

出现急性胸痛，请及时拨打 120

昨日,我市两家医院分别开展“中国 1120 心梗救治日”科普宣传,并提醒,心梗患者越来越有年轻化之势,养成健康的生活方式才能远离心梗

衡阳市中心医院:

下基层普及心梗防治知识

■本报记者 刘臻 通讯员 殷君发

本报讯 昨日上午,衡阳市中心医院组织 13 名医务人员走进衡南县中医医院,开展“中国 1120 心梗救治日”科普宣传,100 余名社区居民、医务人员现场学习实用的心梗救治知识。

活动现场,播放了衡阳方言版《救在身边——现场救护第一目击者

之歌》视频,随后,6 名医务人员表演急救操。当天,衡阳市中心医院心内科副主任、副主任医师朱晓宇以《急性心梗的防治》为题,向公众传授急性心梗识别、现场呼救、现场救护、人工呼吸、预防等实用知识,并现场开展心肺复苏培训。

据悉,今年是第六个“中国 1120 心梗救治日”,主题是“心梗拨打 120,胸痛中心快救命”,1120 代表着

“2 个 120”。其一是出现急性胸痛要及时拨打 120,其二是明确诊断心梗患者需争取在黄金 120 分钟内得到有效救治。专家介绍,预防急性心梗的主要手段是生活方式干预,基本措施是保持健康膳食,注重食物多样性和能量平衡,成年人每天摄入钠盐不超过 6 克,摄入素菜 300—500 克、水果 200—350 克。控制体重、多运动,戒烟限酒,控制血压、血脂、血糖。

衡阳市第一人民医院:

手把手教学“心肺复苏”



医务人员现场教学心肺复苏术

■文/图 本报记者 刘臻
实习生 邹非凡

本报讯 随着经济的快速发展和人民生活水平的提高,冠心病尤其是急性心肌梗死的发病率及死亡率逐年升高,并呈现年轻化趋势。昨日是第六个“中国 1120 心梗救治日”,为提高公众对心梗严重性与防治重要性的认知,普及传播急救知识,衡阳市第一人民医院在衡阳广场组织开展科普活动。

活动中,医务人员开展手把手心肺复苏术教学,详细讲解关于心梗发作的

征兆与抢救要点。现场还开设了义诊咨询台,提供免费心血管专家义诊,针对心肌梗死防治提供专业健康咨询,为群众进行冠心病危险因素疾病筛查。现场共为上百名群众免费测量血压,检查血糖并发放心肌梗死防治健康宣传资料 1000 余份。

据了解,心肌梗塞又叫心肌梗死,是指急性、持续性缺血、缺氧所引起的心肌坏死,而急性心梗秋冬出现死亡的几率极高。纠正不良生活习惯,保证饮食的结构健康性、避免过量饮酒以及抽烟、保持足够的睡眠是预防心梗的重要方式。

特别提醒

突发胸痛是临床常见症状之一,原因相当复杂,有可能发生致命性疾病,包括急性心肌梗死、主动脉夹层动脉瘤破裂、急性心包填塞、肺栓塞等,发作时可能即刻或几小时内出现心跳呼吸骤停。出现如下症状可考虑心肌梗死:突发严重胸口疼痛、胸闷及胸口压迫感;烦躁不安、冒冷汗、恐惧;出现恶心、呕吐、呼吸困难、晕厥等。除了胸痛,一些心梗患者还会表现为上腹痛或颈背部痛,个别患者甚至会表现为持续牙痛。

2100 余个岗位送到家门口

高新区银光社区举办就业扶贫公益招聘会

■本报记者 李建平
通讯员 李飒爽

本报讯 11 月 20 日上午,高新区高岭办事处银光社区在辖区步步高广场举办就业扶贫公益招聘会,为居民群众和用人单位搭建“零距离”的交流平台。

此次活动由高新区民政和社会保障局指导,高岭办事处主办,银光社区和衡阳市正联人力资源有限公司承办,旨在全面贯彻落实中央、省、市关于“稳就业”的各项政策措施,进一步帮助辖区就业困难人员特别是残疾人就业,营造全社

