

“六安好物”上演“进沪记”

本报记者 储著坤 汪娟 实习生 邓然

山海牵手，高频互动。从大别山麓来到黄浦江畔，霍山石斛、六安瓜片、舒城小兰花、金寨灵芝、香露干及山核桃……沐浴着对口合作东风，六安好物产品纷纷“飞”出大别山，拥抱上海广阔的大市场。

霍山石斛龙头凤尾、茶膏，霍山石斛鲜叶、纯粉……在上海五五购物节期间，“鲜生记”将携多款石斛产品集中亮相，让沪上市民品味传承千年的“中华瑰宝”，感受中医药文化的独特魅力。

作为传承百年的老字号石斛品牌，“鲜生记”专注霍山石斛食品开发及市场化运营，目前已入驻全国150多座城市，达成合作750多家。在品牌发展的同时，积极参加上海五五购物节、成都糖酒会、杭州及西安茶博会、北京及上海礼品展等大型展会。品牌传承人陈乃松说：“相信我们极具特色的空间设计与产品展陈，可以为霍山石斛品类‘引流’，在长三角市场持续提升认知度和影响力。”

这次“鲜生记”抢滩上海大市场，只是两地对口合作的一个生动实践。六安资源禀赋得天独厚，境内拥有1866种中药材，“十大皖药”占有七席，全市中药材种植面积22万亩，居全省第2，其中霍山石斛1.65万亩、金寨灵芝3600亩，中药材产业有国家农业产业化龙头企业1家，省级农业产业化

龙头企业8家，市级农业产业化龙头企业21家。在全产业链发展方面，全市通过GMP认证的中药材企业26家，年销售额1000至5000万元的35家，5000万元以上的5家，中药材全产业链综合产值127亿元，居全省第1。

上海市与六安市对口合作方案明确：“推动上海企业与六安资源、上海研发与六安制造、上海市场与六安产品、上海总部与六安基地精准对接，扩大有效投资，壮大市场主体，共同推进政策、管理、平台、市场等资源在两地充分共享。”

从牵手到携手，“六安好物”纷纷上演“出山进城记”。

“对口合作以来，我们在长三角地区年销售额7000至8000万元，且每年保持约20%的强劲增长势头，展现了强大的市场潜力和竞争力。”六安茶业品宣部负责人鲍正帅表示，作为安徽省农业产业化龙头企业，“中华老字号”品牌，六安已成为安徽绿茶品牌代表。

六安瓜片香飘沪上，实现了产品的广泛传播与销售渠道的深度拓展，为茶企做优做强注入新的活力。“借助国际大都市的广阔平台，通过线上线下同步推广，深入品鉴和感受六安瓜片所蕴含的丰富文化魅力。让六安产品与上海市场牵手更加紧密，为六安茶企开辟更加广阔的发展前景。”鲍正

帅这样说道。

不仅是全国十大名茶——六安瓜片，霍山黄芽、舒城小兰花等品牌也闻名遐迩，六安瓜片品牌价值170.3亿元，霍山黄芽品牌价值80.72亿元，舒城小兰花品牌价值16.48亿元。当前，全市茶园面积79万亩，位居全省第2，共有省级农业产业化龙头企业14家，市级农业产业化龙头企业45家，现有标准化茶叶加工厂70个、规模以上茶叶加工企业25家，超亿元企业3家，全产业链综合产值201亿元，位居全省第2。其中，舒城县“九一六”茶业、金寨县油坊店乡面冲茶园更是被评为“全国最美茶园”。

来自大别山，农户山地种植，软糯香甜的金寨香露干；来自中国长寿之乡，颗粒均匀干净，口感醇郁醇香的大别山山核桃（仁）……连日来，在金寨县一袋袋印有“俏俏果”商标的网红产品，借助直播电商发往长三角乃至全国。

作为乡村特色产业带头人，金寨县富东生态农业开发有限公司负责人朱先富，深耕金寨山核桃、小香露等产业，打造“俏俏果”山核桃和香露干两款网红产品，帮助金寨山核桃和红薯入选全国名特优新产品名录，带动群众增收致富，年产值超1亿元。

