

# “瘾君子”禁止开车上路

## 长沙集中清理吸毒驾驶员 需30日内申请注销驾照

本报8月6日讯 记者今日从长沙市交警支队获悉,公安部下发《关于加强吸毒人员驾驶机动车管理的通知》,集中排查清理吸毒驾驶员。

长沙交警部门将会同道路运输管理部门,对现有的客货运驾驶人进行集中清理,对发现属于吸毒成瘾未戒除的,注销其驾驶证,取消其营运资格。

《通知》中明确指出,正在依法执行社区戒毒、强制隔离戒毒和社区康复措施的人员属于吸毒成瘾未戒除人员。当事人要在30日内申请注销驾驶证;未主动申请或者被强制隔离戒毒的,交警部门将按照相关法规规章,注销其驾驶证。

长沙市交警部门在驾驶证申领、使用、补换证、提交身体条件证明等环节,或者处理交通违法、交通事故时,都将严格审查对比已登记的吸毒人员信息,对属于吸毒成瘾未戒除的,将根据具体情况不予受理申请、核发驾驶证,或注销驾驶员驾驶证。

近期全市将开展校车驾驶人清查工作,有吸毒行为记录的,注销校车驾驶资格。

同时,支队还将加大路面执法检查力度,定期开展吸毒人员驾驶机动车违法行为专项治理工作。对路面检查中发现有明显吸毒特征、表现或者有证据表明属于吸毒后驾驶机动车的,将严格按照规定进行现场检测或移送有吸毒检测资质的实验室及医疗机构进行检测。确认为吸毒后驾驶机动车的,依法进行处罚和处理。

■记者 黄娟 实习生 李政葳

生活提醒



水陆行

8月5日傍晚,长沙市湘江大道,暖色路灯的道路上车辆熙来攘往,绿化带另一边,几艘船静静地蓝色江面穿梭,一冷一热近在咫尺。 记者 童迪 摄影 栏目投稿邮箱:sxdsbsjp@163.com

健康

## 垫高电脑、伸懒腰 可预防颈椎“职业病”

本报8月6日讯 “我根本不能把手抬起来敲键盘,10分钟后就会疼痛难忍。”左静从事网站编辑已经5年了,一直患有颈椎病,尝试了针灸、火罐等各种办法治疗,但病情还是越来越严重。无奈之下,她准备辞职另觅工作。

“越来越多的年轻人患上颈椎病,都是电脑惹的祸。”长沙市中医院针灸科熊健医师表示,上班族久坐坐在电脑屏幕前,坐姿不正确很容易引起腰酸背痛等症状,颈椎病也会悄悄缠身。

“颈椎病是由于长时间低头造成的,如果感觉自己患上颈椎病,可能是电脑放置太低。”熊健医师告诉记者,长时间的低头,会使项背肌肉受到牵拉,造成劳损及肌肉的慢性缺血,时间长后,颈部肌肉组织会受到损害,就会患上颈椎病。

### 预防小妙招

熊健医师建议,可以采用以下一些小妙招,来预防颈椎病。

1.将电脑的屏幕控制在与视线平行的位置,不能过高也不能过低。键盘位置宜低不宜高,键盘越高肩膀和上臂用力就越大,极易引发颈椎病。鼠标位置宜近不宜远,距离越近,肩颈用力就越小,相反越大。

2.对着电脑工作时,每间隔一个半小时左右,做一下颈部运动,或是仰仰头,离开座位走动一会儿。

3.没事伸伸懒腰。伸懒腰可加速血液循环,舒展全身肌肉,消除腰肌过度紧张,纠正脊柱过度向前弯曲。

4.感觉累了可以做颈椎的“活动操”,轻柔缓慢地转动头颈部,缓解颈椎关节的疲劳。

5.在空调房里工作,还要记得给颈椎舒适的温度,温度偏低就要披上衣服保暖。

■记者 李琪 实习生 涂晓玲 胡杨 朱莹

## 七成截肢者都有糖尿病

### 脚伤莫大意! 挨脚修脚修“折”了一条腿

本报8月6日讯 因为一次修脚引起的脚部感染,患有糖尿病足的何媵驰竟然面临截肢的危险。长沙市中心医院内分泌科医师黄碧提醒,糖尿病人最好不要用锐器修脚,以免弄伤足部,造成不可挽回的后果。

60岁的何媵驰,患有糖尿病有十多年了。7月2日,何媵驰在修脚时不慎将脚掌划破一个小口子,她涂了点云南白药,并用创可贴简单地包了一下。几天后,何媵驰脚腕以下部分开始莫名肿胀,伤口处鼓起了一个鹅蛋大的脓包,无法下地走路,家人赶紧将她送到医院进行治疗。

