



扫码看秋季如
何预防心脑血管

A04

民生

三湘都市报

2019年10月11日 星期五

编辑/李青 图编/言琼 美编/聂平辉 校对/曾迎春

换季大降温,心梗脑梗患者激增

医生:有心血管病史的中老年人要注意保暖,心梗急救记住两个“120”

72岁的长沙市民谢爹爹,在散步时突然剧烈胸痛,持续痛了近一个小时,被家人急忙送到医院,确诊为急性心梗。近日来,随着秋季气温的下降,我省多家医院的急性心梗患者呈现增加趋势,其中郴州市第一人民医院5天就接诊了20多例,中南大学湘雅三医院的接诊率比上月增加1/3。专家建议,眼下的秋季容易气温突降,中老年人尤其是有心血管病史或危险因素的人要注意保暖,以免诱发心肌梗死、心衰等危象。

■记者 李琪 通讯员 刘振

图片·新闻



葵花盛开
逐秋阳

10月10日,游客在湖南省森林植物园的向日葵花海中拍照。近日,位于长沙市的湖南省森林植物园中的向日葵在秋阳下竞相绽放,黄花绿叶交相辉映,吸引了众多市民、游客前来观赏。

新华社 图

案例

72岁爹爹散步突然剧烈胸痛

谢爹爹虽然72岁了,但喜欢出门散步锻炼,平时没什么不适,身子骨还算硬朗。10月4日下午,他照常来到洋湖附近散步,突然胸口剧烈疼痛,全身大汗淋漓。老人觉得没什么事,痛了近一个小时还不肯去医院,家人都急了,“架”着他到了离家最近的洋湖街道社区卫生服务中心。

此时的谢爹爹四肢已经开始抽搐,面色发绀,做完心

电图之后,医务人员意识到这可能是急性心肌梗死,立即呼叫长沙市第四医院急诊急救中心。随后,爹爹转院治疗,并植入冠脉支架,病情基本稳定。

10月7日,患高血压已10多年的李先生突然左侧身体不便,左手连一个普通的杯子也拿不稳,左脚也因无力致不能独立行走。被家人送到郴州当地的医院时,确诊为脑梗(中风),后转入郴州市第一人民医院治疗。

现象

近期中、脑梗患者增加近1/3

“一大早就来了20多个患者,增加得有点明显。”10月10日上午,中南大学湘雅三医院心血管病专家江凤林副教授忙个不停,近段时间天气的变化,导致心梗、脑梗患者增加。“粗略地估计,比前一个月至少增加了1/3吧。”江凤林告诉记者。

这种现象不是偶然。记者从湖南省多家医院了解到,近

期气温的变化,导致心梗、脑梗患者呈现增加的趋势。长沙市中心医院、长沙市第四医院等,接诊的同类患者数据都有增加,其中以中老年人为主。

其中,郴州市第一人民医院从10月5日至9日,急诊科就收治20余例心梗脑梗病人,增加人数也达到1/3,有5例患者年龄都低于50岁,最年轻的患者年仅42岁。

原因

秋季降温致心血管疾病高发

为什么近期中、脑梗患者增加?郴州市第一人民医院急诊科主任徐自强教授解释,秋季冷空气侵袭频繁,常导致交感神经异常兴奋,人体血液的循环阻力也开始加大,引起血压升高。同时,血液黏稠度加大,血小板也容易凝集形成血栓。

尤其是中老年人生理功能减退,对外界环境变化的

适应性、应激性和抵抗力降低,特别是高血压、动脉硬化患者,易导致中风的发生。

在夏秋季节转换时,徐自强建议,气温突降的天气,中老年人尤其是有心血管病史或危险因素的人要注意保暖,以免诱发心肌梗死、心衰等危象。更重要的是,平时要注意预防保健,戒烟限酒,健康饮食,适当运动,这样才能有效预防心脑血管病的发生。

秋季求职,长沙这些行业薪资高

平均月薪为8037元 租赁服务行业进入薪酬排行榜前十

本报10月10日讯 10月份是求职和招聘的“黄金季节”。长沙地区竞争最激烈的行业和职业分别是什么?高薪行业分布在哪些行业中?秋季求职期的平均薪酬有多少?