走在乡村振兴的大道上，朱先富在金寨现代农业产业园区建立了产品电商

运营与配送中心，在大湾建立产品展销与体验中心，在天堂寨建立职工疗休养基地和农文旅融合体验中心……不仅如此，还在天猫、京东、抖音等16个电商平台开设旗舰店和企业店铺。如今，“俏俏果”山核桃和香露干是疯狂小杨哥、东方甄选、乡愁、谷哥、湘野红姐、石榴小院、杨博士等直播间合作商家产品。

近年来，我市加大电商人才培育，注重电商企业品牌打造，积极开展电商促销，推荐我市25个品类共57家企业产品入选上海市消费帮扶平台“百县百品”名录，拓展重点农产品的市场潜力和品牌影响力。霍山县大别山电商产业园入选“国家电子商务示范基地”，金寨县、裕安区、金安区被评为省级农村电商示范县……2023年，我市网络零售额144.55亿元，同比增长25.3%。2024年1至4月，我市累计网络零售额46.68亿元，同比增长13.7%，借助对口合作东风，六安好货源源不断飞入千家万“沪”。



“数字小屋”让乡村生活有“数”

6月12日，霍山县漫水河镇“数字小屋”里，讲解员正在向游客介绍。

“数字小屋”——青少年网络素养培育基地是由漫水河老变电所改造而成，基地占地面积1400余平方米，建筑面积180平方米，2023年12月8日正式揭牌启用，是六安市市区级首家网络素养培育基地。基地建成后，进一步推进了数字化、信息化融入乡村生活，形式多样的案例教学、视频教学、互动教学，让山区群众特别是青少年在沉浸式体验、趣味化互动中享受“数字大餐”，不断树立文明上网、安全用网意识。目前，该基地已接待游客群众共计3000余人。

本报记者 袁洁 摄



胃食管反流病的绿色治疗方案

“经常会出现反酸、烧心，特别是睡觉的时候，胸口烧得睡不着。这些症状持续有五六年了，后来又有了胸口疼、长期咳嗽，这样反反复复的折磨让我很痛苦。”

反酸、烧心，这些症状是否长期困扰着您？这些都是胃食管反流病常见的表现。还有一些患者有嗝气、胸膈、吞咽困难以及胸骨后的异物感、咽喉炎、慢性咳嗽等非典型的症状和食管外的症状。

什么是胃食管反流病？胃食管反流病(GERD)是指胃、十二指肠内容物反流至食管引起反酸、胃灼热等不适症状，严重者甚至上消化道出血、食管狭窄，甚至癌变。

我们的食管和胃之间有一个食管下括约肌，它就像一个单向阀门，食物进入胃内后大门关闭，防止我们的胃酸反流。但是，如果我们的食管括约肌松弛了，大门关不紧，大量的胃酸就会反流到我们的食管里，灼伤我们的食管。

如何改善胃食管反流症状？目前，胃食管反流病多采用抑酸药治疗，但其对反流屏障并无改善，部分患者停药后容易复发，造成对抑酸药的依赖，而且长期使用会降低胃酸的屏障功能，引起菌群紊乱。

如果您确诊了胃食管反流病，除了常规的药物治疗及手术治疗外，还有一种非常绿色的治疗方案，就是我们的日常生活护理，主要是饮食、生活习惯、运动

和情绪的改变。

饮食治疗方案是什么呢？

第一、少吃高脂肪、过酸的食物，少吃甜食。这些食物影响胃排空的速度，增加胃酸的分泌，比如油炸食物、浓茶、咖啡、碳酸饮料、巧克力、薄荷等等。

第二、戒烟限酒。长期大量地摄入酒精可引起酒精性食管炎，吸烟也可能降低食管下括约肌的张力。

第三、避免进食过冷、过热及辛辣等刺激性的食物。如橘子、橙子、柚子等，易致胃酸大量分泌，脾胃虚寒者建议少吃。过酸、过麻辣、过烫食物可引起反流或食管黏膜损伤。

大众普遍认为稀薄的米粥养胃。但是，很多胃食管反流患者，如果过快过多地进食液体食物，比如汤、稀粥，反而容易加重反酸，特别是夜间睡眠时。

我们要做到少量多餐，细嚼慢咽，不要吃得太快、太烫、太饱。

生活习惯上应该怎么做？生活习惯上，避免睡前三小时进食，以减少夜间食物刺激胃酸分泌。建议睡眠时抬高床头，一般为15-20度，建议取左侧卧位，以减少反流的发生；建议患者餐后站立或者是餐后散步，借助重力的作用促进食物的排空，但是要尽量避免剧烈运动。

