

# 市人民医院体检中心启用

【本报(岗 记者 宋金婷)新环境、新面貌、新气象。近日，六安市人民医院健康保健门诊和健康管理中心顺利完成整体搬迁，正式启用。

市人民医院健康管理中心是六安市人民医院重点打造的以健康管理为中心的臨床二级学科，成立早、规模大、设备先

进、技术力量雄厚，是专业性健康体检机构。该中心大楼总建筑面积约2.4万平方米，共四层，每层均设置了独立的咨询台、观察室、休憩区，受检者在流畅精炼的“动线”布局中，尽享“一站式健康体检”新体验。

六安市人民医院将以新中心启用仪式

为契机，深化“大健康”理念和“全生命周期”服务，为广大市民提供健康检查、健康评估、健康干预、健康跟踪及慢病管理等全方位一体化健康管理服务。据了解，该中心启用后，医院将从各科室选派经验丰富、技术精湛的专家组成团队，依据全民全面全程健康服务链发展的实际需

要，紧盯重点专科疾病预防与慢性病管理，实现从单纯健康体检向健康管理模式的转变，真正发挥新中心的健康保健与健康管理职能，逐步实现“防大病、管慢病、促健康”健康战略，为“健康六安”建设不断注入新活力，全力守护皖西地区人民群众生命健康。

## 金寨县：全力防治职业病

【金寨讯(李少锋)为巩固和深化尘肺病防治攻坚行动成果，大力推进“十四五”时期职业病防治工作，保障劳动者职业健康权益，助力企业优化管理，金寨县以职业病危害专项治理为抓手，做好职业病防治工作。2023年纳入专项治理的26家企业中，除1家因市场行情原因暂停生产外，其他企业均完成了治理并提交了整改报告，整改完成率96.15%。

强化组织措施。县政府成立职业病危害专项治理工作领导小组，印发工作方案，细化工作措施，明确目标任务。召开工作场所职业病危害因素监测超标企业专项治理工作专题会议，安排部署专项治理工作。结合“大走访、大调研”活动，将重点治理对象纳入主要领导走访调研范围，实行高位推动。

提升技术措施。依托职业卫生服务机构技术服务优势，邀请专家对用人单位主要负责人和分管负责人进行职业卫生知识培训，针对企业存在的粉尘、噪声等危害因素超标情况，提出防治建议，提升治理效果。

优化管理措施。结合优化营商环境，实行保姆式服务。卫生监督、疾控预防等专业技术人员深入治理企业生产现场，实地了解企业职业病危害因素超标情况，分析超标原因，坚持问题导向，提出个性化整改建议，协助企业落实问题整改。

落实监督措施。卫生监督执法人员及时深入治理进度较慢、效果较差企业开展职业病危害专项治理专项执法检查，重点查看企业职业病危害因素检测、职工职业健康检查、职业病危害专项治理进展等情况。同时，加强职业危害重点单位日常监管，提高相关职业病防治意识，坚持依法监管，对严重违法违规企业依法予以处理。

## 健康服务“零”距离

“俺是村里多年的三高‘老病号’了，今天村里办村晚还有义诊，俺来量量血压、测测血糖，还能看看春晚，一举两得，划算。”叶集区姚李镇大顾店村举办的村晚现场有医生义诊，年逾七旬的中元组张奶奶一边量血压一边乐呵呵地说。

据了解，为向广大群众提供更加有效、便捷的基本医疗和公共卫生服务，进一步提高居民卫生保健意识，让居民把健康放在心上，大顾店村卫生室结合举办“村晚”群众齐聚的机会，为群众提供义诊服务，真正把健康送给群众，做好群众健康的“守门人”。

义诊现场，村医李开红耐心细致地为高血压、糖尿病等慢性病患者免费测量血压、血糖、心肺听诊，提供合理用药指导等暖心服务，并叮嘱老人们健康饮食，适当运动，注意防寒保暖，加强疾病预防能力。



程度厚 文/图

## 高血压的管理及防治误区

流动的血液对血管壁的压力持续高于正常称为高血压。我国已有2.7亿人群患有高血压，高血压已经成为威胁我国居民健康的主要慢性疾病之一。那么如何做好血压的管理，避免防治误区呢？

