

## 售房

本人现有花南小区住房一套,地理位置小商品对面,面积60.5平方米,楼层2/6,两室一厅一卫,大阳台,水电暖齐全,欲低价出售,有意者请与13333404112联系。

本人现有尖草坪太钢二十宿舍住房一套,821户型,两间,三层朝南,面积63.1平方米,精装修,售价30万元,有意者请与黄女士联系,电话:13803461968。

## 房产手续挂失

苗倩,不慎将太钢兴华苑朝霞区宿舍1栋1单元17号的大钢职工购房计算表遗失,特此声明。

李喜明,不慎将钢中路太钢地震台宿舍1栋3单元45号的购房发票遗失,特此声明。

刘润福,不慎将太钢程北宿舍(生活楼)0号楼2单元16号的购房发票遗失,特此声明。

刘天富,不慎将太钢建材宿舍2栋4单元3号的购房发票遗失,特此声明。

张进,不慎将太钢钢虹苑(22宿舍)4栋2单元1604号的大钢住房计算表遗失,特此声明。

## 车辆出入证挂失

型材厂赵建明,车牌号:晋A4M690

营销中心朱原,车牌号:晋AHF908

以上单位、个人不慎将车辆厂区通行证遗失,特此声明。

## 挂失

不锈钢冷轧厂赵超,卡号:08302725

能源动力总厂潘旭亮,卡号:30903793

钢新实业公司张永刚,卡号:22000205

劳务市场马卫国,卡号:91101141

百一公司杨志华,卡号:21200964

钢建刘靖宇,卡号:30820786

钢企公司韩秀庭,卡号:20219483

炼铁厂陈广中,卡号:09201050

不锈钢冷轧厂李兴周,卡号:30416973

复合材料厂徐彦彪,卡号:30341485

炼钢二厂王二宝,卡号:30815644

山西钢建安装公司,卡号:30819169

山西钢建安装公司,卡号:30123037

山西钢建安装公司,卡号:30203053

山西钢建安装公司,卡号:30175983

山西钢建安装公司,卡号:30186432

以上职工太钢出入卡遗失或注销,特此声明。

## 为什么单位体检预防不了猝死?



张运彩

副主任医师,现任太钢总医院心电图室主任。太钢总医院远程医疗开创者,主持筹建太钢职工心电图数据库。擅长用心电、血压基础生命大数据分析生命个体与疾病的关联性。作为中国心电专家组成员之一,积极参与、开展远程心电专家会诊。是2016年山西省唯一一位获中国临床心电学会表彰的学术创新成绩突出心电专家。在聘中关村中美精准医学科技研究院心电医学研究所研究员,主攻应用无创心电系列检查技术,开展心血管疾病早期筛查与综合干预、心脏慢病管理及运动康复。

猝死,不再陌生,耳边常闻,身边常见。人们不免疑惑,常规体检后心电图并无异常,为啥还会猝死?这体检到底有没有用?

单位体检,只查静息心电图,对冠心病的筛查是存在不足的。心脏作为人体发动机,好比一个房间,有门(心脏瓣膜),有电线(心脏传导系统),有水管(供应心脏血管)。心律失常就好比电线出了毛病,而冠心病是供应心脏的血管堵

了,是管道故障。瓣膜病则是房门破了、打不开或关不严,房缺、室缺则是墙坏了。猝死多是由于冠心病心肌梗死导致。而体检一般没有针对性,更像大筛查,恰恰不包含能查出冠心病的检查项目。心脏超声可以查房间大不大,墙壁厚不厚,门关得严不严,但对诊断是否有冠心病作用不大。正常心电图,也可能会有冠心病。