腹内压增高就像挤压水球一样，把胃酸挤到我们的食管里面了。引起腹内压增高的因素有很多，

比如肥胖、便秘、穿过紧的衣服、腰带过紧、长时间弯腰劳作等。

餐后1小时腹式呼吸训练，可有效改善胃食管反流。腹式呼吸训练主要通过增加食管括约肌张力，来提高抗反流屏障功能，从而有效改善反酸症状。那么什么是腹式呼吸？怎么做呢？

简单来说就是鼻孔吸气——腹部隆起，嘴巴缓慢呼气——腹部放松凹陷。腹式呼吸训练时采取仰卧、坐位、站位均可。

腹式呼吸训练技巧：放松，将左手紧贴于胸部正中，右手紧贴于腹部，轻压腹部。呼吸时胸部一直处于放松状态，即感觉到左手无起伏。鼻孔吸气，吸气时想象吸入清新的空气、淡淡的花香，感受到右手随腹部逐渐隆起，保持腹部紧张5-10秒后缓慢呼气，嘴唇收缩呼气，呼气时不要过快过猛，想象呼气使嘴前的蜡烛火焰开始摇曳而不会熄灭，腹部放松，感觉到右手随腹部逐渐凹陷。可观察到呼吸时腹部起伏。

每10次呼吸为一组，两组练习之间进行2-3次正常呼吸，每天2次，每次15-20分钟。训练时心情平静，可伴随舒缓音乐，如果您感到头晕、目眩时，请立即停止训练，待不适症状缓解后继续进行。这种方法简单实用，效果显著，容易坚持。

情绪变化是否影响胃肠恢复呢？胃肠道是非常情绪化的一个器官，焦虑、抑郁的情绪刺激，一方面导致胃肠功能的紊乱，另一方面这种情绪会对不舒服的感觉更加敏感，所以，平时心静气、积极乐观对胃食管反流病的治疗极为重要。

(六安市人民医院消化内科 许善梅)

手术室护理之术中压疮护理

以增加患者的舒适度，降低压疮的风险。

此外，压疮护理还包括术后对患者皮肤的持续观察和护理。护理人员会定期检查患者的受压部位，及时发现并处理压疮的早期症状，防止压疮的进一步恶化。同时，还会向患者和家属提供相关的健康教育和指导，帮助他们了解压疮的预防和处理方法，促进患者的康复。

因此，压疮护理在手术室护理中扮演着重要的角色。它不仅能够减少压疮的发生，提高患者的舒适度，还能够降低医疗成本，提高护理质量。对于手术患者来说，良好的压疮护理是保证手术顺利进行和促进术后康复的重要因素之一。

在手术室护理中，以下一些建议，可以帮助您更好地进行压疮护理：

1. 术前评估：在手术前，对患者进行全面评估，包括年龄、营养状况、皮肤情况、手术时间等，以确定压疮风险。对于高风险患者，应提前采取预防措施。
2. 保持皮肤清洁干燥：在手术过程中，要密切观察患者的受压部位，保持皮肤清洁干燥，避免持续性潮湿状态，以减少皮肤受到的摩擦力。
3. 合理摆放体位：协助患者摆放最佳的手术体位，保证受压部位血液的畅通性。必要时，可使用床垫等物品减轻患者的压迫感。

4. 使用压疮防护用具：对于高危人群，如手术时间较长的患者，受压部位可黏贴水胶体敷料或液体敷料皮肤护理液，以提高皮肤抵抗力。同时，可使用气垫床、软垫等物品减轻对皮肤的压迫。

5. 加强术中巡视：在手术过程中，要加强巡视，密切观察患者的皮肤颜色和温度变化。如发现压疮，可在不影响手术正常运行的情况下，对患者进行一定的按摩，以促进其血液循环。

6. 控制手术室温度：保持手术室室内适宜的温度，避免温度过高导致患者出汗过多，增加皮肤潮湿和摩擦的风险。

7. 规范护理操作：护理人员进行各项护理操作时，应保证动作的规范性，避免对皮肤造成不必要的损伤。

8. 术后继续观察：手术结束后，继续观察患者的皮肤状况，及时发现并处理压疮问题。做好交接班工作，确保压疮护理的连续性。

通过上述综合护理措施的实施，可以有效地预防和减少手术患者压疮的发生，提高患者的舒适度和手术质量。同时，护理人员还需要不断学习和更新压疮护理知识和技能，以更好地为患者提供优质的护理服务。