（一）正确的时间：测量前排光膀胱，静坐5-10分钟，等自己完全平静后测量；维持固定的测量时间：晨起和睡前是两个最佳测量时间点。

（二）正确的姿势：身体放松、双脚自然垂直、腰部挺直、袖带中心与心脏保持在同一高度、手掌朝上，不说话，呼吸平稳。

（三）正确地使用血压袖带：血压袖带绑在上臂上，离肘窝两指宽；袖带空气管方向朝向手掌；袖带不可过紧，以一根手指可放入为佳。

（四）722测量原则：一周测量7天，形成规律；每天测量2次(晨起和睡前)；每次需要测量2次以上(每次间隔一分钟以上)。

高血压饮食：饮食要清淡，应多吃粗粮、杂粮、新鲜蔬菜和水果，少吃动物油脂和油腻食品，少吃糖、浓茶、咖啡等刺激性食品。控制盐的摄入量不超过6g(1啤酒瓶盖的量)，有利于降低和稳定血压。做菜时可选择低钠盐，少吃腌制食品，远离加工食品，少用酱油、味精等调味品，戒烟酒。

合理选用降压茶：菊花茶：每次3g，每日3次；山楂茶：鲜嫩山楂果，每次1-2枚，每日数次；莲心茶：每日12g，开水冲泡后代茶饮，早晚各一次；决明茶：15-20g决明

子泡水，每日数次。

高血压防治的常见误区：

误区一：重药物、轻生活方式。有人认为，长期服用降压药，并监测血压就行了。生活上依然暴饮暴食、我行我素。其实，药物治疗必须建立在健康生活方式的基础上。因为血压与肥胖、过量饮酒、“重口味”(食盐摄入过多)、体力活动少、吸烟、精神压力大等密切相关。所以全家齐动员，改掉不良习惯，养成健康的生活方式，对于降压来说如虎添翼。

误区二：血压凭感觉，治疗很任性。很多人认为，好些年都是稀里糊涂地，也不知道自己患有高血压，习惯了，只要没有不舒服，高血压就不需要治疗。经过医生普及知识、“教育”后，勉强吃药几个月，感觉没有不舒服就又停药了。一方面，身体被迫适应了高血压的损害，并不意味着彼此就相安无事了，大脑、心脏和肾脏的血管在持续的压力下，缓慢发生着结构性破坏；另一方面，血压的高低与症状的轻重不一定有直接关系，有些人血压明显升高，却没有不适的感觉，直到发生脑出血造成昏迷或遗留残疾，才有了“感觉”。大家一定要记住：高血压是用血压计量出来的，不是通过患者的主诉和自我感觉诊断出来的。

误区三：担心吃一輩子药，不愿过早治疗。有些人因为遗传因素影响，很年轻时就被诊断高血压。医生从患者的远期寿命和获益的角度出发，建议早期开始控制血压。但这些患者担心要一輩子用降压药，又担心会产

生“抗性”，用得过早导致以后用药无效，现在症状不严重就不服药。这种观点是错误的。一方面，降压药是不会产生耐药的。如果不治疗，高血压影响到重要脏器(如肾脏)，才会导致更加顽固和难治的高血压；另一方面，血压控制得越好越能更早地保护血管，降低心血管疾病的发生风险，远期预后越好。

误区四：血压正常就停药。有些患者服药后血压降至正常，就认为已治愈，而自行停药。这是非常有害的做法。应在长期的血压控制达标后，遵医嘱逐渐减少药物剂量和种类，并且在减药的过程中，应监测血压的变化。因为高血压不能治愈，只能控制。不遵医嘱擅自停药，血压会忽高忽低，对心、脑、肾等靶器官的损害更严重。

误区五：久病成医，自我治疗。有些患者不去正规治疗，而是参考病友的经验，自行去药店购药。降血压药种类繁多，每个药都有自己的特性，而每个患者的病因又不同，在选择适合自己的降压药时，既要统筹考虑禁忌因素，也要小心潜在的不良反应。

误区六：过分信任“纯天然药”，担心西药的副作用大，只服用“纯天然药”降压。其实，大部分“纯天然药”的降压效果有限，高血压患者还是应该遵医嘱服药。

(彭友婕 六安市中医医院神经内科一科)

## 科 普 天 地

## 叶集区 打造健康安全阵地

【本报讯(王俊 记者 宋金婷)为切实加强医疗卫生项目建筑工地安全生产工作，及时发现和消除安全事故隐患，确保安全生产工作顺利开展，日前，叶集区卫健委主要负责人带领检查人员，督查区第二人民医院和四方医院检查、指导新建医院安全生产工作。

