

周末还有一股冷空气造访

最低温或创新低

本报枣庄10月31日讯(记者 赵艳虹) 霜降后,冷空气接踵而至,枣庄的温度直线下降,31日,最低温度不足5℃。面对突如其来的降温天气,很多市民表示很不适应。突来的冷空气,让广大市民措手不及,把冬衣提前穿了起来。市民李先生说,

“昨天看天气预报上面说,今天的温度会创新低,今天早晨出门之前就忙把衣服加厚,这突如其来寒冷,让人好怀念春天的温暖。”一场让人措手不及的冷空气席卷了整个枣庄,而未来天气形式,仍以冷空气和降温为主。每次冷空气入侵的强度

都不一样,有强有弱,降温幅度有多有少。冷空气像潮水一样涌动,使不少抵抗力较弱的老人,选择躲在家里不出门,79岁的王女士表示,“天一冷就浑身不自在,好像穿多少都不顶用,索性不出门躲在家里,省得冻病了给孩子添麻烦。”

而在路上,骑自行车、电动车的市民全副武装行驶在满是落叶的路上,挡风被、帽子、口罩一个都不少,市民们不仅换上了厚厚的冬衣,有的甚至还特意在外面倒着穿着一件挡风的外套。据枣庄市气象台16时发布的天气预报称,11月1日温

度将更低,而2日、3日温度将有小幅度的回升,但在本周末(4日、5日)将又有冷空气造访,届时枣庄温度还会降低,将再次刷新入秋最低温度的记录。早出晚归的市民,一定要注意添衣保暖,而抵抗力较弱的老人和孩子尽量减少出门次数。

以为身体好 一体检傻了眼

慢性病赖上年轻人,敲响健康警钟

本报记者 赵艳虹

民生

新闻:96706
热线:8880110

调查

10月31日,记者从市立医院体检中心了解到,截至目前,全市已有120多家市驻地、机关、事业单位结束了今年的体检工作。体检结果显示,一些慢性病均出现年轻化的趋势。

毕业刚三年,小伙查出脂肪肝

“三年前大学毕业,在家附近找到了一个相对稳定的工作,刚回来的那一年体重就增加了二十多斤。刚刚进入职场,免不了应酬,隔三差五就有饭局,而且不喝酒还不行。”在枣庄工作的徐先生称,他平时饭量不

小而且还喜欢喝酒,没事儿就会约上几个朋友去小吃摊喝几杯酒。单位里不少和徐先生差不多年龄的同事,一个个都开始发福,长出了“将军肚”。

可今年拿到体检单,和小徐一样患上了轻度脂肪

肝的人数不少,而且还有几个是重度脂肪肝。据体检中心的孙主任介绍,引起脂肪肝的主要原因是暴饮暴食、运动少、饮酒,以及一些慢性病。加上工作压力大时不熬夜,就很容易患上脂肪肝。

熬夜、应酬、不运动,年纪轻轻血压高

在市驻地、机关单位职工中,高血压、高血脂、糖尿病等慢性病均出现年轻化的趋势。随着生活水平逐渐提高,生活方式发生很大改变,像抽烟、喝酒、不运动、熬夜等等不良生活习惯,都是慢性病的诱因。

去年,查出有轻微高血压的小孟,今年体检的血压结果终于趋于正常。30岁的小孟原

本身体健康。去年以来,单位进行改革考评,这让他感到精神压力很大,经常加班到深夜。去年体检前的一段时间,同事们都感觉他情绪容易急躁,而且小孟还经常头晕,到医院检查,得知患上了轻度高血压。“看到体检单,真是突然感觉到身体才是第一位的,无论结果怎么样,只要努力就好。经过一年的体育运动和饮

食调整,并戒烟膳食,终于把血压控制住了。”

枣庄市立医院的孙医生介绍,随着生活节奏的加快和物质水平的提高,年轻人患高血压的比例不断增加。年轻人平时工作忙,压力大,熬夜多,生活不规律,偶尔身体出现不适也总与劳累联系起来。还有不少年轻人不重视健康检查,忽略查体。

