

织密平安路 温暖万人心

——记株洲市公安局交管支队天元大队第三执勤中队

株洲日报全媒体记者/刘琼
通讯员/周莺 张人允

在天元区,株洲市公安局交管支队天元大队第三执勤中队(以下简称“三中队”)是一支“小队伍”:7名民警、13名辅警。人不多,担子却不轻——他们管辖6条城区主干道,守着全市警情量最多的辖区。过境车流、主干道车流、园区货车、校园人流相互交织、叠加,构成他们每天必须作答的“考题”。

他们如何作答?答案,写在路面上。严管时铁面无私,危急时挺身而出,发展时靠前服务……三中队的20名民辅警用日复一日的坚守,把车流最汹涌的十字路口,守成市民心中最踏实的地标。

严管有力度: 不让路堵成“一锅粥”

“不好意思,路面有个刮蹭事故,我得去处置。”10月10日上午9时,岗亭里,三中队中队长陈华勇刚和记者聊了几分钟,手机就响了。警情就是命令,路面就是战场,这是他们的工作常态。

三中队辖区路网复杂,日均警情20余起,8月份有效警情达902起,是全市警情量最大的中队。

警力有限,路却等不得。今年以来,该中队把勤务延伸至全天候:动态巡逻、定点值守、错峰管控,紧盯重点路段、重点时段、重点车辆、重点违法,推动各项整治行动常态化开展。

严管之外,还有细治。过去,珠江北路与神农大道交叉路口一到早晚高峰就“堵成一锅粥”。陈华勇和同事多次现场调研,通过优化标志标线、动态调整信号灯配时,让这个路口重新畅通起来。针对白鹤学校周边人流车流集中的特点,中队设置多个护学岗,引导接送车辆即停即走,护送孩子安全过马路。

成效写在数据里:今年以来,三中队的辖区未发生重大及以上恶性道路交通事故,警情处置零投诉、零信访,警情回访满意率保持在98%以上。

危难有温度: 群众求助时,就是最需要的时候

严格执法的另一面,是随时伸出的



过马路上,天元大队第三执勤中队的民警正在护送学生



天元大队第三执勤中队的民警正在执勤。通讯员供图

援手。三中队民辅警心里都揣着一句话:群众找到我们,就是最需要帮助的时候。

今年4月,辅警聂立军在执勤时发现,黄河北路白鹤学校附近,一位80多岁的老人拄着拐杖在车流中来回踱步,神情茫然。老人说不清家在哪里,身上也没有身份信息。

聂立军赶紧把老人扶到岗亭,一边安抚,一边向周边保安打听。最终,他从一名知情保安处得到线索,联系上老人家属。家属赶到时,老人正捧着热水,安然坐在岗亭。家属红着眼圈说,老人患有阿尔茨海默病,趁家人不注意出了

门,全家人已找了整整一上午,“要是没有你们,真不敢想会出什么事。”

今年8月的一天,三中队指导员黄振接到122指令:莲花小区一位60多岁市民突发疾病,情况危急,需赶往市中心医院。

此时,正值晚高峰,路面车流密集。黄振二话不说,提前在庐山路口等候。求助车辆一到,他立即驾驶警车开道。警灯闪烁,警笛鸣响,原本需要20分钟的路程,硬是缩短了一半。因送医及时,这位市民最终脱险。

事后,家属握着他的手,话没出口,眼泪先掉了下来。

在三中队,救助群众不是新闻,而是日常。迷路的老人、发病的市民、抛锚的车辆……只要遇上了,他们都会搭把手。事不大,但每一次,他们都当成自己的事来办。

护航有精度: 把企业都当“自家人”

三中队的辖区,既有白鹤学校、湖南工业大学、市二中莲花中学,又有南方航空工贸园、联宇电子科技有限公司、望云建材市场等园区企业。校园人流与园区货车交织,保安全与保畅通,是两道必须同时答好的题。

“以前门口早晚堵得进不去出不来,货车排到马路上,员工上班迟到,客户来了找不到入口。”望云建材市场一家商户回忆。

三中队民警多次实地调研,摸清园区主要次干道、出入口节点和厂区门口的车流特点。哪条路容易堵、哪个口子最卡、货车怎么走,他们一一记在本子上,也记在心里。针对早晚通勤高峰,三中队动态调整高峰站点7处,安排1辆警车巡逻,快速处置交通事故与突发堵情。