检查人员先后到医院改扩建项目建筑工地现场等重点部位和场所等进行实地查看，详细了解各处消防栓及相关灭火器材的配备情况。医院的各项安全工作得到检查人员的一致认可，同时对发现的问题和薄弱环节提出了整改要求。

检查组要求强化主体责任，做好压力传导，列出安全生产责任清单，责任到人，把各项安全生产工作落到实处；强化项目建筑工地安全生产管理，加强督导检查力度，确保施工安全；要加强培训工作，提高全员安全生产思想意识；加强软件建设，完善安全生产制度体系，积极争取支持，持续改进硬件条件，定期开展安全生产排查工作。

## 寒冬送温暖 护老暖民心

【霍邱讯(丁亚运 王兴达)深冬到来，气温骤降，为应对冰冻极寒天气，保障辖区老年群体安全温暖过冬，霍邱县城关镇师部社区新时代文明实践站近日开展“寒冬送温暖，护老暖民心”志愿服务活动，积极关注独居、空巢、孤寡及低保低收入老人等重点人群的需求。

在走访慰问过程中，师部社区主要负责人带领社区网格员和文明实践站志愿者上门走访孤寡、困难老人、低保户等困难群体，了解他们是否有足够的防寒物资，监护人是否履行监护职责。志愿者们进行了安全用电、用气、用煤的宣传。

志愿者们还走访慰问老兵及其家人、烈士遗属，认真询问他们的生活及身体状况，了解他们生活中遇到的困难及所想所盼，并叮嘱老人们注意保暖，减少外出活动，在冬季用火用电取暖时要注意安全，如有生活需求及时与社区联系。

通过这次走访慰问志愿活动，辖区内的老年群体感受到来自社区大家庭的温暖。师部社区还将在辖区重点区域进行巡查，并加强对重点人群的走访，确保辖区群众安全过冬。

## 市康复医院：提升残疾儿童康复服务

【本报讯(王颖)为进一步拓展残疾儿童康复服务内容，提升残疾儿童康复服务质量，促进残疾儿童全面康复，提高残疾儿童家庭康复能力，2024年新年伊始，六安市康复医院儿童康复团队走进金安区三十铺镇、裕安区独山镇、城南镇、丁集镇，开展对残疾儿童的早期干预家访活动。

此次家访涉及17户家庭，家访过程中，康复团队详细了解孩子家庭情况以及孩子的父母或照护者的身心健康状态，为他们进行焦虑、抑郁、情感等心理评定、给予心理支持与指导；同时开展家庭功能评定、家庭环境评估，提供家庭无障碍环境设施建议；特教老师和治疗师们给孩子进行ADL和生长发育评定，帮助家长和孩子从运动、言语、认知、生活自理以及社会交往等各方面制定相应的计划，建议家长在家也能合理安排时间，帮助孩子进行康复训练；康复医生与护士们指导家长进行家庭康复医疗与护理；同时听取家长对入户访视工作的意见，与家长进行多方位、多角度的沟通。

通过此次家访活动，帮助家长们解决在家庭康复教育时的困惑，树立正确的康复理念，帮助每个接受早期干预的儿童能够最大化地实现社会功能。

卫生保健

本栏责任编辑：宋金婷

E-mail:784542876@qq.com

## 投资理财

### 中银跨境汇款直通车

|                                                                                 |                                                                                            |                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 中国银行六安分行针对贸易外汇收支便利化试点业务的企业，提供通过新版网银或手机银行发起、满足合规要求的跨境汇出汇款，实现前台直出账、后台直发报的全流程直通处理。 | 自动处理畅通无阻<br>支付加速分秒汇出<br>SWIFT/CIPS全面支持<br>·本外币币种选择<br>·在线办单节省成本<br>·汇款信息智能校验<br>·随心所欲地想汇就汇 | 外贸贸易简单便利<br>贸易外汇收支便利化试点业务的企业，无需审核单据，可以直接汇出。 |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|



### 小安学堂(一)

周策略主要观点如下：

目前A股主要几个红利行业(煤炭、石油石化、银行、白电等)的股息率均超过4%，远高于1年期同业存单发行利率、3年期定期存款以及6个月全市市场理财产品净值收益率。从交易角度看，目前中证红利、煤炭行业的交易拥

挤度都只是略高于5年均值水平，并没有全面过热。如果市场继续低迷，短期红利资产依旧将占优。但需要注意的是红利资产的核心逻辑——股息率存在自我减弱的倾向，即股价上涨，股息率会下降，进而减弱资产的吸引力，这个一点和成长品种有巨大的区别。因此这类资产更适合左侧交易，短期不宜过分追高。