昨日,由智联招聘新鲜出炉的《2019年秋季中国雇主需求与白领人才供给报告》,为企业和求职者揭晓答案。

2019年秋季在线数据显示,长沙地区竞争指数排名前五位的行业中,房地产、建筑、建材、工程行业的竞争指数最高,其次是大型设备、机电设备、重工业行业,航空、航天研究与制造行业排在第三,跨领域经营行业和快速消费品(食品、饮料、烟酒、日化)行业的竞争指数位列第四和第五。

长沙地区2019年秋季竞争最激烈的职业当属交通运输服务、财务、审计、税务和行政、后

勤、文秘。此外,高级管理和IT质量管理、测试、配置管理的竞争也较为激烈。

数据显示,长沙地区2019年秋季求职期的平均薪酬为8037元/月,薪酬水平较上一季度有所上升。从薪酬的分布情况来看,长沙地区薪酬水平中等,平均月薪4001元/月至6000元/月的职位占职位总量的30.5%,8000元以上/月的占33.3%,占比较上一季度有所上升。

具体来看,基金、证券、期货、投资的平均月薪最高,为10597元/月;其次为中介服务,薪酬水平为10159元/月;第三位是航空、航天研究与制造行业,平均月薪为9773元。长沙地区租赁服务行业发展较快,进入薪酬前十的排行榜。

■记者 王智芳 通讯员 唐清莹 实习生 洪美华

废油渗漏致污染 汽修厂老板获刑

本报10月10日讯 长沙一家汽修厂随意将废机油桶、汽车废零部件露天堆放在空地上。赶上下雨天,机油外渗,给环境造成了严重污染。今天,长沙市天心区人民法院开庭审理了这起污染环境案,汽修厂老板汤某亮因犯污染环境罪,被依法判刑一年三个月,并处罚金1万元。

2016年1月,汤某亮在长沙市天心区南托街道牛角塘村开办了一家汽车修理厂,办厂以来,从未办理过环评手续,除化粪池外无其他污水处理系统。汤某亮坦言,平时处理废机油,多是找专门的公司定点清运,有时会将废油暂时存放在铁皮桶内,并将废油桶放置在厂房空地上。没想到的是,今年6月的几天暴雨,将放置在外的废油桶灌满,大量废机油溢出了桶外,造成了污染。

长沙市天心区人民检察院指控,在汤某亮经营期间,汽修厂将含有污染物的废矿物油、废机油桶、废机油盆、含大量废机油的汽车零部件随意露天堆放在空地造成渗漏,部分废机油等污染物甚至从堆放场地内流出,经过场内低洼渠道、中意路路边的沟渠而直接排放到城市下水管网。

6月17日,天心区环境保护局委托第三方检测公司进行采样检测。检测报告显示,废机油桶堆放处洼地积水中化学需氧量16500mg/L(标准值100mg/L),石油类4340mg/L(标准值5mg/L)均超过国家标准,且废机油属列入国家危险废物名录规定的危险废物,属于有毒物质。

■记者 杨昱 通讯员 肖绿芳

稳就业·湖南在行动

深圳IT女精英为何要返乡种枇杷 衡阳:以优厚的政策吸引创业者投身乡村建设

衡阳是典型的农业大市,农业人口达616.63万人,自实施乡村振兴战略以来,这里正以优厚的就业创业政策,吸引创业者投身最广阔的乡村建设,打拼出不一样的天地。

走进衡阳市衡东县高湖镇新旺村,满山青翠,一排排整齐的枇杷树。

5年前,这里还是一片荒地。当时,单丹一家已在深圳定居,大学毕业后她就进入一家IT及互联网公司上班,薪资稳定。2014年,在父亲的支持下,她返乡种枇杷,要打造我省唯一一家栽培软条白沙枇杷的种植基地。

“身份的变化,对我是一种颠覆,也是一种成长。”单丹说,初创期间,技术、人才等都是难题,为助

力返乡青年创业发展,衡阳市、县人社局从立项、招工等多个方面给予政策支持,发放奖励近10万元,还多次推荐单丹外出学习培训。

种植基地为当地近300名村民提供了就业岗位。通过产业帮扶、就业帮扶等形式,也让周边171户共580位贫困户每年户均增收2000元。

作为创业带动就业示范项目,公司获得了省市项目扶持资金14万元,被评为省就业扶贫基地。

“创业正在成为促就业的‘新引擎’。”衡阳市就业服务中心创业服务科科长罗美介绍,全市每年拿出2200万的奖补资金,对创业者、农业专业合作社进行奖补。

■记者 王智芳 通讯员 谢忠东 刘玮 实习生 洪美华

提醒

心梗急救记住两个“120”

据统计,全球每年有1700万人死于心血管疾病,其中一半以上死于急性心肌梗死。极高的死亡率,让人谈之色变。江凤林副教授表示,当心肌梗死发生,最重要的是快速开通堵塞的冠状动脉以最大程度地减少对心肌的损害。市

民需要记住两个“120”,紧急时刻能救命:

第一是急性心肌梗死发生后要立即拨打120;第二是急性心肌梗死抢救的黄金时间为120分钟,从发病至开通梗死血管如能在120分钟内完成可大大降低病死率和致残率,取得良好的治疗效果。