那什么检查能确诊冠心病?目前认为能够确诊冠心病的是冠脉造影,但是冠脉造影价格很贵,并且还有放射性。所以,它不适用于体检筛查。尽管冠脉造影能看到冠状动脉狭窄病变,但冠脉微血管病变、冠脉痉挛所致冠脉综合征,无法辨识。平常发生的猝死事件,很多时候并不是因为血管狭窄,而是不稳定斑块破裂继发血栓形成血管堵塞导致,或者严重心律失常所致。这意味着您就是做了冠脉造影,也不一定能够预防急性心梗造成的猝死。而24小时动态心电图(HOLTER)检查却能够简单高效地预防猝死。24小时动态心电图“心率变异性分析”,太钢总医院是山西唯一的一家运用HOLTER分析“心率减速力分析”的医院。而“心率变异性分析”和“心率减速力分析”均是预防心脏性猝死具有预警意义的指标。HOLTER检查,只需24小时佩戴,便会收集身体睡眠、休息和运动等不同状态下所有心脏电活动信息,对于各种阵发性、低频次、隐匿性、无症状性的心脏异常电活动,能够有效捕捉;还可对易患、已患心脏病患者,有效筑起预防心脏疾病、慢病管理的第一道防控线,及时缓解心脏亚健康状况,对病情进行准确评估。

所以,想要拥有一颗健康的心脏,有效预防猝死,就一定要有健康的生活方式,同时要定期进行24小时动态心电图检查。



## 白内障出现症状应及早就医

新华社北京10月11日电(米珪、齐中熙)10月12日是世界视觉日,北京协和医院眼科主任钟勇教授11日表示,虽然白内障已成为严重威胁60岁以上人群视力健康的头号杀手,但老年人士对白内障整体认知较低。由于该疾病不可逆转,当出现相关症状时应警惕患上白内障的可能,及早就医。

全球眼科及视力保健企业爱尔康公司最近发布了《中国白内障认知调研报告》,报告显示:85%的被调研者对白内障相关知识缺乏了解。

钟勇介绍,白内障是由于眼睛的晶状体出现混浊而引起的视力下降。人的眼睛犹如一部照相机,晶状体相当于照相机的镜头。当发生白内障问题时,就如同照相机的镜头变混浊了,导致难以拍摄出清晰的照片。

他提醒说,白内障往往是在不知不觉中发生而且缓慢发展的。除了常见的视物模糊、视力下降,还有视物颜色变暗、夜间视力下降、视物图像褪色或泛黄、对光线及眩光敏感等表现。不要等到白内障过“熟”了或合并的其他眼部疾病发展到比较严重的程度,错过了最佳治疗时机。在这种情况下,手术也很难使患者恢复满意的视力。



作者自旭峰

(栏目投稿邮箱:tongxb@tisco.com.cn)

## 五台大烩菜



打小吃惯了母亲的大烩菜,如今几十年过去了,自己也熬成家庭厨男了,依然经常想吃母亲做的大烩菜。

在我的家乡,农村人的主菜就是大烩菜,因为做法简单、选用食材品种多,且量大,一做一锅,符合“五台人吃菜——牛驼车拽”的特点。

小时候,一年四季吃的烩菜里离不开山药蛋,蔬菜的主角则是豆角和大白菜,做菜的油是猪板油或自家种的葵花籽榨的油。猪板油是猪身上的油脂放在铁锅里炼制以后,过滤掉油渣后的油。这种油带着浓重的猪膻味,必须经过烧煨以后才好吃。到吃饭的时候,邻居们都是端着盛满大烩菜的碗,上面放

着玉米面窝窝,聚在巷子口,边吃边聊,吃得亦乐乎,完全忘记了生活的劳累。

母亲每次做大烩菜前,都要提前把土豆洗净、削掉皮、切成块,把豆角切成几段备好,尔后把铁锅放在自制的焰火盆上,就用玉米秆生火,着火后放上一些干树枝,然后在锅里放少许油,加入干杏仁,待油温使杏仁变色,加入葱花、花椒、大料等佐料,一时间香味骤起,这时母亲不慌不忙地把土豆放进锅里拌炒,随后在土豆上加水至刚没表面,最后在土豆上放上豆角,加盐和酱油,盖上锅盖蒸,直至土豆酥软了,烩菜就做好了。有时候,家里买了高粱粉条,做大烩菜前,提前把粉条放在水里泡软;做大烩菜的时候,放粉条是最后一道工序,而且必须放在其他食材的最上面,做菜当中不能上下搅拌,否则粉条就会粘锅,这样做出来的烩菜就会有糊味,菜的香味就掉价了。