“患者是因为修脚感染了细菌,

导致糖尿病足急性发作,发展成急性蜂窝织炎,可能要截肢。”据黄碧医师介绍,糖尿病足是糖尿病最常见的并发症之一,由于糖尿病患者的伤口修复能力很差,患者的皮肤一旦发生破损,如果引发感染危及骨头,就需要截肢。

“目前,全国糖尿病患者的总人数近1亿,约15%的糖尿病患者会发生足部溃疡,临床上70%的截肢手术发生在糖尿病患者身上,全球平均每30秒就有一个糖尿病患者失去自己的腿。”黄碧医师说。

■记者 李琪  
实习生 涂晓玲 胡杨 朱莹  
通讯员 汤雪

### 护脚小贴士

据黄碧医师介绍,在引发糖尿病足的各种诱因中,物理因素占了大部分,比如说泡脚太久、穿不合适的鞋等。如果引起重视,80%以上的糖尿病足是可以避免的。

- 1.糖尿病人不宜穿暴露脚趾或过硬的鞋子,最好选择质地柔软、透气的布鞋。
- 2.选择透气性好、宽松的袜子最适宜,每日更换,保持清洁。
- 3.每天坚持查看足底皮肤有无红肿、破裂、水泡、足癣等,一旦发现要立即就医。
- 4.保持足部清洁,每日用温水泡脚,注意保持足趾间的干燥清洁。

## 今明两天 广电、五一广场附近 大范围停水

停水

为配合京港澳高速公路长沙连接线改迁工程的建设,长沙市供水公司将于7日上午9时至8日上午9时进行浏阳河大桥改管并网工作,届时东二环以东、浏阳河以北区域,含广电中心区域、鸭子铺区域、洪山庙区域等将停水,请市民做好储水准备。

另外,为配合市地铁施工的建设,7日上午9时至8日上午9时进行五一广场改管并网工作,届时五一广场(太平街-芙蓉路)南边地区将停水。 ■记者 杨艳

## 炎炎三伏苦 藿香能解暑

本周已进入“三伏”的中伏,是一年最热的“苦”暑时节。高温酷暑的三伏天,对人体健康也是一个“关”。酷暑嗜冷,降温猛了,冷食吃多了,空调病、肠胃病、感冒等患者急剧增加。

专家指出:此时防暑关键在“伏”字上。一是指天气太热,人宜“伏”不宜动;二是指“伏邪”,即暑邪。夏日疾病,多由暑邪所致。暑邪不除,到秋冬都不得安宁:老慢支、哮喘、咳嗽、感冒不断……

怎样祛暑邪?专家认为,每天喝2支太极藿香液,是最简单有效的防暑解暑秘方。喝下去,再热的天也能感受到浑身流淌着“清爽”。若将太极藿香液倒入饮用水,就是风味独特的藿香解暑凉茶。喝下去,通体舒泰,对空调病、热伤风、肠胃急病等还特别有效。身边常有、杯中常加,藿香能让您平平安安过三伏。

祛暑湿 调肠胃  
太极藿香正气液  
电话:4008877698

## 大牌化妆品集体涨价 网购买家受影响

涨价

“雅诗兰黛一款精华霜居然涨了80元,涨得也太猛了吧!”近日,有不少喜欢网上代购化妆品的网友,因为很多大牌化妆品的悄然涨价,而直呼“伤不起!”

记者在雅诗兰黛美国官网看到,此轮产品涨价幅度在5%至25%之间。而早从7月1日起,法国娇兰旗下产品就上调价格,单件涨幅10元至100元不等。另外,兰蔻、娇韵诗等品牌也相继提价约5%。

傅小姐在长沙经营了一家化妆品香港代购店,据她介绍,“在香港,大牌化妆品基本都在今年涨了个遍。阿玛尼的粉底液去年刚从430元涨到440元,没想到今年7月又涨了30元。”

业内人士认为,除了材料、研发、人工、物流等成本不断提高外,高端品牌每年的惯性涨价也是主要原因。记者走访了长沙各大商场化妆品专柜了解到,大部分化妆品品牌在近两年时间内价格都未出现波动。

但美国、香港地区的涨价潮并非对中国消费者没有影响,近年来,不少爱美人士因为价格便宜转通过网上代购化妆品,一些网上代购店的产品价格也随着这次涨价潮而“水涨船高”。

■记者 彭可心 实习生 陈勇熙