会关心、支持就业工作的良好氛围。

据了解,活动前期,银光社区除了在社区宣传栏、居民小区内醒目位置张贴活动通知外,还利用网站宣传、微信群、短信群发、电话邀约、社区发动等形式,扩大招聘会的影响力,帮助有需求的居民尽快就业。

当天的招聘会共吸引包括步步高、特变电工、镭目科技等来自高新区及周边地区的 60 家企业,现场发布了市场经理、营销员、焊工、会计、普工等 2100 余个岗位信息。

记者看到,招聘会现场人头攒动,秩序井然。主办方设置了“衡阳

群众”志愿者摊位,向居民群众和求职者宣传就业创业、社会保障、劳动维权、创文创卫、扫黑除恶等方面政策法规知识,发放相关宣传资料,并提供咨询帮助。

刚与衡山科学城一家新材料企业达成初步意向的刘先生告诉记者,这次招聘会岗位送到家门口,使居民就近就能找到适合自己的岗位,感觉很及时、很开心。



珠晖区:

“城市家具” 每天“洗白白”

■本报记者 周琪
通讯员 唐兰荣

本报讯 近日,记者走在珠晖区东风支路上看到几名环卫工人正在清洗果皮箱,只见他们弯下腰,手握抹布用力擦洗着箱体投递口的周边,再用小型高压清洗车冲洗箱体表面,然后用毛巾将箱体擦干。不到十分钟,果皮箱变得跟家具一样干净。

据了解,珠晖区环卫所采用网格化管理,以现有保洁队区域划分为基础,对人员进行分区划片,配备专门的清洗车辆、水桶、刷子、抹布等工具,对主次干道的 800 余个果皮箱、公交站台、道路指示牌等“城市家具”,采用水冲、刷洗、擦拭等不同方式进行精细化专业清洗,每天定时擦洗垃圾箱 1—2 次,并根据污染程度随时清洗,保持每天都是干干净净的。与此同时,该所组织 60 余名清扫保洁员对主次干道、广场的绿化带、花坛内的白色垃圾每周进行两次全面清理。为保证城区主次干道清洗质量,环卫所目前实行洒水车、洗扫车 24 小时循环作业,每天晚班质检人员跟班作业,加大督促检查力度。此外,组织 8 辆道路清洗车,对城郊接合部、施工工地附近道路进行地毯式清洗,力争做到路净无尘土、冲洗见本色。

南岳区:

农村“改厕” 完成率 100.8%

■通讯员 廖欣娅 本报记者 莫雄飞

本报讯 记者从南岳区有关部门获悉,截至目前,2019 年南岳区完成改(新)建农村户用厕所 984 户,超额完成今年预定 976 户任务,“改厕”完成率达 100.8%。

乡村振兴,生态宜居是关键。南岳区自 6 月实施农村改厕工作以来,秉承“整村推进、分类示范、自愿申报、先建后验、以奖代补”原则,分别成立区、乡镇两级改厕工作领导小组,印发《2019 年度南岳区农村改厕工作实施方案》,明确实施步骤和补助标准,蹲厕奖补 1700 元,坐厕奖补 2300 元。

为确保改厕任务保质保量完成,该区不仅组织乡镇和村(社区)负责人进行农村改厕动员培训、政策及调查摸底业务培训;还通过召开屋场会议、进村入户和媒体宣传等方式,宣传改厕对村民卫生健康、防病及人居环境整治的重要意义,使改厕工作做到家喻户晓。

此外,南岳区将农村改厕工作同农村人居环境整治工作结合起来,采取以点带面、示范带动和整村推进相结合的方式,促进改厕工作的顺利开展。

“家里改了新厕所,真是方便又卫生!‘冬天漏风 夏天臭鼻’时代过去了!”南岳区荆田村村民黄兴义指着铺满瓷砖,洗手台、蹲便器和热水器一应俱全的崭新厕所说道。