



明年4月24日,合肥市科技馆新馆开放



效果图

星报讯(顾任玲 记者 沈娟娟) 近日,记者从合肥高新区了解到,明年4月24日,位于石莲南路与彩虹东路交口合肥市科技馆新馆(自然博物馆)将正式对市民免费开放,位于合肥高新区的新馆总建筑面积是老馆的4倍多,11个常设展厅、800余件(套)展品、3个特色影院,都将带给市民全新的体验。

合肥市科技馆办公室副主任方泽相介绍,新馆将科技元素融入建设全过程,力争为公众呈现一座独具特色、国内一流的综合性科技馆。在建设上,

新馆绿化种植斜屋面塑造了从蜀西湖公园缓缓升起的绿色大地景观,错落排布的金属立方体强调了科技与自然的共生,体现了“科技既要扎根于大地,又要仰望星空”的设计理念,受到媒体公众的广泛认可,被誉为代表科技之城合肥的“智慧盒子”。

北侧广场保留了蜀西湖与大蜀山之间的视觉通廊,体现“城市客厅”的设计概念,将城市、自然、科技三者链接;西侧利用天然高差,引入“双首层”的设计思路,建筑形象融入蜀西湖整体岸线;东侧立面更多采用通透性幕墙,将科技馆内部呈现到城市界面之中;室外绿化与蜀西湖公园的协调统一,区域规划与植物选型充分考量科普功能。

截至目前,各常设展厅及大部分公共空间展项已通过深化设计评审,展品展项进入制作加工阶段,预计2022年10月底项目竣工,2023年4月24日项目正式对公众开放。

地市传真

安庆市宜秀区:开展住户调查

住户调查是国家组织开展的重点统计工作之一,是掌握民生状况、制定民生政策、助力民生发展的重要依据。近期,安庆市宜秀区龙山社区按照上级部门统一部署提前谋划,扎实推进大样本轮换工作,助力乡村振兴发展。

安庆市宜秀区龙山社区调查员实地勘查住户调查小区实际情况,根据调查小区住宅名录表中的住宅数量和具体位置,完成小区手工图绘制、建筑物清查表和住宅名录表编制等工作。由于此次摸底调查数量多、任务重、时间紧,为使摸底调查工作高效推进,龙山社区结合实际情况,将任务层层分解,定量到日,责任到人。据悉,此次龙山社区已对辖区190户住宅进行入户摸底调查,下一步,将根据摸底调查结果抽取10户为记账户,保质保量完成后续5年的记账辅导工作,真正实现点滴水反映大国民生。

汪洁

泗县:放流增殖修复渔业保护生态

近日,泗县畜牧兽医水产技术服务中心开展2022年度增殖放流活动,通过放流增殖的方式,“以鱼养水、以鱼净水、以鱼调水”,修复渔业资源,保护生态环境,促进生态文明建设。10月6日傍晚时分,三辆满载鱼苗的车辆来到新汴河大桥放流点,在该县公证处工作人员的监督下,鱼苗经营户通过长长的塑料管带将210万尾鱼苗安全地放流到河水中。据了解,此次放流的鱼苗主要是鲢鳙和草鱼,这两种鱼多以浮游生物为食,食性较杂,生长速度快。通过放流这两种鱼类,增加经济鱼类数量,优化水生生物种群结构,维护生物多样性,保护水域生态环境,提升水源涵养能力,更好地保障该县饮用水源地的水质质量。

泗县畜牧兽医水产技术服务中心高级工程师王刚介绍,为保证放流苗种健康成长,中心将联合县综合执法大队,加强渔业执法力度,严厉打击各类违法违规捕捞行为,确保放流活动达到预期效果。徐宽磊

省卫健委提醒:注意预防这些传染病

星报讯(记者 马冰璐) 10月10日,安徽省卫生健康委公布2022年9月全省法定报告传染病疫情,2022年9月(2022年9月1日0时至9月30日24时),全省共报告法定传染病21种30843例,死亡74人,其中,49人死于艾滋病,19人死于肺结核,4人死于病毒性肝炎,1人死于急性出血性结膜炎,1人死于其他感染性腹泻病。