“交警不是来贴罚单的,是来帮我们想办法的。”一家园区企业负责人感慨道。

重大安保任务面前,这支队伍同样拉得出、顶得上。截至2026年10月,三中队参与“湘超”比赛4场、“湘BA”比赛9场、“厂BA”比赛34场,以及“卷柏巨星演唱会”“第五届北斗规模应用国际峰会”现场安保执勤,出动警力500余人次。一场场赛事背后,是他们在场外一站就是几个小时的背影;一次次峰会平安落幕的背后,是他们提前踩点、反复推演的心血。

有人问,你们这么拼,图什么?陈华勇说:“图老百姓平安回家,图企业安心发展。”

城市的路,一头连着发展,一头连着万家。三中队的20名民辅警,没有豪言壮语,只有日复一日的到岗、疏导、奔跑和守护。他们站在风里雨里,也站在群众需要的地方。那些被疏通的堵点、被护送的孩子,最终都汇成一句话——平安,是有人一直在路上。

(刘玲)

车位承诺“落空” 多方调解化解业主烦心事

株洲日报讯(全媒体记者/周圆 通讯员/陈子宇)“买房时承诺的车位抵扣券无法兑现,好好的购房福利成了空谈。”近日,天元区某小区20余名业主遭遇维权难题,经天元区综治中心等多方调解,问题得到有效解决。

据悉,开发商前期营销时发放200余张车位抵扣券,承诺可抵扣车位费用、优先选位,不少业主为此选择在此购房。小区交付后,因车位资源紧张、供需失衡,开发商无法兑现承诺,引发业主集体维权,存在群体性矛盾升级风险。

“当初就是冲着车位优惠才买房,如今承诺作废,日常停车还一位难求。”业主王女士坦言。业主多次与开发商协商,但双方诉求分歧较大,问题长期悬而未决。

了解情况后,天元区综治中心主动靠前,充分发挥基层矛盾调处中枢作用,第一时间牵头,联动区司法局、属地街道、派出所、社区,组织开发商及业主代表,组建专项调解专班开展联合调处。

首轮调解现场,双方僵持对立,业主代表希望开发商信守承诺、给出合理方案,开发商则以车位资源紧缺为由,表示履约存在实际困难,调解未能达成共识,矛盾陷入僵局。

此后,天元区综治中心精准聚焦矛盾堵点,多次约谈开发商负责人,压实企业主体责任,督促其摸排车位底数、优化销售方案,细化选位流程与抵扣券使用规则。同时,联动基层工作人员常态化开展暖心疏导,同步通报调处进度、回应群众诉求,有效平复业主情绪。

经过多轮磋商、双向磨合,纠纷圆满化解。目前,22名持券业主已全部与开发商签订意向登记协议,以书面形式明确车位发售时间、选位规则、抵扣条件及过渡期停车保障等核心事项,将口头承诺转化为切实权益保障。

“多亏了天元区综治中心全程跟进,帮我们解决了心头大事!”业主纷纷点赞。

警方助力 失联六年父子终团聚

株洲日报讯(全媒体记者/李军 通讯员/周星缘)近日,市公安局荷塘分局金山派出所联合多方力量,多次研判、走访和蹲守,终于为曹先生找到了失联6年的儿子小曹,促成父子团圆。

“我儿子失联好几年了,拜托你们帮我找找……”今年9月,年逾六旬的曹先生多次到金山派出所求助。接到求助后,金山派出所联合金山街道综治办、太阳村村委会成立专项工作组,开展寻人工作。

民警潘宇杰通过信息研判发现,小曹曾在长沙一家外卖公司工作。工作组随即赶赴长沙,到该公司总部调取工作记录,但小曹已于2024年9月离职。线索中断后,工作组分析认为,小曹可能仍在长沙从事外卖配送,只是更换了平台,于是决定在相关区域驿站排查。

第二次赴长沙,工作组走访5个便民爱心驿站,仍未发现小曹。国庆前夕,工作组第三次赶赴长沙。夜色中,潘宇杰在便民爱心驿站门口找到了小曹。为避免刺激其情绪,工作组以老乡口吻上前搭话,慢慢取得其信任。

