

采摘茶果摔断8根肋骨 丰收季请注意安全

本报讯 当前正是硕果累累的丰收季节，近日，寿昌镇65岁的杨大叔上山摘茶果的时候，一不小心从2米多高的树上摔下来，躺在树下不能动弹，稍微一侧身就感觉右侧肩膀和胸部疼痛明显，家人连忙将他送到了市中西医结合医院急诊室。

急诊外科医生对杨大叔进行了详细检查，初步诊断为右侧多发肋骨骨折（1—8肋）合并血气胸，肺挫伤，右侧肩锁关节脱位。医生立即为杨大叔进行了胸腔闭式引流以及胸部外固定。经过一系列急救处理后，杨大叔觉得症状缓解了许多。

在进一步治疗过程中，接诊医生联合骨科对杨大叔进行了“胸腔镜探查+右侧肋骨骨折内固定术+肩锁关节内固定术”，

手术顺利完成。术后第一天，杨大叔就开始下床活动了。

丰收季，大家一定要注意务农安全。

务农时要注意哪些安全防护措施？

1. 务农时带上一块干净毛巾，可用于擦拭汗水，紧急时刻也能用于压迫止血。

2. 参与爬山爬树等农业活动，建议带上绷带，合理包扎踝关节、膝关节处可以保护关节。

3. 外出务农最好带上同伴，相互照顾更安全。

如何判断自己发生了肋骨骨折？

摔伤后出现频繁咳嗽，活动后胸部疼痛伴随呼吸加重，痛处有“咯噔咯噔”的骨摩擦感，要高度怀疑肋骨骨折。

从较高树上摔下或山坡上滚下可能导致肋骨断端刺伤肺部引起胸闷、气急、呼吸困难、嘴唇发白等症状，危及生命。

发生肋骨骨折时如何采取急救措施？

1. 观察伤者呼吸、心跳是否存在。如果呼吸心跳骤停，第一时间开展心肺复苏，拨打急救电话。

2. 观察有无活动性出血。若有，用干净的毛巾、衣物等按压止血，胸廓用绷带或布条扎紧，达到止血与稳定胸廓、减少疼痛的作用。

3. 若出现胸闷气急提示情况紧急，请尽快送医。

（来源：健康建德）

健康建德

如何预防慢阻肺这个“沉默的杀手”？

本报讯 慢性阻塞性肺病（COPD，简称“慢阻肺”）已成为全球第三大死亡原因。世界卫生组织将每年11月第三周的周三定为“世界慢阻肺日”，今年的主题是“肺系生命”。

我国慢阻肺患者人数接近1亿。慢阻肺具有高患病率、高致残率、高病死率和高疾病负担的特点，患病周期长、反复急性加重、有多种合并症，严重影响中老年患者的预后和生活质量。

据2021建德市死因监测分析，呼吸系统疾病已成为建德市第四位死亡原因。

临床症状

慢性咳嗽。随病程发展可终身不愈，常晨间咳嗽明显，夜间有阵咳或排痰。

咳痰。一般为白色黏液或浆液性泡沫性痰，偶可带血丝，清晨排痰较多，急性发作期痰量增多，可有脓性痰。

气短或呼吸困难。早期在劳力时出现，后逐渐加重，以致在日常活动甚至休息时也感到气短，是COPD的标志性症状。

喘息和胸闷。部分患者特别是重度患者或急性加重时出现喘息。

其他。晚期患者有体重下

降、食欲减退等。

易患人群

长期吸烟者。烟中的有害物质会抑制支气管黏膜纤毛活动，刺激气管，影响肺泡作用。被动吸烟也可能导致呼吸道症状及慢阻肺的发生。

长期因职业接触粉尘者。二氧化硅、煤尘、棉尘和蔗尘，浓度过大或接触时间过长，可能促进慢阻肺发病。

遗传因素

慢阻肺有遗传易感性。

哮喘。哮喘不仅可以和慢阻肺同时存在，也是慢阻肺的危险因素。

感染和慢性支气管炎。呼吸道感染是慢阻肺发病和加剧的重要因素，病毒和（或）细菌感染是慢阻肺急性加重的常见原因。

预防措施

戒烟。戒烟是所有吸烟慢阻肺患者的关键干预措施，如果您吸烟，请尽早戒烟，为了健康请爱护您的肺；如果您不吸烟，请保护自己的健康，不接触二手烟。

避免暴露于潜在的刺激物中。针对职业暴露，建议患者在条件许可时避免暴露于潜在的刺激物中。

避免接触有害气体或颗粒。尽量保持室内空气良好洁净，尽量避免接触有害气体或颗粒，在有雾霾或是污染严重的天气时，我们应该尽量少外出，若外出佩戴防尘口罩。

预防风寒感冒。慢阻肺在气候突然变冷的时候容易发作，患者大部分是老年人，身体抵抗力较差，因此在季节突然变冷的时候，尤其是冬季，及时增加衣物，做好保暖。

适当运动，合理膳食。根据自身条件适当进行运动来改善呼吸功能，平时在家中避免搬运重物；饮食上需要配合多补充蛋白质类的食物，例如一些豆制品或者肉类以及鸡蛋等来提高免疫力。

