加工企业非法排污的行为,开展专项执法行动。

当天上午9时,市生态环境局渌口分局接到龙船镇生活污水处理厂报告,称厂内受到高浓度工业污水冲击,导致污水处理系统瘫痪,工厂停运。联合调查小组迅速赶赴龙船镇生活污水处理厂,发现厂区内污水明显发黑发臭,污水处理设备不能正常使用。调查小组对污水处理厂进出口水质状况、记录台账等进行现场核查,在进水池、絮凝沉淀池取水采样,并指导污水处理厂迅速研究制定修复补救方案,采取应急措施。

随后,调查小组人员沿着污水管网进行溯源,勘察到附近有2家食品加工企业存在污水偷排进污水管网的现象。市生态环境局渌口分局执法人员当即对现场进行证据固定,责令企业立即停止排污,妥善安全清理坑塘内污水,检测人员对该企业的沉淀池废水、外排污水以及管网内残余废水进行取样送检。下一步,该局将根据检测结果,依法对企业做出相应处理。

## 同心共护 食品安全

10月31日,渌口区启动2023年食品安全宣传周活动。此次活动主题为“尚俭崇信尽责,同心共护食品安全”。现场,渌口区市场监管、卫健、林业等部门通过摆放展板、发放宣传手册、现场答疑解惑等多种形式,宣传食品选购注意事项、预防食物中毒、反食品浪费、保健食品虚假宣传等食品安全相关法律法规和科普知识,进一步提高市民食品安全意识,守护好人民群众“舌尖上的安全”。

株洲日报全媒体记者/邹怡敏 通讯员/张仪 供图



## 健康·广场

责任编辑/王 莉 美术编辑/王 飘

# 推进区域检验中心建设 助力医院高质量发展

邵东市中医医院来株洲市二医院考察交流

株洲日报讯(通讯员/陈悦祺) 为进一步推进区域检验中心建设,深化学习合作交流,10月26日,邵东市中医医院党委书记赵勇刚,党委副书记、院长尹超平带队一行5人来到株洲市二医院,考察交流区域检验中心项目建设及运营情况。市二医院党委书记邹祖倡,院长李文灿,党委委员、副院长长易健,副院长刘建民及相关科室负责人接待考察并举行座谈。

座谈会上,邹祖倡表示,希望邵东市中医医院领导一行通过本次考察交流,多提宝贵意见,共同分享经验和成绩,增进双方友谊与协作,提升临床检验能力提升,推进区域检验中心建设。

李文灿表示,区域检验中心建设是实现分级诊疗、推动区域资源共享的重要抓手,目前已有19家乡镇/社区医院合作,使区域内的医疗资源进

行纵向整合,体现“患者不动标本动、信息动”的服务方式。未来,市二医院将积极承担石峰区区域医疗检验中心的功能,为社区分级诊疗提供精准检测服务。

座谈会后,邵东市中医医院领导一行实地考察了株洲市二医院检验中心、健康管理中心、康复医学科等科室,并对市二医院的发展建设给予了充分肯定和高度评价。双方表示将进一步加强交流合作,互相学习经验做法,不断更新管理理念,共同促进检验检测等业务又好又快发展,为保障人民群众享受优质医疗资源贡献技术力量。

据悉,长期以来,由于社区基层医疗机构缺乏相关检验设备和具有资质的检验专业技术人员,很多社区基层医疗机构开展的检验项目仅仅局限于血常规、尿常规等项目,导致很多来社区基层医

疗机构就医的患者为了做相关检验,只能来回奔波于医院与社区之间,有的患者甚至干脆放弃在社区就医,直接去大医院就医,无形中增加了患者的医疗成本。

为构建优质高效的石峰区区域医疗卫生服务体系,全面有效推动分级诊疗,促进优质医疗资源共享利用,满足群众多样化、差异化、个性化健康需求,株洲市二医院以信息化建设为抓手,以合作共建为平台,全力打造“区域检验中心平台”,积极推进医联体建设,实现区域检验报告“一单通”,促进石峰区区域医疗机构检验报告的互联互通。打造优质高效、便捷规范的医检体系,实现区域内标本统一收集、项目统一检验、结果统一公认,基本实现“大病不出区域,小病不出社区”,进一步提升区域内老百姓的满意度和幸福感。

【赵医生聊睡眠障碍】

## 引起睡眠障碍的原因有哪些?

株洲日报讯(通讯员/赵焯勋) 上次和大家聊了聊什么是睡眠障碍,今天,株洲市三医院睡眠医学科赵医生接着来说一说引起睡眠障碍的原因有哪些。

引起睡眠障碍的原因众多,包括心理、环境、生理、药物、躯体疾病及精神疾病等因素,可普遍存在于各年龄段人群。长期严重失眠会给患者生理、心理、工作生活等带来极大的负面影响,人们需引起重视。



▲图片来源于网络

### 睡眠障碍相关的疾病

- 1. 精神心理疾病:** 精神类疾病发病时,容易导致中枢神经兴奋及抑制,常伴发睡眠障碍,常见疾病如抑郁症、焦虑症等。
- 2. 年龄相关疾病:** 老年人群在睡眠前及睡眠过程中可能会出现多尿、头暈、身体不适等表现,可伴随出现入睡时间长等睡眠障碍表现,可见于糖尿病等疾病。
- 3. 疼痛相关疾病:** 各种原因引起的疼痛可引起患者出现睡眠障碍,可见于偏头痛、肿瘤相关性

