



烟草危害势头强劲,轻视它会要命

2018年世界无烟日核心信息:即使每天只抽一支烟,也会使男性冠心病风险增加74%,女性增加119%。约12%的心脏病死亡归因于烟草使用和二手烟暴露

■本报记者 贺正香
通讯员 刘丹

5月31日是第31个世界无烟日,今年的活动主题是“烟草和心脏病”。中国疾控中心、中国医学科学院、国家心血管病中心等9家单位共同发布2018年世界无烟日核心信息:即使每天只抽一支烟,也会使男性冠心病风险增加74%,女性增加119%。约12%的心脏病死亡归因于烟草使用和二手烟暴露。

吸烟是如何对心脏产生危害的?

据介绍,吸烟对心脏的损害,有间接的,也有直接的。间接的是通过引起动脉硬化、高血压、高血脂等加重心脏负荷、影响心肌供血来损害心脏;直接的是通过炎症反应,通过烟草毒性代谢产物直接损

伤心肌。

研究证实,吸烟可以直接使冠心病发病风险增加2~4倍,冠心病死亡风险增加2~3倍。而年轻人吸烟风险更大,引发心肌梗死的危险较年老高4倍,而如果冠脉放了支架后仍然吸烟,再狭窄的发生率也会增加。临床中我们看到的中青年人的心肌梗死,主要的危险因素之一就是吸烟。

吸烟对心脏有哪些间接危害,一是吸烟产生的一氧化碳可以和血红蛋白结合成碳氧血红蛋白,影响红细胞的携氧能力,引起缺氧。缺氧会引起血管强烈收缩,严重时可以引起冠状动脉痉挛而引发心绞痛,收缩强烈了还可以引起心肌梗死。缺氧和毒性物质也可以引起严重心律失常,无论是心肌缺血还是心律失常都可以引发猝死;二是吸烟可以损伤血管内皮,引起血管的炎症反应,使

动脉血管壁增厚,加重动脉硬化,是高血压的危险因素,同时又加重高血压的血管损害。吸烟与高血压共同作用,加重心脏损害;三是吸烟可以使血液中胆固醇水平升高,加重血管内皮损伤,从而导致动脉粥样硬化,影响心肌供血;四是吸烟可以引起慢阻肺,肺部感染,肺动脉压力升高,对心脏也有影响。

充分认识烟草危害,自觉遵守公共场所禁烟规定

为了保障公众健康,推进我市无烟环境建设,为此,市疾控中心向广大市民提出倡议:一要充分认识到烟草危害,自觉遵守公共场所禁烟规定;二要拒绝二手烟,及时劝阻和制止他人在公共场所吸烟的行为;三要在办公、会议、接待等公务活动中不吸烟、不敬烟、不劝烟、不送烟;四要积极创建无烟机关、无烟单位、无烟学

校、无烟家庭等健康支持性环境,在室内公共场所和工作场所张贴禁烟标识或摆放禁烟标牌;五要积极做好控烟宣传教育和引导工作,主动学习和传播吸烟危害健康知识,提高防控烟草危害的意识和能力,帮助和鼓励吸烟者戒烟;六要拒绝烟草广告、促销和赞助行为,绝不向未成年人销售香烟。

目前,我市正在积极创建全国文明城市,大家一同行动起来,从自己做起,从现在做起,拒绝烟草,珍爱生命,减少疾病,呵护健康,共同营造一个没有烟草危害的清新环保、文明健康的社会环境。



匍匐聆听滴水声

演讲者:衡阳市中心医院设备科 李志辉

今天,我演讲的题目是《匍匐聆听滴水声》。

是谁在无数个深夜里匍匐聆听滴水声——检修医院供水系统管网呢?他就是我们身边的英雄——衡阳市中心医院水工班班长丁隆华,他也是我院这次“身边英雄”群英榜上唯一一位后勤工作者。

他没有惊天动地的伟大事迹,没有耀眼夺目的崇高荣誉,也没有令人敬佩的辉煌成就,但医院的安全供水,病人的安心治疗,职工的舒适工作都离不开他辛苦的劳作。

他是医院后勤保障工作中一颗永不懈怠的“螺丝钉”。

作为我院水工班班长,由于岗位的特殊性,丁隆华带领的班组同志也在用特殊的方式履行着自己的特殊职责。自1990年入职以来,为保障临床一线安全供水,最大限度避免对病人治疗和休息的影响,丁隆华的作息时间都与常人颠倒,每天只能在晚上十点病人正常治疗结束并就寝后才能开始工作,巡查水网,检修管网,短则数小时,长则通宵,有时连续奋战几个夜晚。27年来,他坚守岗位,任劳任怨,他的字典里没有节假日。为便于衔接工作,他索性将家安在院内,以院为家,以便随叫随到,快速接应。医院大量供水设施安装在楼顶,遇到冰天雪地等情况,他都会主动请缨登上21楼天台照常巡查检修。遇到突发状况,他总能化险为夷。2017年12月15日,雁峰区湘江南路市政管网突然爆裂,危及医院用水。经与市自来水公司紧急协商,丁隆华率水工班同志硬是拖着9条消防水袋,接通中山南路消防栓,持续为医院蓄水池注水,周边单位