(六安市人民医院手术室 韩娜)

固镇镇 燃气下乡“助燃”居民新生活

本报讯(记者 李振欣)“现在好了，不用再扛液化气钢瓶，不怕做到一半没液化气了。通了管道燃气，不仅省了很多燃气费，使用和缴费也很方便。”6月14日，居住在裕安区固镇镇青龙小区的徐大爷如是说。

民之所盼，政之所向。推进“气化乡镇”建设是改善乡镇居民能源结构、提高群众生活质量的一项重要惠民工程。六安市港能天然气有限公司积极实施“气化乡镇”任务，让惠民工程真正惠及群众，让居民过上和城里人一样的美好生活。

6月14日上午，记者来到固镇镇青龙小区看到，为方便居民办理，港能天然气公司送服务上门，组织工作人员在村里设点，集中办理开户、挂表、通气等业务。据了解，该公司在固镇镇启动民

用天然气运营后，下一步将在丁集镇、罗集乡、顺河镇、单王乡、江家店镇等乡镇陆续开展这项服务。按照工期规划，青龙小区在6月底全面开通管道燃气。工作人员将深入居民家中检测、调试，现场指导用户操作，讲解安全使用的注意事项，有效保障用气安全，同时向居民发放燃气安全使用手册，提高他们的安全防范意识。

六安市港能天然气有限公司副总经理丁增娟表示，公司以固镇镇气化站为中心，全面推进乡村振兴、加快农业农村现代化建设，积极拓展“安全生产月”活动。

公司在乡镇设置运营服务中心，居民可实现报装业务全流程“零跑腿”“一站式”办结服务。在使用期间，工作人员每年至少两次入户检查，确保安全。

安徽省第二生态环境保护督察组向六安市转办第十五批信访件(2024年6月17日)

6月17日，安徽省第二生态环境保护督察组向我市转办生态环境保护方面信访件6件，其中来电举报1件、来信举报0件、微信举报5件。按主要污染类型分：大气污染问题1个，噪声污染问题1个，其他问题4个(6个信访件，涉及6个问题)。

截至6月17日，省第二生态环境保

护督察组共向我市转办信访98件，已全部交办到位，相关单位(部门)正在办理中。按照省督察组要求，信访件的办理情况在7天内反馈到督察组，整改和处理情况将及时向社会公开。

安徽省生态环境保护督察六安市协调联络组

2024年6月17日

安徽省第二生态环境保护督察组督察六安市举报联系方式

为深入学习贯彻习近平生态文明思想，经省委、省政府批准，安徽省第二生态环境保护督察组近日进驻六安市开展生态环境保护督察。

根据安排，省第二生态环境保护督察组进驻时间为30天。进驻期间(2024年5月30日—6月7日，6月11日—7月1日)设立专门值班电话：0564-3216707，专门邮政信箱：安徽省六安市0009邮政

信箱，专门微信举报平台：“六安生态环境”微信公众号“督察举报”专栏。督察组受理举报电话时间为每天8:00—18:00。

根据省委、省政府要求和督察组职责，省第二生态环境保护督察组主要受理六安市生态环境保护方面的来电、来信、微信信访举报。其他不属于受理范围的信访举报问题，将按规定交由六安市处理。

守住钱袋子 护好幸福家

6月15日，六安市防范非法集资集中宣传日活动在阜城广场举行。



本次活动以“守住钱袋子 护好幸福家”为主题，市财政局(市处非办)联合市中级人民法院、市公安局、市民政局、市场监管局以及相关金融机构在现场设立宣传咨询台，通过趣味答题、发放宣传品等形式向群众宣传防范非法集资相关知识。

唐城 摄

脑出血的影像学诊断

脑出血俗称脑溢血，属于“脑中风”的一种，是指非外伤性颅内血管破裂引起的出血，又自发性和原发性颅内出血，占全部脑卒中的20%—30%，发病率仅次于缺血性脑卒中，位居第二。