小贴士

高危人群在40岁以后，应该定期到医院做肺功能检查。绝大多数患者可以通过肺功能检查实现早发现、早诊断。

如果经常出现咳嗽、咳痰、喘息等表现，特别是长期吸烟者以及接触危险因素者，一定要提高警惕。

慢阻肺患者的治疗效果、生活质量，与治疗干预的时机密切相关，早诊早治最关键。

（来源：市疾控中心）

严格落实疫情防控措施 持续加强“场所码”扫码核验

本报讯 当前，疫情防控形势复杂严峻，为切实维护全市人民生命安全和身体健康，请广大市民群众积极支持疫情防控工作，配合落实各项疫情防控措施。全市各市场主体、部门单位、村社（小区）及公共交通应严格落实“一门一码、逢入必扫、扫码必验、验码必严”要求，持续加强“场所码”扫码核验，切实守牢疫情防控小门。

请广大市民群众不邀请正处于“三天三检”期间的人员参加聚集性活动，发现涉疫风险人员，应第一时间向属地乡镇（街道）、村社及行业主管部门报告。

据市疫情防控专班负责人周旭芳介绍，近期全国疫情防控形势严峻，省外输入病例不断增加。11月22日，我市公安部门依法对一名未执行疫情防控规定的人员作出行政拘留的处罚决定。在此提醒广大市民群众积极配合落实场所码“一码三查”、常态化核酸检测等各项疫情防控措施。如从省外来建返建，请提前完成入杭报备，来建后配合“落地检”“三天三检三不”要求，“三天三检”期间不聚集、不聚餐、不前往公共场所。如违反相关防疫规定，造成疫情传播风险的，将承担相应的法律责任。

（记者 朱艳）

全力防控新冠肺炎疫情

血压不准 可能是被血压计误导了

本报讯 近日，成人高血压诊断标准是否调整一事引发市民关注，不少人担心自己血压高。

不过，大家先不用着急，你的“高血压”也许是被不合格血压计误导的。据市食品药品检验检测中心工作人员介绍，如今家用血压计以电子血压计为主，使用水银血压计的越来越少，但根据检定情况，两种血压计都存在不少问题。就水银血压计来说，水银会自然挥发，玻璃管会出现不清洁，长时间后皮管会老化漏气。电子血压计则会出现臂带比较松，粘性不太好，管子和皮带会漏气，机器里面也可能出现问题。所以建议居民最好一年校验一次。

市食品药品检验检测中心“公益角”活动已经开展一年多，服务地点在新安江街道新安东路419号3楼，每周五8:30—16:30向公众开放，免费为群众检测家用血压计和家用体重秤。 （通讯员 陈宁）

浙江广播电视大学建德分校2022年秋季学历教育招生简章

读电大 学知识 拿文凭 交朋友

浙江广播电视大学建德分校始建于1979年，隶属于教育部直属高校——国家开放大学（原中央广播电视大学）办学体系，是建德市内唯一一所国民教育系列的公办成人高校。

学校坐落于美丽的新安江畔，校园占地5909平方米，建筑面积5050平方米，建有较为完备的现代远程开放教育服务支持体系。现有在职在编教职工20名，外聘兼职教师十余名，大专、本科在读生700余人。是一所集学历教育、教师培训和社区教育于一体的现代开放教育综合体。为建德经济建设和社会发展培养中专、大专和本科毕业生近万人。

院校	层次	专业	报名携带资料	收费标准	学习期限
国家开放大学	专科	行政管理	身份证原件及复印件 毕业证原件及复印件 1寸蓝底照片2张以及同版电子照片	1.78学分毕业，110元/学分，按76学分收费 2.注册费200元/生 3.教材费1200元	2.5年—8年
		会计	身份证原件及复印件 毕业证原件及复印件 1寸蓝底照片2张以及同版电子照片	1.72学分毕业，110元/学分，按71学分收费 2.注册费200元/生 3.教材费1200元	
	本科	行政管理	身份证原件及复印件 毕业证原件及复印件 电子注册备案表 一寸蓝底照片2张以及同版电子照片	1.72学分毕业，110元/学分，按71学分收费 2.注册费200元/生 3.教材费1200元	

报名地点：建德市新安江街道电大路88号浙江电大建德分校招生报名（咨询）处（校门右侧）。咨询热线：64722899 64721306

遗失启事

建德市新安江街道鸿当头食品店遗失财务专用章一枚，声明作废。

建德市事业单位登记管理局登记颁发的建德市畜牧农机管理中心《事业单位法人证书（副本）》不慎遗失，声明作废。

广告位招租

联系电话：58313829