均停水数小时,唯独我院照常供水。

他是水工班一支高效运作的“主轴承”。

强烈的责任心,让丁隆华从不放过巡查中的蛛丝马迹,及时检修,节能降耗。常年的积累,丁隆华练就了一项绝技——通过聆听供水系统滴水声便能找出漏水点。2014年小年夜,医院水表出现异常,初步判断为管网破裂。为尽早查出爆裂点,丁隆华率水工班同志连续三天冒雪巡查,在无任何探测设备的情况下,他利用夜深人静的时候,趴在地面,匍匐移动,逐段贴耳聆听滴水声终于找到漏水点。然后,他赶紧穿上雨衣,一咕噜钻入冰冷刺骨,臭气熏鼻的下水道,迅速抢修漏水口,避免了再次浪费。由于巡查仔细,丁隆华通过长期点对点观察,发现医院总水表计量有误,立即上报,并联系市自来水公司、水表厂家和质检部门反映情况。通过对前期计量数据比对和实地检测,最终测量出水表计量高出正常值9.89%。经与市自来水公司协商,对方于2016年11月,以退抵方式冲抵我院水费24万余元。2016年10月,丁隆华发现华新分院水网运行异常,遂利用休息时间加班巡查,三天内完成地面开挖和地下抢修,使水耗量由上月的27万余元降至2万余元。针对院本部地下管网年久破旧,隐患较多,根据领导安排,丁隆华迅速组织水工班同志配合开展提质改造,现已全部完成。改造后,医院日用水量由原来的2000多吨降至500多吨,年节约水费开支150多万元。

他是家庭里一根至孝至爱的“顶梁柱”。

丁隆华不仅对工作兢兢业业,对待家庭也是无私付出,无怨无悔。家中老母,85岁高龄,身患慢阻肺、糖尿病、老年痴呆等多种疾病,生活不能自理,一直与丁隆华共同生活。丁隆华工作之外,只身照顾老人的饮食起居从不怠慢。不管工作多忙,老人一日三餐、衣被冷暖、思想情绪都时刻记挂于心。老人晚年的平稳舒心全得益于丁隆华的悉心照料。丁隆华有一姐姐,早年离异,在外打工,遭受病痛多年,家庭经济困难,更不幸的是于2013年5月因手术失败成为植物人。丁隆华毅然决定将姐姐接到身边,住进我院神经内科治疗并担负起日常支出和照料重担。姐姐因治疗需要,已作食管切开水,进食靠鼻食,每次只能进食少量食物,因此一天需喂食5次以上,丁隆华为此疲于奔命,一餐不落,从未抱怨。

“在单位上班,就要尽职尽责;亲人有难,就要尽心尽力,这是做人的基本要求。”丁隆华朴实的话语背后是他高尚的人格底色。

朋友们,让我们都来向丁隆华式的平凡英雄学习,跨入新时代,培育新气象,开启新征程,为谱写中国梦的衡阳新篇章而共同奋斗!



市中心医院 精准扶贫工作队 入驻肥美村



安排好扶贫驻村工作队成员住宿

■通讯员 郭伟

本报讯 5月29日,市中心医院精准扶贫工作队入驻耒阳市淝田镇肥美村,院领导为驻村工作队送行。院长申惠龙要求,扶贫驻村工作队要遵守工作纪律,注意形象,带着责任和感情,和群众打成一片,多做实事,提高群众的获得感和满意度,稳固脱贫攻坚成果,早日使肥美村贫困群众脱贫。党委书记肖友儒、副院长邹建军,按照衡阳市精准脱贫攻坚工作部署,把扶贫驻村工作队送到耒阳市淝田镇。

在淝田镇驻村领导、肥美村村支两委班子座谈会上,肖友儒听取了当地的扶贫工作情况介绍后,对驻村工作队提出四点要求:一是要接地气,要跟群众交朋友,把自己当成群众的一份子,和谐顺畅的开展工作;二要坚持镇党委统一领导;三要把村支两委干部当知心朋友看待,真诚沟通、交流、往来,说知心话,干贴心事,做贴心人;四要认真开展工作,多做实事。同时也对镇党委、村支两委提出了中肯建议。当天,肖友儒还走访了贫困户刘洪英、脱贫户阳恩云,并实地查看了驻村工作队队员住宿及当地请求拓宽的乡村道路情况。