交流中,工作组发现小曹对其父亲并不反感,便告知其父亲一直在寻找他,并转达了其父亲的思念和歉意。经过劝导,小曹拨通了曹先生的视频电话。电话中,曹先生向他道歉,希望他回家。沉默之后,小曹多年的固执和委屈逐渐化解。当晚,他收拾行囊,跟随工作组回到株洲。

当小曹出现在家门口,曹先生迎上前紧紧握住儿子的手,老泪纵横。小曹看着父亲花白的头发,喊出了一声“爸”,多年隔阂,在这一刻消散。

责任编辑:王 芳

健康·广场

低钾血症盯上年轻群体

市人民医院专家提醒:出现这些症状别硬扛

当前,随着生活节奏加快与工作压力增大,长期熬夜、极端节食、过度透支身体等问题在年轻群体中愈发突出,由此诱发的低钾血症正成为不容忽视的健康隐患。此前,一名24岁美食博主因长期不良生活习惯引起重度低钾离世的事件,引发社会的广泛关注,也为所有忽视身体预警的人群敲响了警钟。

株洲市人民医院儿科主任、主任医师周辉发出健康提醒:低钾血症早期症状隐匿、极易被忽视,长期熬夜、极端减肥、剧烈运动后只喝纯水等不良习惯,正在悄悄透支当代年轻人的身体。

周辉强调,一旦出现不明原因的浑身乏力、手脚发麻、心慌胸闷、活动后气喘,不要当成普通疲

劳硬扛,建议尽快到医院抽血检查电解质,必要时完善心电图检查。需要特别警惕的是,普通劳累在充分休息、睡眠后会明显好转,而低钾引发的不适在休息后依旧持续乏力,并伴随心慌、手脚发麻、腹胀,会反复出现、持续加重——这一区别是识别低钾的重要线索。

血钾低于2.5mmol/L时,属于重度危急低钾,随时可能诱发恶性心律失常、室颤、心脏骤停,属于急症,必须立刻急诊救治。长期催吐、滥用泻药、大量出汗后只饮用白开水、长期熬夜节食的人群,属于低钾高危人群,需要格外警惕。此外,食补不能替代药物治疗,确诊低钾血症后,补钾药物必须在医生指导下使用,不可自行买药补钾。

针对日常预防,周辉给出具体建议:饮食上保

持均衡,适量摄入香蕉、橙子、猕猴桃、土豆、菠菜、菌菇等高钾食物;大量出汗后不要只喝白开水,可选择电解质水补充钾、钠等电解质;坚决拒绝极端减肥方式,严禁催吐、乱吃减肥泻药和利尿剂,以免引发电解质紊乱;规律作息,避免长期透支身体、反复熬夜;定期体检,高危人群可按需筛查电解质。

周辉同时纠正了两个常见误区。其一,有人认为“吃很多美食就不会缺钾”。事实是,如果进食后立刻催吐、腹泻,食物中的钾来不及吸收,依然会严重缺钾。其二,有人觉得“感觉乏力,多吃香蕉就能治好低钾”。实则不然,重度低钾十分凶险,单纯食补起效慢,必须就医规范药物补钾。

(刘玲)

总怕得罪人 却唯独委屈自己

市三医院专家支招:习惯性讨好行为如何破局

告别内耗 以温和坚定之心立边界

生活里,你是不是总处在这样的状态:朋友开口求助,哪怕自己为难也硬着头皮答应;同事甩来的额外工作,默不作声就接了下来;家人的要求,习惯了全盘顺从。明明心里不情愿,“不行”两个字却总也说不出口。我们总在顾及所有人的感受,却常常把自己排在最后。

今天,株洲市三医院(株洲市脑科医院)临床心理科就和大家聊聊,这种习惯性讨好的行为模式,该怎么破局。

讨好即本质 是内耗型认知模式

网络上常说的“讨好型人格”,并非精神医学范畴的疾病或人格障碍诊断,它只是一种后天习得的人际行为与认知模式。

很多人会把习惯性讨好和善良混为一谈,其实二者并不相同。善良是发自内心的自愿选择,做完内心坦然;讨好住源于恐惧——害怕冲突、害怕被嫌弃、害怕不被喜欢,心底藏着“只有顺从别人,自己才有价值”的不合理信念。

