

今年全国高血压日活动主题“限盐与控制高血压”

专家建议:市民食盐摄入量要减半

本报讯 10月8日是第12个全国高血压日。与5月17日第五个世界高血压日相同,今年的活动主题是“限盐与控制高血压”,提倡每人每天摄入食盐量小于6克,这个数量相当于装平一个啤酒瓶盖。记者获悉,虽然这个高血压宣传日处于长假之中,但在社区、医院、各个医疗卫生服务机构跟往常一样,前来测量血压和求治高血压疾病的市民络绎不绝。

铜庄社区卫生服务站杨运芳8日告诉记者,他们从2002年起就比较规范地管理社区里700多高血压患者,因此患者当中引发脑卒中、心脏病和肾脏病并发的比以前明显减少。每天到该社区卫生服务站监测血压的居民有30人,10月8日这天也不例外。而行

动不便的市民,他们则坚持上门服务。全国高血压宣传日当天,市人民医院心血管内科吴方斌医生介绍说,高血压是脑卒中、心脏病和肾脏病死亡的最大危险因素;我国高血压患病率持续增长,每10个成人中有2人是高血压,全国现在患高血压2亿人。而盐是升高血压的重要危险因素,减少盐的摄入量可降低人群血压水平,世界卫生组织倡导的摄入量是每人每天小于6克。而卫生部2002年调查,我国居民每日每人盐摄入量平均达到12克。为此,市民必须把食盐摄入量减掉一半,提倡每人每天摄入量小于6克。根据2009年全国高血压日宣传要点提示,一个啤酒瓶盖盖平食盐相当于6克。

吴方斌说,高血压患者甚至部分医务工作者当中存在着不少错误的观念:反正治不好,治治停停;或者不去看医生;先用普通药物,最后再用好药……他认为,一定要看医生,尤其是一定要去看专科医生,通过看医生选择适合自己的药物;有疗效、副反应能承受、经济上能负担。吃了药还要监测血压,这到社区卫生服务机构就行。调整药物要定期看医院心血管内科医生。

非药物治疗对于高血压患者同样非常重要。他说,要养成合理的生活方式,低盐低脂饮食,戒烟戒酒,睡眠充足,保持良好的心态,加上适量的有氧运动等。这样可以大大降低致残致死的风险。

(许克锡)

白酒价格借“节”涨

本报讯 10月7日上午,记者在市区几家白酒专卖市场走访时了解到,“两节”期间白酒价格普遍上涨,往日的“买一送一”促销活动已难觅踪迹。

记者在我市某超市的白酒销售柜台看到,不论是高档白酒还是中低档白酒,价格都较节前有所上调。拿口子窖来说,9月份前价格为88元,而现在已涨至105元,涨幅达20%。其他酒类的价格也有了相应的增幅,随后记者赶往市区几家白酒专卖也发现那里的品牌白酒价格也涨幅不小,某白酒专卖店的经理称,“两节”期间涨价并不是他们说的算,他们早在9月初就接到了厂家调价的通知,但是节前考虑到当时啤酒消费高峰期尚未过去,白酒消费高峰期也没有来临,于是暂缓了上调零售价格的想,“两节”期间正是白酒消费的一个高峰期,所以他们选择在这个时候将价格做一个适当的调整。

“两节”期间,白酒价格为何普遍上涨?一些业内人士分析称,主要是受酒类消费税调整和“两节”消费需求双重影响。此外也与高粱价格上涨、运输成本增长等综合因素密切相关。(洪伟)

拼车出行 方便又舒适

本报讯 10月8日下午,市民刘先生在家无为舒舒服服过了黄金周后与几位老乡拼车返回了铜陵。刘先生感叹还是拼车来得方便。客运高峰,一票难求,为了在节前顺利舒适回家,节后按时踏上归途,越来越多的人选择邀几个朋友一起拼车出行。不用再为买张票费神,也不用拖家带口提着大包小包挤来撞去。刘先生告诉记者,拼车主要是方便,再者每年春节前后和黄金周期间汽车车票都要上涨很多,中巴车上人又很多,不如拼车既省事又节约时间。记者了解到,像刘先生这样的拼车出行,不仅是过节探亲、假日旅游的新选择,也成为平日常年多年轻上班族乐于接受的交通方式。