慢性病年轻化与“口味重”也有关

31日,记者从枣庄市疾病预防控制中心慢性病科了解到,慢性病包括高血压、高血脂、糖尿病等,病因复杂、病程长的疾病。随着生活水平的提高,患病率较高,山东省15岁至69岁年龄段的人群,高血压患病率为23.4%,而18岁以上的人群患病率为25.1%。

据慢性病科张科长介绍,枣庄市人群的患病情况可能比山东省统计的高血压患病情况高或是趋平。主要还是和枣庄市人们的饮食情况有关,人们的饮食比较“重口味”,“有些人家做菜本来就咸,还要伴着腌制品咸

菜吃,并且做菜放辣椒比较多,不知不觉就吃多了。”山东省人均每天吃盐12.5克左右,超出世界卫生组织提出的成人每天摄盐量6克的规定。吃过多的盐,容易使人体血容量增加,增大对血管壁的侧压力,导致血压增高,还会导致血管硬化。

另外,张科长表示,超重和肥胖也极易导致高血压,而高血压是可以控制的,平时以减压药为基础,再适当进行减压运动。除此之外,在饮食上要选择健康食品,低盐饮食很重要,保证一日三餐,少抽烟,少喝酒,多进食蔬菜和水果。

买遥控飞机要实名制?

本报枣庄10月31日讯(记者 马明) 连日来,枣庄市多位家长在看到北京市部分商场购买玩具遥控飞机需要实名制后,纷纷咨询枣庄是否也有类似规定,31日,记者走访枣庄市多家商场了解到,商家均没有接到实名制的通知。

31日,记者来到华山路一家大型商场的玩具专柜,看到柜台上摆放着各种类型的遥控飞机,并没有要求实名制购买的提示。据玩具专柜的工作人员介绍,现在属于玩具销售的淡季,除了过年过节,一般只有家里的小孩过生日,家长才会来购买遥控飞机作为生日礼物,对于购买遥控飞机需要实名制的事情,该工作人员表示没有接到过该通知。随后记者又到君山路和解放路的几家商场了解,销售人员均表示没有听过该通知,也没有接到需要实名制购买的通知,消费者可以直接购买遥控飞机。



学勤俭

10月31日是世界勤俭日,为了让学生们了解“一粥一饭来之不易”,31日,市中区光明路小学幼儿园的老师带领小朋友们利用旧瓶子等物品制作玩具,教育小朋友们要爱惜玩具,珍惜自己和他人的劳动成果。

本报记者 杨霄 本报通讯员 孙雁 摄影报道

明年奥赛获奖者仍可保送

本报枣庄10月31日讯(记者 杨霄) 近日,有媒体报道称,第三届中国小学数学教育峰会上,专家透露,从明年开始,奥赛获奖生参加高考将不再具有保送资格。记者采访枣庄几所中学了解到,今年高三的部分学生已参加奥赛,如果获奖原则上不会影响明年报送。

据一位高三教师说,奥赛各科决赛时间不一样,生物奥赛决赛是在5月,化学在9月,物理在9月,数学在10月。在第三届中国小学数学教育峰会上专家的说法有可能被误读,因为参赛的学生要到第二年才能参加高考,所以受到影响的是明年参加奥赛,2014年参加高考的学生。但今年参加

奥赛的考生都是2013年参加高考,他们应该不会受到影响。按照教育部规定,2010年(含)以前进入高中阶段学习的学生,仍可适用调整前的相关政策,这也就意味着,2013年参加高考的2010级高中生如果参加奥赛获奖,应按照国家的相关政策,原则上不会影响报送。

据了解,2010年11月,教育部等五部委曾联合发布《通知》,规定除进入国际奥赛国家队集训的学生外,其余奥赛获奖者都不再有保送资格,但此政策从2014年高考开始适用。到目前为止,我省对于奥赛获奖生仍采取明年高考加分、保送正常,2014年取消保送、加分资格的政策。