该病多好发于55~65岁间，男女发病并无明显差别。死亡率中脑出血病的高位，幸存者中多数留有不同程度的运动障碍、认知障碍、言语吞咽障碍等后遗症。大多数患者主要与脑血管的病变有关，即与高血脂、糖尿病、高血压、动脉硬化、动脉瘤、血管畸形、吸烟等密切相关。其中高血压会使动脉血管壁粥样硬化变得脆弱，容易发生破裂是导致脑出血最常见的原因。患者往往由于情绪激动、费劲用力时突然发病，早期症状通常包括头痛、头晕、运动和感觉障碍、言语和认知障碍、呕吐和意识障碍、瞳孔放大，还可能出现偏盲和眼球运动障碍，如两眼凝视偏盲侧的出血侧，严重者甚至会有全瘫和昏迷。

高血压所致脑小动脉的微型动脉瘤或玻璃样变是脑动脉破裂出血的病理基础，出血好发于壳核(外囊)区、脑叶皮质下白质内、丘脑、中脑、小脑半球，造成周围脑组织受压、缺血、梗死和坏死；同时伴有严重脑水肿，易由此发生急剧的颅内压增高与脑疝，出血亦易破入脑室或蛛网膜下腔，亦可由于血肿压迫室间孔、导水管或第四脑室而引起脑积水。

不同部位脑出血病情的凶险程度不同，其中脑干部位的脑桥出血凶险程度最高，出血量仅大于5mL，患者就会很快进入昏迷，双侧瞳孔散大、四肢瘫，可伴有胃出血、高热、呼吸困难、去大脑强直等，多在发病24~48小时内离世。因此对于脑出血的早期诊断和危险性评估就显得尤为重要，影像学检查对于脑出血比较敏感，尤其是CT检查对于出血量不是特别小的患者可能在出血数分钟后就可见到，作为颅内出血的首选检查方法。

脑出血CT表现：头颅CT扫描是诊断脑出血的首选方法，可清楚地显示出血部位、出血量大小、血肿的形态、是否破入脑室以及血肿周围有无低密度水肿带和占位效应等。

(1)脑实质内出血：分为超急性期(发病后6小时内)：CT平扫见脑内圆形、肾形或不规则形均匀高密度影，CT值为50-80Hu，周围水肿及占位效应明显；急性期(发病后7-72小时)：CT表现与超急性期变化相似；亚急性期(发病后3天-2周)：CT平扫见血肿向心性吸收，密度逐

渐降低，边缘模糊，周围水肿及占位效应明显逐步减轻；慢性期(发病2周后)：CT平扫见病灶呈圆形、类圆形或裂隙状低密度，病灶较大者呈囊状低密度区，周围水肿及占位效应消失。CT增强可见周围环形强化。

(2)蛛网膜下腔出血：在脑池和脑沟内出现线样或条形高密度影。硬膜下出血：表现为颅骨内侧面新月形的高密度影。

(3)硬膜外血肿：表现为颅骨内侧面梭形的高密度影。

脑出血MRI表现：超急性期：表现为T1WI等、T2WI高信号，SWI可显示脑内微小出血灶，直径为1-5mm大小的圆形低信号；急性期：T1WI为等或略低信号，T2WI为低信号，SWI可显示脑内微小出血灶与急性期相同；亚急性期：早期T1WI表现为周边环状高信号，中心低信号，T2WI为低信号；亚急性晚期T1WI、T2WI均呈高信号；慢性期：T1WI为低信号，T2WI为高信号。血肿周围T2WI可见低信号含铁血黄素环。MRI增强类似CT增强。

需要特别注意的是，以上描述的脑出血CT和MRI表现并非一成不变，具体表现会因患者的个体差异、出血时间、出血量和出血部位等多种因素而有所不同。因此，在临床诊断中，影像科医生需要根据患者的具体情况进行综合分析。

如果脑出血量不大，或患者无法接受手术治疗，主要采用内科保守治疗，如脱水降颅压、减轻脑水肿、控制血压、预防各种并发症等。但当出血量较大，或出血位于小脑和脑干等关键部位，可能需要手术治疗，如去骨瓣减压术或钻孔引流术的手术。

总之，脑出血是一种严重的脑血管疾病，需要引起足够的重视。在生活中多数患者发生脑出血意外时常是因有高血压基础病外加情绪激动而导致的，因此生活中应尽量清淡饮食，戒烟限酒，控制体重，避免情绪激动，对于基础病要及时发现、早控制、早治疗。

(皖西卫生职业学院附属医院医学影像科 周坤生)

卫生 科普天地

本栏责任编辑：宋金婷
E-mail: 784542376@qq.com