黄金周前后,记者在我市一些网站论坛上看到,类似寻求“拼车”的热帖比比皆是。有的准备找出租车,有的干脆用上自己的私家车,他们的理由很简单,就是为了分担一些油钱和过路费,而无车一族也乐意去拼车,因为可以节省路费。黄先生在中秋节当天返回安庆老家,于是提前数日在网上发帖召集一起拼车的有车车主。该帖一发出,就有人主动联系他了。

“对于没车的人来说,在黄金周期间,坐车回老家,不如拼车来得方便。”市区李先生说,以前返乡,都要提前去车站排队买票,耗掉耗体力,他在看到有人提出拼车的建议后,决定试试,感觉还不错。

据市运管处投诉热线一位接线员介绍,“拼车”不属于非法营运,只要乘客和司机都接受,不超载即可。专家建议在拼车时务必仔细核实司机的身份,并提出复印其相关证件,记下车牌号码。拼车人之间最好签订一份书面协议,可在协议中约定,车费在顺利到达目的地后支付。(郭月红)



川剧变脸为节日带来欢乐

10月6日上午,一场群众性广场演出在经济技术开发区新城花园小区广场上,在众多民族艺术表演中,观众难得一见的川剧变脸,把小区节日喜庆活动推向高潮。

本报记者 过仕宁 摄

太极拳太极剑赛奖次排定

本报讯 日前,市体育馆篮球训练房周围热闹非凡,数百位身着白色绸缎练功服的老人聚集在这里,参加市第一届全民健身运动会集体24式太极拳和集体32式太极剑比赛。

据了解,当天上午进行的是集体24式太极拳比赛,共有来自全市各社区和市武协武术辅导站的26支队伍参赛,参赛选手近300人,是我市近年来规模较大的一次集体24式太极拳比赛。经过裁判员的评比,最终,6个代表队从26支参赛队伍中脱颖而出,获得名次。鹤山社区代表队获一等奖;五松社区十中站代表队和人和社区代表队获二等奖;官塘社区代表

队、石城广场第一代表队、市政府广场一站代表队、世界花园社区代表队和朝阳社区代表队获三等奖。

当天下午进行的是集体32式太极剑比赛,全市共有7支代表队共60余人参加了比赛。由于大赛对各参赛队队员人数不限,因此每支参赛队伍排出的阵型都不相同。经过一番比拼,新苑社区代表队获得一等奖;官塘社区代表队和石城广场第四代表队获二等奖;石城广场第五代表队、铜光社区代表队、磷铵社区代表队和梅塘社区代表队获三等奖。

(本报记者 方文婷)

下载优惠券 消费真省钱

本报讯 8天超长假期催热了消费盛宴,出游前在网上下载一些购物优惠券,不少精明的出游市民在这个长假做起了“券券达人”。

在巢湖上学的市民小查国庆长假跑到上海玩,走之前她在网上搜索并下载了不少电子优惠券,吃住行游“一网打尽”。这样的电子优惠券有什么用呢?“省钱!”小查告诉记者,像肯德基电子优惠券,最便宜可能节省40%,还有一些商场提供的抵用券都可能派上用场。

据了解,像小查一样长假出游做“券券达人”的市民多为网上购物拥趸者,记者从相关网站了解到,从9月底到国庆放假期间,下载、打印优惠券的数量大幅增加,餐饮类优惠券最受青睐,肯德基、麦当劳、必胜客等餐厅的优惠券比较受青睐。

“出门旅游就是消费,从网上下载电子优惠券,既方便又能得到不少优惠,何乐而不为呢?”市民朱先生也是“电子优惠券”的使用者。“其实不仅是长假出游,日常生活中我也习惯在网上查找是否有提供电子优惠券的地方,但是本地商家电子促销的意识不强。”

记者在淘宝网上搜索后看到,省内电子优惠券使用多集中在合肥、黄山等地,而铜陵本地可以使用电子券的商家非常有限。记者从一些销售电子优惠券商家了解到,优惠券让消费者尝到省钱甜头的同时,也带动了商户生意。“网络上发布优惠券成本低,而且比传统的促销方式更受年轻人欢迎。”(本报记者 高顿伟)

