

百花园

——花城资讯，一网打尽

30日
生活指数



旅游:适宜

天气较好,丝毫不
会影响您出行的心情。



穿衣:较冷

建议着厚外套加毛
衣等服装。



感冒:较易发

天凉温差大,适当增
减衣服。



交通:良好

气象条件良好,车辆
可以正常行驶。

去年菏泽脑卒中报告发病31175人

专家提醒,市民应预防高血压,养成良好的生活方式

本报菏泽10月29日讯(记者 李德领) 29日是第十个“世界卒中日”,今年主题为“关爱中年人的中风风险”。记者从菏泽市疾控中心了解到,2014年菏泽脑卒中报告发病人数为31175人,报告发病率占到326/10万,专家提醒市民,预防脑卒中首先要预防高血压,心脏疾病也是引起脑卒中的重要原因,同时还要养成良好的生活方式。

菏泽市疾病预防控制中心慢病科丁永霞介绍,脑卒中,俗称“中风”,是脑部血管阻塞或出血,使脑组织损伤而出现的各种症状,如突然晕厥、不省人事、口眼歪斜、流口水、言语不利、肢体活动障碍、大小便失禁等。脑卒中分为脑梗死和脑出血,脑梗死指因脑部血液循环障碍,缺血、缺氧所致的局限性脑组织的缺血性坏死或软化,包括脑血栓形成、脑栓塞、腔隙性脑梗死、分水岭脑梗死。

据了解,脑卒中被称为“人类健康的头号杀手”,是一个具有高患病率、高发率、高死亡率和致残率高的“四高”疾病,不仅给个人、家庭、社会带来沉重的负担,而且患者得病后的治疗往往是花费



了大量的人力、物力、财力,效果仍难以令人满意。

记者从菏泽全市死因检测中看到,从全市人群死亡率来看,总人数的前五位死因分别是心血管疾病、脑血管疾病、恶

性肿瘤、呼吸系统疾病、伤害,死亡率依次为190.39/10万、148.90/10万、146.16/10万、48.63/10万、35.37/10万。

丁永霞提醒广大市民,预防脑卒中要将血压、血糖、血

脂、胆固醇等指标控制在正常范围,低盐、低脂合理平衡饮食,戒烟限酒、适量运动,保持心态平衡,养成良好的健康生活方式,进一步预防和控制脑卒中的发生发展。

百余名功夫英雄聚集武术之乡

本报菏泽10月29日讯(记者 李德领) 29日,记者从2015尚德功夫英雄传说山东省十七地市青春力量选拔赛新闻发布会上获悉,选拔赛将于10月30日-11月1日在菏泽演武楼举行,届时,将有来自十七地市的100多名选手聚集菏泽,展开青少年选手对决。

据悉,本赛季以“以拳为誓,青春力量”为口号,竞赛项目设男子60kg、64kg、68kg、72kg四个级别。通过大赛的形式,鼓励、助推青年选手对中华传统文化武术的热情,武术散打事业心,为传统武术爱好者提供展示自我的平台。

据尚德文化产业有限公司董事长史兆建介绍,武术起源于华夏,历史悠久,源远流长,该活动举办地又选在菏泽,有传统的武术之风,有深厚的武术之乡氛围,散打、自由搏击以踢、打、摔不同的技法展现,运动员在对抗中发挥这些特点时,更好地展现他们的与众不同,展现出他们敢于拼搏的精神。

菏泽二中调整学费标准

本报菏泽10月29日讯(记者 陈晨) 29日,记者从菏泽市物价局获悉,今年秋季开学起,菏泽市第二中学高中学费调整收费标准,执行省级规范化学校收费标准,每生每学期800元。

据了解,鉴于菏泽市第二中学已经山东省教育厅(鲁教基字[2015]15号)确定为第17批省级规范化学校,根据《菏泽市人民政府关于加强中小学收费管理的通知》(菏政发[2001]48号)有关规定,菏泽市第二中学高中学费执行省级规范化学校收费标准,每生每学期800元,有效期至2019年8月31日,期满当年的4月1日前重新申报。

发展长寿经济 打响长寿品牌

东明县举办首届“长寿之乡”品牌推介启动仪式

本报东明10月29日讯(记者 袁文卿 通讯员 田蕊)

28日上午,东明县在东明万福公园中心广场举办首届“长寿之乡”品牌推介启动仪式。

据悉,近年来,东明县抢抓山东半岛蓝色经济区、鲁南经济隆起带、中原经济区等多重利好机遇,全面加快“转、调、创”步伐,经济社会保持了

稳中有进、重点突破、全面提升的良好发展态势。今年前三季度,全县完成地区生产总值197亿元,同比增长9.5%;地方财政收入10.56亿元,增长10.05%;规模以上工业主营业务收入876亿元,增长9.9%。

全国第六次人口普查统计,东明县人均寿命约为78.8岁,比第五次人口普查时的

75.2岁提高3.6岁,全县现有百岁以上老人69人,占总人口的十万分之8.6,是名副其实的长寿之乡。2014年9月,东明县被授予“山东省长寿之乡”称号,成为全省第七个、全市第二个获此殊荣的县。

据介绍,启动“长寿之乡”品牌推进活动,是东明县珍惜寿乡荣誉、发掘长寿文化、打造

长寿品牌、开发长寿产品的又一重大举措。东明县将充分利用“长寿之乡”品牌,加大工作力度,继续探索长寿之乡建设的新情况、新课题,加强对老年群体的生存、生活、生命质量的研究,挖掘提升长寿文化,培育壮大长寿产业,放大品牌效应,努力将长寿之乡建设成为宜居宜业宜寿的福寿之地。

齐鲁晚报·今日菏泽

“梦想书屋”捐赠行动正在热捐

每千册图书将组建一个“梦想书屋”;“梦想书屋”全部捐赠菏泽乡村中小学;每个书屋都是给乡村孩子一生的礼物

爱心须知:

- 1.您可以只捐一本书
- 2.您可以带着孩子一起捐
- 3.只要八成新以上的书都可以
- 4.最欢迎能开阔学生眼界的新读物及名著
- 5.欢迎企业、社会机构、团体规模化捐赠
- 6.您可以知道捐赠的书去了哪个学校
- 7.捐书热线: 15054655267
- 8.地址: 中华东路300号 凯瑞·国际10层



悦品书香 启迪梦想