

网友热议

一年一度的株洲市“两会”如约而至。作为一件全市人民关注的政治大事,两会关系民生,关联你我。网友纷纷通过株洲日报社旗下新媒体平台表达对本次两会的关注与期盼。

网友@曾浩凯:因为家里有老人,所以看到有人大代表说要优化资源配置,让更多市民在家门口享受到优质服务,这让我特别期待!希望以后株洲人都能在家门口享受到优质的医疗服务,也希望株洲的医疗资源配置能迈上新的台阶,实现高质量发展!

网友@农村人的生活:很多代表委员都带来了很好的建议、提案,也希望这些内容能尽快落到实处,让株洲老百姓的生活越来越好。

网友@世纪纪元:我是茶陵人,去年的两会上说要把基础设施建好,让我很有感触。我家门口的那条老街确实改造得很好,不仅仅是平整硬化了,而且还标准美观,步行和骑车都让人很有安全感,既无灰尘又无噪音,视野也够宽广,安全也更加有保障。

近日,湖南省教育厅发布高等学校设置事项公示,根据《湖南省“十四五”高等学校设置规划》,经省第四届高等学校设置评议委员会专家现场考察、集体评议,将新设置包括长沙科技职业学院、株洲科技职业学院有限责任公司(简称株洲科技职业学院)在内的4所高校。其中,三所学校名字带“公司”,这也是湖南首次设置民办营利性高校。众多网友对此有着不同的观点。

网友@两极梁兆基:大家为何这么惊讶?这三家是民办高等学校,也就是要按相关规定来命名,名字里面有“公司”两个字没问题啊!

网友@仰望星空:人不吃饭不行,孩子不读书不行!不过在大学名字后边加个“有限责任公司”,个人感觉不像大学。

网友@安徽李多善:湖南新设4所高校,3所以公司命名且为营利性,应该说这是民办高校未来发展的趋势。

网友@李展红:公办高校的学费越来越高,这种营利性的高校学费是不是更加高不可攀?

日前,经湖南醴陵至娄底高速公路(以下简称“醴娄高速公路”)扩容工程第一阶段竣工验收会综合评估,专家组一致同意项目房建工程及第一阶段土建路面交安工程通过验收,这标志着醴娄高速公路第一阶段即将通车试运营。消息一经发布,引发网友关注。

网友@袁垠在旅途:太好了,以后我从娄底回家醴陵就方便多了。谢谢这些项目施工的师傅们,你们辛苦了。

网友@勇往直前:以后从上海回双峰就方便了。以往每年回家都在湘潭这边堵着,现在直接绕过沪昆湘潭段了,好!

网友@披萨姐:这条路通车后,欢迎五湖四海的朋友们来醴陵游玩、观光!



株洲市十六届人大四次会议
政协株洲市十届四次会议

向新向上

识别二维码 资讯全掌握

株洲日报 | 新媒体编辑传播部出品

海报制图:杨若诗

新闻点击排行榜 12月20日-12月26日

株洲市十六届人大四次会议开幕

主要内容:12月25日上午,株洲市第十六届人民代表大会第四次会议在市政府礼堂开幕。市委书记曹慧泉出席,市长陈恢清代表市人民政府作工作报告,市人大常委会主任刘光跃主持开幕式,市人大常委会党组书记高斌出席。
访问量:474.1万次 **发布时间:**12月25日

市政协委员赴会报到

主要内容:12月23日,参加政协株洲市第十届委员会第四次会议的委员们,陆续抵达驻地报到。
访问量:568万次 **发布时间:**12月23日

明年元旦起 市区68处路段严管违法停车

主要内容:12月20日,市公安局交警支队发布通告称,明年1月1日起,市区机动车违法停车行为严格管理路段(简称“严管路段”)调整为68处。
访问量:258.1万次 **发布时间:**12月21日

株洲或将迎来1所新高校!

访问量:226万次 **发布时间:**12月21日

醴娄高速公路第一阶段将提前通车!

访问量:218万次 **发布时间:**12月21日

2025元旦精彩文旅活动攻略请收下!