全省无甲类传染病发病、死亡报告。乙类传染病中除血吸虫病、新型冠状病毒肺炎、新生儿破伤风、炭疽、人感染高致病性禽流感、人感染H7N9禽流感、流行性乙型脑炎、流行性脑脊髓膜炎、狂犬病、脊髓灰质炎、登革热、传染性非典型肺炎、出血热、白喉14个病

种无发病、死亡病例报告外,其余13种乙类传染病共报告14483例,死亡72例。报告发病数居前五位的病种依次为病毒性肝炎、梅毒、肺结核、淋病、艾滋病,占乙类传染病报告发病总数的98.09%。

丙类传染病中除丝虫病、黑热病、包虫病3个病种无发病、死亡报告外,共报告8种16360例,死亡2例(经核实,为误报,已于10月订正)。报告发病数居前三位的病种依次为其他感染性腹泻病、流行性感冒、手足口病,占丙类传染病报告发病总数的94.80%。

目前新冠肺炎疫情防控形势仍然严峻,除重点做好预防外,还需注意预防流感、诺如病毒感染性腹泻、手足口病、恙虫病和流行性出血热等。

体检发现颈动脉斑块怎么办?

王先生拿到体检结果后,连续几天都没有睡好觉。因为他的颈部动脉中有一块斑块。“斑块会不会脱落,堵塞我的大脑,然后变瘫痪呀?”检查出了颈动脉斑块,这是不是很严重呀?患者通常都很着急。其实大部分情况下并不需要太过紧张,因为颈动脉斑块是一种常见的疾病。客观上来说,这种疾病确实可能会带来很大的伤害,但是如果患者能够积极地配合治疗,避免这种疾病对身体的影响,那么就有很大的可能降低风险。所以在体检中发现了颈动脉的斑块,我们究竟应该怎么办?

1.什么是颈动脉斑块

当多重危险因素导致颈动脉血管壁损伤时,血流中的有形成分会聚集形成团块样结构,这就是颈动脉斑块。详细地说,颈动脉斑块就像是动脉内的管壁上沉积了蜡块一样的脂类物质,其病理外观呈黄色粥样状,因此叫作颈动脉粥样硬化斑块。其实颈动脉斑块是非常普遍的,40岁以上的人中,每100个人中就有45个人存在颈动脉斑块;在70岁及以上的人中,每100个人中有84个人患有颈动脉斑块。

2.颈动脉斑块危害有哪些

大部分的颈动脉斑块并没有什么危害。也就是说,人到了老年,血管壁上或多或少都会出现一些斑块。不过,在两个方面,我们必须特别小心。一是由于斑块导致血管变窄,导致大脑供血不足,比如头晕等。二是斑块不稳,一旦发生,就会发生脑血栓。颈动脉斑块持续扩大会导致颈动脉管腔狭窄,导致大脑供血不足,出现头晕、记忆力减退、视物模糊、耳鸣等症状;斑块越大,斑块就容易破裂,进而形成血栓,阻塞血管,从而导致中风。

3.颈动脉斑块的发生与哪些因素有关

颈动脉斑块的形成主要有可调控因素和不可调控因素。高脂血症、高同型半胱氨酸血症、高血压、高尿酸血症、吸烟、高甘油三酯血症、糖尿病、低密度脂蛋白血症等9种危险因素均与颈动脉斑块形成有一定的相关性,属于可调控因素。其中,“四高”如高血压、高血糖、高血脂、高同型半胱氨酸血症,可以使脑梗塞的危险增加30%以上。不可调控影响因素主要有年龄、性别、遗传因素等。在老年人中,颈动脉粥样硬化斑块的发病率随年龄的增加而增加。

4.颈动脉斑块的初步诊疗

体检发现颈动脉斑块后,可进行初步诊疗,根据患者斑块情况,一般采取以下方式:

4.1 生活方式干预及内科保守治疗

如果没有发现颈动脉出现明显的狭窄,可以采取生活方式干预和内科保守治疗。生活习惯的干预,包括:保持良好的生活习惯(低脂饮食,每天适当运动半小时,戒烟和饮酒;血压、血糖、血脂、体重控制管理等)。内科保守治疗是以抗血小板治疗(阿司匹林)和强化调脂(他汀类药物)为主。用药要根据患者的年龄和其他一些基本的疾病来选择。