讨好行为的形成,大多和成长经历有关。幼时只有“听话”“懂事”才能得到肯定,一旦表达自己的需求,就被指责“不懂事”“任性”,久而久之便习惯了压抑自我、迎合他人。除此之外,社会文化的潜移默化、人际中的受挫经历,也会不断强化这种讨好的处世方式。

长期委屈压抑、一味讨好,很容易造成持续的精神内耗,自我价值感越来越低;而你的过度付出,也容易被别人视作理所当然,哪天你不想再迁就,反而可能招致不满。

(林英)



张子曙教授在医院授课。通讯员供图

筛项目。依托标准化筛查体系,有望提升肝癌早期检出率,让本地群众在家门口就能享受到接轨国家级专家诊疗标准的医疗服务。

(李娜妮)

温馨提示

如果您或家人属于肝癌高危人群,包括慢性乙肝、慢性丙肝、肝硬化、有肝癌家族史、长期酗酒等,可前往株洲市三三一医院消化疾病中心或健康管理中心咨询肝癌早期筛查。

湘雅专家张子曙莅临市三三一医院授课

肝癌早期筛查与诊疗项目同步启动

肝癌被称作“沉默的杀手”,发病早期几乎没有明显症状,当患者出现肝区疼痛等不适时,病情往往已经进展至中晚期。为实现肝癌早发现、早干预,10月12日上午,中南大学湘雅二医院放射学教授、博士生导师张子曙受邀来到株洲市三三一医院,开展“肝癌早期筛查与诊疗规范”专题授课,医院肝癌早期筛查与诊疗项目同步正式启动。医院党委副书记、院长何鹏云,党委委员、副院长段俊锋参加本次活动,并对项目后续推进工作提出要求。

张子曙教授是中南大学湘雅二医院放射学教授、博士生导师,原影像中心主任,湖南省知名影像诊断专家。本次专题授课是医院“湘约名医·湘伴健康”品牌系列重要学术活动,也是医院引入国家级专家资源,提升专科诊疗能力的重要举措。

课堂上,张子曙教授分享了肝癌相关临床数据。肝癌高危人群的患病风险是普通人群的100倍,肝癌治疗效果和确诊分期紧密相关。早期肝癌接受规范治疗后,5年生存率可达70%以上;一旦发展为中晚期,5年生存率不足20%。“肝癌不是不能治,而是发现得太晚。”张子曙教授的观点,让在场医护人员深受启发。

张子曙教授介绍了国际通用的肝癌标准化筛查方案。他提到,肝癌筛查并非面向所有人,精准锁定高

危人群才能提升筛查效率。慢性乙肝、慢性丙肝、肝硬化、有肝癌家族史、长期酗酒等人群属于肝癌高危群体,需要定期筛查。Child C级肝硬化、无肝病史肝纤维化等人群,是否开展常规筛查,需要医生结合个体情况评估判断。

授课结束后,各临床、医技科室围绕项目实施方案开展研讨。何鹏云表示,肝癌早筛项目是“湘约名医·湘伴健康”品牌从义诊服务迈向专病中心建设的关键一步,各科室要密切配合,把专家带来的标准化诊疗规范落实到日常临床工作中。段俊锋提出,项目落地要优先理顺工作流程,建立患者档案,保障高危人群能够获得规范筛查与长期随访服务。

会议确定,该项目由消化疾病中心牵头,联合超声医学科、健康管理中心、普外科、介入血管外科、肿瘤科、检验科、放射科等多学科协同开展。医院将组建肝肿瘤专病中心,搭建“预防—筛查—医疗”服务团队,构建肝脏疾病全周期健康管理模式,为高危人群建立专属电子档案,定期回访,引导患者规范就诊。

从专家义诊、疾病筛查,到专病中心建设,“湘约名医·湘伴健康”项目持续深化,由邀请专家坐诊,转向院内人才队伍、诊疗流程与健康品牌的系统性建设。张子曙教授用“小切口,大突破”概括本次肝癌早