访问量:174万次 **发布时间:**12月24日

总投资10亿元!“果子熟了”全国首个自建工厂在株洲经开区投产

访问量:168万次 **发布时间:**12月25日

权威资讯 尽在掌握



NEWS 我更全面

即时扫码浏览 株洲新闻网

制图:谭俊杰

健康·广场

责任编辑:王芳

冬季烤火 要警惕“火激红斑” 来自株洲市三三一医院皮肤科的专业提醒



皮肤科资料图片。通讯员 供图

寒冬腊月,对于没有暖气的南方地区来说,各种取暖神器成为了人们的必备之选:“小太阳”、烤火桌、电热毯、暖宝宝以及热水袋等,这些设备为我们在寒冷的冬日里带来了温暖与舒适。

株洲市三三一医院皮肤科医生感言,然而,在享受这份温暖的同时,要警惕一种名为“火激红斑”的物理性皮肤病。有些人烤火后,会出现局部皮肤干燥、瘙痒,偶尔还伴有疼痛。仔细观察,还会发现烤火区域的皮肤出现了深浅不一的网状红斑。这种奇怪的皮肤表现让人忐忑不安,但实际上,这正是“火激红斑”的典型症状。

“火激红斑”详解

“火激红斑”,又称火激皮炎、热激红斑,是由于皮肤长期受局部外源性高温刺激,导致皮肤产生毛细血管扩张、持久性红斑以及网状色素沉着的一种皮肤病。当皮肤暴露于热环境中数小时,局部会出现潮红或暂时性网状红斑,这是毛细血管扩张充血所致。

在早期,这种病变还是可逆的。但如果皮肤反复长期暴露于热源,就会产生持久性的红斑,呈紫红或紫褐色网状,并伴有色素沉着。治愈后,皮肤的色素沉着也可能经久不退。有时,还可能发生水泡、轻度皮肤萎缩和角化过度。

“火激红斑”的易发人群与部位

这种皮肤病主要见于经常接触高温物体的部位,如大腿内侧、小腿伸侧、上胸部、下背部和腹部。也常见于司炉、炊事员及经常进行高温作业的工人。皮损分布的部位与受热辐射区域通常一致,例如,使用电热毯的人,红斑多见于背部;而坐位取暖、烤“小太阳”的人,红斑则多发生于小腿伸侧。

如何避免“火激红斑”

为了预防“火激红斑”,我们需要做到以下几点:

1. 避免长时间或反复暴露于热源:使用取暖设备时,要保持合适的距离,并定时更换热源位置或烤火者的体位,避免同一部位长时间接触热源。
2. 做好皮肤保湿:冬季皮肤干燥,容易出现瘙痒、脱皮等症状。烤火前使用温和的润肤剂可以有效缓解皮肤干

燥问题,降低“火激红斑”的发生风险。

3. 特殊人群做好防护:老年人、儿童、糖尿病患者、睡眠沉重的人以及身体衰弱怕冷的人,中枢调节能力较弱,尤其是四肢末端对温度感觉不敏感,或者皮肤娇嫩。使用取暖设备时,一定要有家人的看护,并保持与取暖设备一定的距离,切忌长时间烘烤,以防低温烫伤。

4. 职业暴露人群的预防:对于因职业长期暴露于热源中的人群,如厨师、锅炉工人等,更应积极预防“火激红斑”。如果出现轻症,需停止接触热源,局部加强保湿,对症处理色素沉着。严重者建议及时到医院就诊。

及时就医 专业治疗

一旦出现“火激红斑”症状,应及时就医,以免处理不当导致皮损迁延不愈,留下色素沉着,影响美观。株洲市三三一医院皮肤科拥有专业的医疗团队和先进的设备,为大家提供专业有效的治疗方法和建议。

在这个寒冷的冬季,让我们在享受温暖的同时,也会学会保护自己,避免“火激红斑”等皮肤问题的发生。

(通讯员/王琪)

在现代社会,喝酒消愁已成为许多人应对压力、失恋或重大生活事件的一种方式。然而,株洲市三三一医院医生提醒,过量饮酒不仅可能损害身体健康,还可能引发酒瘾,这是一种需要专业治疗的疾病。