(1)他汀类药物:有研究显示,使用他汀类药物可以使LDL-C低于2.0mmol/L,大部分的斑块都不会再生长;如果LDL的含量保持在1.5毫摩尔/升,那么大部分高脂血症的动脉斑块就会逐渐变小,使其更“硬”,更坚固、更不容易破裂。中国首颈动脉粥样硬化症的诊断和治疗共识指出:颈动脉中膜增厚伴缺血性脑梗塞、颈动脉斑块狭窄、血管狭窄>50%的患者,应给予他汀类药物。

(2)抗血小板药物:颈动脉狭窄50%以上或者小于50%但患有冠心病或者脑梗患者,均需要使用抗血小板药物进行治疗。常用的药物有阿司匹林、氯吡格雷等。

4.2 手术或介入治疗

如果是由于颈动脉的斑块导致了严重的血管狭窄,除了采取上述的保守疗法之外,还需要进行外科或介入治疗。如果颈动脉狭窄超过70%,或者有严重头晕、头痛、肢体麻木等症状,则需要进行颈动脉内膜剥脱术或者介入支架植入进行治疗。这些治疗和介入后,斑块是否会消失?有研究指出,如果对上述多种危险因素进行长期的严格控制,可以使斑块缩小,但几乎不可能完全消失。我们的治疗目的是防止斑块随年龄增长或延缓其发展。

5.如何防治颈动脉斑块

一些人在做颈动脉超声的时候,发现了颈动脉斑块,这让他们很是担忧,不知道该怎么办。所以,下面就来看看颈动脉的斑块该如何处理?大部分病人可以采取改善生活方式联合药物治疗的措施,少数颈动脉斑块比较大的病人需要手术治疗。那么,生活中如何防治颈动脉斑块?首先,改善生活习惯为根本,合理饮食,适度运动,戒烟,保持良好的心理状态;其次是药物治疗,抗血小板、调脂、降压等是主要的治疗方法。这是

两个必须做到的内容,具体需要做些什么呢?

5.1 积极控制危险因素

危险因素主要是指血糖、血压、血脂和体重等。为了有效防治颈动脉斑块,一定要积极控制这些危险因素。例如,按时服用降压药物,谨遵医嘱,每天1次,以保证血压不超过140/90mmHg。服用的降压药物,避免硝苯吡啶等短效药物,为实现长期降压目标,按时服用长效降压药物。降糖药物、降脂药物等,都需要根据个体差异谨遵医嘱,按时服药,定期检查,确保数值在理想范围内。

5.2 健康饮食

日常生活中,禁止吃大量辛辣刺激、高脂、高热量、高胆固醇的食物,例如鸡蛋、肥肉等。多吃水果和蔬菜,保证每日摄入量超过400g;多吃谷物以及豆类食品。清淡饮食,每日食盐量不能超过5g,若患有高血压,每日食盐量不得超过3g。

5.3 戒烟、控制饮酒

吸烟有害身体健康,为预防颈动脉斑块,需要戒烟。饮酒方面也需要控制,男性饮酒酒精含量不能超过20~30g,女性酒精含量不能超过10~15g。

5.4 控制体重

控制体重主要从两个方面进行,一方面可减少饮食摄入,一方面可增强锻炼强度。每天需要保持锻炼30min,可选择骑自行车、散步、上楼梯、慢跑、太极拳等方式。通过锻炼身体,控制体重还能保持良好的精神状态,有利于对疾病的防治。

5.5 临床治疗

临床治疗主要采用抗血小板药物(阿司匹林)和他汀类药物,可对心脑血管疾病进行有效预防,控制和延缓颈动脉斑块进展。血管狭窄程度较大是,可采用颈动脉内膜切除术或者支架植入术进行手术介入治疗。不过,一般情况下很少有患者出现严重的血管狭窄。体检报告中大多数为动脉粥样硬化斑块,通过生活方式干预和内科保守治疗即可消除疾病危险因素。

所以,人们在体检中发现颈动脉斑块不需要过度担心或者恐慌,可以到医院进行进一步诊断检查和治疗,以降低颈动脉斑块可能产生的危害。

(安徽省庐江县人民医院 神经内科 谢富友)