冬天的大烩菜主要是土豆和大白菜,所以立冬以前,村里人家都要在菜窖里储藏今冬明春够吃的大白菜。

每逢年关,就进入大烩菜食材品种最丰富的时节,这个时候家家户户都烧煨了豆腐、土豆、红薯,做了油炸豆腐丸子和红烧肉块。坐在温暖的火炕上,看着炉子上铁锅里咕噜噜翻滚的烩菜,满足的滋味自会溢满心头。

五台大烩菜因为当地独特的食材,味道好吃,而且制作方便,因此成了家乡人待客的必备菜肴。曾经有好事的主厨在主家的姑爷相亲时,制作一桌丰盛的宴席,特意在这道大烩菜里烩入长长的土豆粉,看姑爷拿着筷子欲夹不断,越拉越长,吃也不是,放也不是的窘态,让这一场相亲平添了许多的欢乐。

如今生活富裕了,不必等到年关,土豆、白菜、豆角、金针、刀豆、豆腐、宽粉、木耳、烧肉等各种制作大烩菜的食材,超市里应有尽有,可随时购买,家庭里也有条件储藏。制作的大烩菜也因食材不一、做法不同,而滋味各异。每逢吃大烩菜时,总觉得母亲做的大烩菜味道最香,我知道那不是母亲的手艺高超,而是因为那是母亲的味道和浓浓的乡情。

糖尿病是一种慢性终身性疾病,是由于胰岛素分泌不足或外周组织对胰岛素不敏感引起的代谢性疾病,以持续的高血糖状态为特征,主要危害在于各种并发症,如足病截肢、肾功能衰竭、尿毒症、失明等,后果相当严重。

糖尿病是继心血管、肿瘤、艾滋病之后的第四大严重威胁人类生命健康的疾病。对家庭来说,治疗糖尿病花费巨大,很多新药需要自费负担。

中国是全球糖尿病高发的国家之一,2015年统计病患者人数高达1.096亿人,每年死于糖尿病及其并发症的人数居高不下。同时据IDF预测,如果不加干预,2040年我国患者数量将上升至1.54亿,另外有3.18亿人糖耐量受损(前期患病率6.7%)。目前尚未有完全根治糖尿病的办法,控制血糖是糖尿病治疗的核心。如能将前期病人发病率得到控制,减少发病率意义重大。当前高压氧疗法成为糖尿病前期干预治疗的新方法,对糖尿病前期病人意义重大。

高压氧疗法是在高压环境下吸氧,可以增加血中物理溶解氧,使血中氧含量明显增加,增加氧的穿透力,调节全身免疫系统,增加全身氧储备等作用。高压氧治疗糖尿病的机制在于①高压氧使人有氧化代谢旺盛,葡萄糖消耗增加从而使血糖降低。②可改善微循环,改善胰岛功能,使胰岛素分泌增加。③高压氧对糖尿病合并血管损伤引起的组织供血不足与慢性缺氧损害有良好的治疗效应,对周围血管病引起的皮肤损害可促进愈合,尤其对糖尿病足的改善更是鼓舞人心。高压氧能够帮助降血糖又能够有效提高血液含氧量,增强白细胞的杀菌能力,促进毛细血管生成。

太钢总医院高压氧科有30多年的发展史,现拥有两台山西省最先进的大型加压仓,设备采用计算机和手动操仓双系统,可常规、急救、雾化吸氧治疗,每年接待病人近2万人次,积累了丰富的经验,可对近百种疾病进行治疗。近年来,在高压氧治疗糖尿病前期病人方面进行了重点研究,对糖尿病前期治疗的实践取得了鼓舞人心的临床效果。例如,对一名48岁的糖尿病前期病人进行了75天的高压氧系统治疗,空腹血糖从治疗前的6.7~7.5mmol/L下降恢复到5.9~6.2mmol/L,经过3年跟踪空腹血糖一直较为稳定。

糖尿病前期病情可以说是为我们拉响了预警信号,就如同处在岔路口上,如果这时进行有效干预,可以在很大程度上推迟、阻止糖尿病的发生。这一理论和临床实践正在被更多专业人士认可。我们通过长期观察和研究总结出高压氧糖尿病前期治疗方案,不失为一种有效的治疗方法,值得推荐给所有为此所困惑的患者朋友。

(太钢总医院 张霞)