中国酒文化源远流长,已

有三千多年的历史。在现代社会,酒更是成为了应酬和交友的标配。然而,该医生指出,如果经常饮酒或大量酗酒,就有可能产生酒瘾。酒瘾不仅影响个人的身体健康和心理健康,还可能对家庭关系造成破坏。

酒瘾的相关症状

那么,什么是酒瘾的相关症状呢?该医生提醒,如果出现以下症状,就可能表明已经产生了酒瘾:

1. 性格及生活习惯发生变化:原本性格温和的人可能变得特别自我,不愿承担责任,甚至为了饮酒而放弃其他娱乐活动或爱好。一旦有人阻止其饮酒,就可能变得暴躁不安。
2. 饮酒量逐渐变大:总觉得酒不够喝,酒量也在不断增加,以前喝的量已经难以满足需求。这是酒精依赖的一种表现,也是酒瘾的一种症状。

一站式戒酒瘾问题

市三医院医生强调,一旦家庭中有人出现酒瘾症状,不仅会影响本人的性格和生活,还可能对家庭关系造成负面影响。因此,应及时通过正确的方法进行治疗。

如果您或您身边的人出现了无法自行调节的酒瘾问题,请及时到专业的医疗机构进行咨询

询就诊。市三医院的专业医生将为您提供科学的诊疗方案和心理援助,帮助您找到根本问题,一站式戒除酒瘾。

在此,该医生也提醒广大市民,要珍惜身体健康,适度饮酒。如果出现酒瘾症状,不要讳疾忌医,应及时就医治疗。

(通讯员/沈妹恬)

酒瘾危害大 市三医院医生提醒这些症状须警惕

晨起即玩手机

在快节奏的现代生活中,智能手机已成为我们日常生活中不可或缺的一部分。许多人醒来后的第一件事就是拿起手机,查看信息、浏览社交媒体或玩游戏。然而,这种“晨起即玩手机”的习惯,却在无形中给我们的健康带来了诸多隐患。今天,我们就来一起探讨一下这个话题。

影响睡眠质量

晨起即玩手机可能会影响我们的睡眠质量。手机屏幕发出的蓝光会抑制褪黑激素的分泌,这是一种调节人体生物钟的重要激素。当我们在睡前或刚醒来时使用手机,蓝光会干扰我们的生物钟,使得我们难以进入深度睡眠或难以保持足够的睡眠时间。长期如此,可能会导致睡眠障碍、失眠等问题。

损害视力健康

晨起即玩手机还可能对我们的视力健康造成损害。刚醒来时,我们的眼睛还处于较为脆弱的状态,此时长时间盯着手机屏幕,容易引发眼睛干涩、疲劳、视力模糊等症状。此外,长时间使用手机还可能导致近视度数加深、青光眼等眼疾的发生。

影响心理健康

除了身体健康,晨起即玩手机还可能对我们的心理健康产生负面影响。早晨是我们一天中精力最充沛、心情最愉悦的时刻之一。然而,如果我们在这个时

健康隐患知多少

候沉迷于手机中的虚拟世界,可能会忽略现实生活中的美好,导致情绪波动、焦虑、抑郁等心理问题。

打乱生活节奏

晨起即玩手机还可能打乱我们的日常生活节奏。当我们沉迷于手机时,往往会忽略早餐、洗漱等日常活动,导致生活不规律、饮食不健康等问题。长期如此,可能会影响我们的身体健康和生活质量。

如何改善?

1. 设定闹钟提醒:我们可以在睡前设定一个闹钟,提醒自己早晨起床后不要立即使用手机。
2. 进行深呼吸练习:早晨起床后,我们可以先进行深呼吸练习,让

身体和精神逐渐清醒,然后再进行其他活动。

3. 培养健康生活习惯:我们可以尝试在早晨进行一些有益身心的活动,如散步、慢跑、瑜伽等,以改善身体状况和提高生活质量。

4. 限制手机使用时间:我们可以设定一个手机使用时间限制,每天减少使用手机的时间,逐渐养成健康的生活习惯。

总之,晨起即玩手机可能会给我们的健康带来诸多隐患。为了保持身心健康,我们应该尽量避免这种不良习惯,培养健康的生活方式。让我们从现在开始,珍惜每一个清晨,用更加积极、健康的态度迎接新的一天吧。

(综合自网络)



图片来自网络