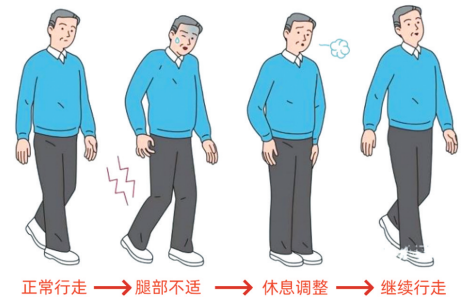
- 4. 睡眠障碍与药物、环境及生活习惯:** 药物使用时间不当或过量、药物依赖戒断、药物不良反应均可引起睡眠障碍;环境嘈杂、灯光过亮、温度过高或过低、突然改变习惯的睡眠环境等都可引起短期睡眠障碍;生活节律失常(包括白天睡眠过多、睡眠时间不规律)、睡前过量运动或饮食过多、睡前长期使用手机等电子设备均可引起短期睡眠障碍。

### 患者最常问的问题

- 1. 为什么老年人容易发生睡眠障碍?**  
主要有以下两种原因:老年人多伴有心血管疾病,疾病或治疗药物所带来的不适感可引起老年人睡眠障碍;随着年龄的增长,老年人可有神经系统适应性降低,对外界适应能力下降,更容易受到周围环境、情绪影响,从而引起睡眠障碍。
- 2. 抑郁症睡眠障碍的主要特点是什么?**  
抑郁症睡眠障碍的主要特点

- 3. 脑损伤会引起睡眠障碍吗?**  
脑损伤可能会引起睡眠障碍,因脑损伤的症状与损伤部位、损伤程度等密切相关,除睡眠障碍外,患者还可能伴有意识障碍、呕吐、剧烈头痛、烦躁等表现。如有症状,建议及时到专科医院就诊。

株洲日报讯(通讯员/何俊) 秋风瑟瑟,天气转凉,不少中老年朋友明显感觉足部发凉,“小腿肚子”发酸,甚至还有一些人运动后腿部疼痛,走路一瘸一拐,必须找个地方休息休息才能继续走路,好多人以为是老寒腿或者是腰推出了毛病,其实如果经常这样“走走停停”,很有可能是下肢动脉出了问题。实际上这种“走走停停”在医学上有个术语叫做“间歇性跛行”,是下肢动脉硬化闭塞症的主要临床表现。



▲图片来源于网络

株洲市芦淞区的一名80余岁的刘大爷,从今年1月份起,就出现“间歇性跛行”的症状,到10月份时腿脚疼痛难忍,甚至卧床不起。近日,刘大爷到株洲市三三一医院寻求帮助。株洲市三三一医院介入放射科副主任章旭接诊,为刘大爷做了下肢动脉CT血管成像(CTA)检查,确诊其为下肢动脉硬化闭塞症,也就是俗

## 都说心梗、脑梗致命 那你知道“腿梗”的危害吗?

称的“腿梗”。从CT检查的结果来看,刘大爷左腿的动脉血管从左侧大腿根部开始闭塞,长度超过50厘米,章旭告诉家属,如果血管不能恢复通畅,刘大爷不仅难以恢复正常行走,还有高位截瘫的风险。

章旭团队进行了术前MDT讨论,大家一致认为,只有开通患者左下肢闭塞的动脉血管,使血液重新流通,才能保住患者的腿,重新站起来行走,介入微创手术是首选的治疗方案。

刘大爷已86岁,还患有糖尿病、高血压、冠心病、肾功能不全、双下肢深静脉血栓形成等基础疾病,同时其股浅动脉-腓动脉全程闭塞,已超过50厘米,管壁弥漫钙化,以上原因均造成手术风险会很大。

对此,章旭团队术前造影显示从大腿根部的股浅动脉起始段开始血管闭塞,整个下肢动脉血管都非常差,“主干道”几乎全部没有血流通过,仅仅显示细小的如“头发丝”般的侧枝血管显影。章旭团队通过一个几毫米的穿刺通道,利用导丝导管球囊等介入手术器械,经过近两个小时的手术,成功开通了刘大爷的左腿的血管。



▲CT血管成像 通讯员供图

术后,刘大爷左腿疼痛明显缓解,腿脚也温暖很多,终于能安静入睡了。

### 哪些人易患上动脉硬化闭塞症

根据国外文献报道,70岁以下人群发病率为3%至10%,70岁以上人群发病率为15%至20%。我国现有下肢动脉硬化闭塞症患者2000万,并且随着人口老龄化患者群体逐年增加。

下肢动脉硬化闭塞症的发生与生活方式有很大关系,例如吸烟,饮食结构不够健康,过多摄入食盐等。有明确的证据证明吸烟会导致下肢疾病的发生,另外,糖尿病也会增加下肢动脉硬化闭塞症的发生。

下肢动脉硬化闭塞早期表现为发凉、麻木,腿部肌肉会出现痉挛。晚期表现为下肢疼痛、缺血坏死,随着症状的逐渐加重,下肢缺血坏死、截肢死亡的风险逐渐增加。

### 下肢动脉硬化闭塞症的危害

由于对于疾病的认识不够,部分患者自认为是“老寒腿”只要穿多点或贴膏药就好了。研究表明,在所有的下肢动脉硬化闭塞症患者群体中,5年内死亡率为10%至15%,而当疾病进展到慢性威胁肢体缺血阶段,其5年内死亡率高达70%,并且2/3的慢性肢体缺血性缺血的患者在确诊后的5年内进行了截肢手术。因此,及早就医进行疾病管理延缓疾病的进展非常重要。