加班车出故障 众旅客生误解

本报讯 10月7日中午11点钟,有市民向本报反映称,他当天上午买了一张9时50分从铜陵到上海的汽车票,可等了1个多小时都没有能坐到车。

在市长途汽车站服务咨询台前,记者见到了正围在一起与汽车站相关负责人交涉的旅客们。一位旅客拿出了一张汽车票告诉记者,他买的是早上9时50分从铜陵到上海的汽车票,可是都到11点了,他还购买了同班次汽车票的十几位旅客都没有走得掉。据乘客们介绍,一开始汽车站方面告诉他们,这趟车是大车子,因乘客人数不够改换小车子,随后又有人告诉他们,没有调度到车子,还有人告诉他们,你们人数不够不能发车。就这样,他们一直等了1个多小时。乘客们说,他们就是因为赶时间,所以才买了9点50分的汽车票,汽车站既然卖了这个点的汽车票,就应该保证

准时发车,不能因为乘客人数不够等原因而不发车。

为了了解事情的原委,记者找到了车站的相关负责人。这位负责人告诉记者,9时50分从铜陵发往上海的这辆车确实是坏了。当时乘客正在上车,驾驶员称刹车有问题,需要抢修,然后汽车站及时跟修理厂联系,将这辆车子开过去抢修了。该负责人说,当天上午,他们已经发出了5班铜陵到上海的车,9时50分的这趟车是加班车,由于现在正值假期内的出行高峰期,客流比平时多了不少,他们所有的备用车也都用在了各条线路上,目前没有一台备用车了。该负责人告诉记者,这辆车已经在抢修了,只要车子一修好,他们就会在第一时间送这些旅客安全到达目的地。截至记者当天下午3时发稿时,这批旅客已经顺利地坐上了车。(本报记者 马卫东)

请来知名专家 开展妇科培训

本报讯 10月1日,市医学会、市丽人医院联合举办了我市首届妇科疑难病症诊疗培训班,邀请北京、上海等地的妇产科专家来铜讲学,专家们还在这个节假日里为我市患者诊治疾病。

此次培训班主要是提高铜陵地区妇科疑难病症诊疗水平,加强与全国知名专家教授的学术交流,促进铜陵地区对妇科疑难病症诊疗的良性发展,切实解决妇科疑难病症的相关问题。

市丽人医院是我市新开办的一家专业服务于女性健康和医学美容的医疗机构,此次邀请到了来自首都医科大学北京妇产医院、上海同济医院、上海瑞金医院等多位专家,为市、县医疗机构妇产科医务人员培训交流了不孕不育症的诊断治疗、子宫肌瘤的治疗、妇科癌症最新动态、无症状淋菌性尿道炎的早期诊断与治疗等内容。(许克锡)

第五届围棋棋王赛收盘

本报讯 10月3日,为期3天的市“一品矿业杯”第五届围棋棋王赛在市棋类协会活动室结束。经过激烈角逐,市科学技术协会汪洋获得冠军。

据介绍,本次棋王赛人数虽不是最多,但棋艺之高却为历届之最,且选手年龄跨度较大,最大的64岁,最小的9岁。由于要求参赛棋手均为三段以上水平,最终通过加赛快棋的方式赛出冠军和亚军。比赛历时三天,共有26名围棋爱好者参赛,经过7轮92盘棋的激烈争夺,最终市科学技术协会汪洋获得冠军,南车集团长江车辆有限公司铜陵分公司汪世洲获得亚军,棋类培训中心吴召健获得第三名,王缙(少年)、舒文武、阎世鹏、张繁陵、王健荣分别获得四至八名。(邹娜)

烟草法规知识宣传

烟草有害健康
铜陵市烟草专卖局(公司)特约宣传

问:卷烟销售为什么要实行打码到条?
答:《安徽省实施〈中华人民共和国烟草专卖法〉办法》规定,烟草公司销售卷烟必须加注烟草专卖防伪标识,烟草公司在卷烟外包装上打上防伪码作为防伪标识,同时这也是烟草公司规范经营、加强内部监管的需要。
问:送货员送货过程中发现零售户经营地址与销售发票地址不符时,怎么办?
答:经请示上级领导后,应将卷烟带回按照退货处理。同时告知零售户应在许可证规定的地点经营,否则应重新申领烟草专卖零售许可证。并及时向专卖管理部门反映。(三十六)
(任勇)