最新的中央工作会议给现下这两个行业充分的重视。“以科技创新引领现代产业体系建设”位居九大任务之首，且特别强调

“以颠覆性技术和前沿技术催生新产业、新模式、新动能，发展新质生产力”“打造生物制造、商业航天、低空经济等若干战略性新兴产业，开辟量子、生命科学等未来产业新赛道”。

数据显示A股的风格与美债收益率、市场走势强相关。当美债收益率上行时价值占优，反之成长占优；当市场趋势上行是成长占优，下行时价值占优。目前美债收益率已经下行，一旦市场筑底反弹，成长将有更好的表现。此外，库存周期运转到了被动去库存阶段，这一阶段中A股的成长风格往往会大幅

跑赢。

ETF小课堂(十五)

股票ETF是什么？

股票ETF的投资标的的是在证券交易所上市交易的股票，投资目标是紧密跟踪相应的股票指数，并将跟踪误差和跟踪偏离度控制在一定范围内。

股票ETF的类型主要有：1、根据投资市场不同，股票ETF可以有单市场股票ETF和跨市场股票ETF；2、根据投资类型，股票ETF可以有宽基ETF、行业ETF和主题ETF。

## 邮储银行优选“活钱类”代销理财产品

一、特征：灵活申赎到账快，流动资金好帮手；低风险、低风险、流动性好。  
二、投资方向：主投现金、银行存款等货币市场工具，PR1低风险为主。  
三、部分热销产品：  
天天盈(底层包含10只现金管理类理财产品，0.01元起购，每日最高快速赎回10万元，可实时

到账) 零钱宝(0.01元起购，每日快速赎回1万元额度，可实时到账) 理财宝(0.01元起购，每日快速赎回1万元额度，可实时到账) 财富月升(0.01元起购，每日快速赎回1万元额度，可实时到账)

以上代销产品由中邮理财子公司发行与管理，邮储银行作为代销机构不承担产品的投资、兑付和风险管理责任；以上产品为净值型产品，其业绩表现将随市场波动，过往业绩不代表其未来表现，不等于理财产品实际收益，“理财非存款，产品有风险，投资需谨慎”。



~~~~~诚信立足市场 专业创造财富~~~~~  
理财，从基金定投开始！如果您有长期理财规划，如果您想降低投资风险，如果您厌倦了投资经验，如果您没有时间理财，那就参与基金定投吧！  
华安证券基金定投，费率一折，轻松投资，省心省时！

基金定投有哪些优势呢？  
强制储蓄、定时定额、省心省时 分批投资、平摊成本、降低风险 积少成多、长期投资、收益可观 期限灵活、金额灵活、随时可赎

~~~~~投资有风险 入市须谨慎~~~~~  
六安分公司：0564-3311616  
六安大别山路营业部：0564-3216683  
舒城古城北路营业部：0564-8628585  
金寨新城营业部：0564-7281888  
华安证券六安投资者教育基地：0564-3217566



一、E抵快贷

资产在线估值，经营资金即达。

E抵快贷是工商银行面向小微企业、小微企业主及个体工商户提供的房产抵押线上融资产品，贷款仅用于生产经营活动。

产品特点：以抵押方式办理线上操作，额度循环、随借随还。

贷款额度：最高可达500万元  
额度循环期限：最长10年

贷款期限：单笔贷款期限最长可达12个月

办理条件：

1、押品需处于我行认定的房产区域内；  
2、以小微企业主名义申请办理的，小微企业须工商登记情况正常，且满足：

(1)借款人年龄应在18(含)-65周岁(不含)之间，具有合法有效身份证明和完全民事行为能力。  
(2)借款人未被纳入法院被执行人名单且不能履行相关债务。

(3)借款人未涉及刑事案件且承担刑事责任。  
(4)正常经营满半年。

二、小微企业固定资产购建贷款

向借款人发放，用于满足其购建商业用房、厂房、购置机器设备等，或置换上述用途形成的

## 中国工商银行六安分行普惠金融产品介绍

他行融资、股东借款等负债性资金的融资业务。

以个人名义办理“购建贷”的，用途仅限于购建厂房。

贷款额度：小企业最高可达3000万元；微型企业、企业主个人办理“购建贷”的，贷款额度最高可达500万元。

贷款期限：最长10年。

ICBC 中国工商银行 六安分行