

吹冷风要谨慎 当心面瘫找上门



中枢性面瘫常由脑血管病、颅内肿瘤、脑外伤、炎症等引起,会导致对侧颜面部出现瘫痪,额头、眼眉动作正常。

周围性面瘫则由感染性病变、免疫反应、肿瘤、创伤、中毒等因素引起,造成眉不能动、眼不能闭等双侧交叉肌肉控制出问题,甚至出现眩晕症状。

张茹称,面瘫和面部痉挛等其他面部病变有区别。面部痉挛通常是阵发性,而面瘫为持续性。就诊时,医生还会通过患者肢体动作、讲话排除脑梗、中风等其他疾病。

“神经就像电线,肌肉好比灯泡。灯泡不亮,要注意到其背后的问题,是否是脑部神经的问题,都要考虑到。”张茹提醒,面瘫患者应及早到神经内科就诊,筛查其他疾病,从而得到更有针对性的治疗方案。

面瘫不鲜见 冬季高发时

受凉和病毒感染是面瘫的主要诱因。患者发病与寒冷和季节更替存在相关性,冬天发病率一般高于其他季节。

“面神经麻痹是一种常见病、多发病。”张茹说,很多人可能觉得老年人得病率高,其实中青年也是面瘫的一大患者群体。甚至一两个月的新生儿也可能因为受凉刺激造成面瘫。

“吹风受凉是面瘫常见诱因。”张茹称,有人坐车喜欢开窗,脸对着风一路吹,睡一觉醒来发现眼皮歪斜。也有人洗完头不及时吹干,受风着凉后也可能突发面瘫。有的孩子假期去游乐场坐过山车、海盗船等游乐项目,结束发觉眼睛闭合不拢,有的还不自觉流口水,这些都是面神经

麻痹的表现。张茹提醒,家长要注意孩子的异常情况,及时送医,不要抱有侥幸心理,放任不管可能导致长期肌力不协调。

劳累等因素造成的自身免疫力下降,可使病毒感染概率增大。经常熬夜加班的公司职员、白领,虽然并未在室外长期吹风,仍然可能患此病。此外,特异性感染,如疱疹病毒感染也可能造成面瘫。此时需要抗病毒和营养神经,临床上可用药减轻面神经水肿。

防治有办法 内外皆应护

“断崖式”降温时,预防冷风“刮脸”应内外皆注意。出门前提前查看天气情况,如遇大风降温天气,骑车时需注意防寒保暖,可戴口罩、围巾等护住面部。乘车也要留意不要在“风口”逗留太久,避免冷风长时间直吹脸颊。

日常生活中应健康饮食、适当运动,提高机体自身免疫力。同时应养成良好的生活习惯,尽量少熬夜、避免过度劳累,防止病毒感染有机可乘。

觉察到面部异样也不必过于担心,应及时至神经内科就诊,明确病因及严重程度,以便对症治疗。张茹表示,临床早期以药物治疗为主,恢复期搭配中医疗、针灸治疗、面部按摩及面部训练。其中,主动肌肉训练,如闭眼、吹口哨、刷牙等动作,都可起到锻炼面部肌肉的作用。

70%—80%面瘫患者经过治疗后可治愈,也有少数患者可能有后遗症。这和面神经麻痹病因、严重程度、是否及时妥善治疗有关。张茹称,及时治疗是治愈面瘫的第一要素。

□本报记者 刘妍言

(上接第一版)

国能神东煤炭集团、陕煤集团、延长石油集团……众多大型能源国企云集,神木成为支撑西煤东运的重要节点。历经多年发展,神木成为我国重要的能源保障基地。2023年,神木市生产原煤3.31亿吨,是全国产煤第一县。

因煤而富的地方,容易被贴上“老天爷赏饭吃”“土豪”的标签。但神木的崛起,与自身的努力奋斗与志存高远密切相关。

从经济高速增长时期,神木市就下决心把“命运掌握在自己手中”,富有远见地开始投入大量资金进行煤矿智能化建设,构筑起一个“国之重器”。

走进位于陕蒙交界的神木市大柳塔镇,一座座庞大的现代化煤矿,彻底颠覆人们对煤炭行业“风险大”“污染强”“科技含量不高”的刻板印象。

在国家能源集团的神东大柳塔煤矿大柳塔井,记者坐上无胶轮车前往矿井深处。车辆在宽阔明亮的巷道内稳稳行驶,直达煤炭生产的工作面。全自动液压支架、5G信号基站、工人驿站等现代化基础设施,令人叹为观止。

穿西服上班、用鼠标割煤,新质生产力推动产业升级,矿工化身“程序员”“工程师”。在神木,采煤已从传统印象里的“黑大粗”变为“高精尖”。

在神木,每一块煤炭都会被“吃干榨尽”。“我们已建成以PVC产品为核心的‘煤、原盐、炭灰、电石、发电、聚氯乙烯、烧碱、水泥’一体化循环经济产业链和‘精细化工+绿色材料’的低碳、高效、绿色化工产品产业链。”位于神木市高新区的陕西西北元化工集团股份有限公司副总经理徐生智说。

煤炭由“黑”变“白”,能源化工迈向高端化、多元化、低碳化的高质量发展之路。神木经济不断实现新突破:2021年,在全国“千亿县”人均GDP排名中,神木人均GDP达32.3万元,位居全国首位;2023年,神木GDP突破2000亿元大关,在百强县中名列第七,成为全国十强县中唯一的西部县;连续5年进入“中国县域经济百强”榜单,排名稳居全国百强县第一方阵……

实力不凡的神木,“颜值”也不断提升。满目葱郁取代了昔日的处处荒沙。秋日的阳光中,远眺神木市东山森林公园,茂盛的树木映衬着高远的蓝天,令人陶醉。经过多年不懈治理,这里的植被覆盖率从1%提升到目前的97%。

在持续不断进行的生态综合治理工程推动下,目前,神木林木保存面积达到495万亩,森林覆盖率从1950年的3%上升到现在的43.2%,获评国家园林城市和省级森林城市。

对“挖煤”“卖煤”模式的反思与突破

早期的神木,也曾陷入单纯“挖煤”“卖煤”的模式,经济命脉被煤价的涨跌左右,“心忧炭贱”是许多神木人的苦恼。这种无法掌控发展主动权的无力感让神木人警醒。同时,单纯卖资源,处于产业链的初级阶段,难以建立起完备的产业体系,经济发展缺少韧性和进阶空间。

痛定思痛,神木自我加压,自我革新,牢牢抓住发展主动权。围绕煤,但不止于煤。多年来,神木抓住煤炭分质利用和煤基精细化工、终端产品两大主攻方向,围绕现代煤化工产业体系建设和高新技术创新平台打造,大力发展以煤为基础的高端能化产业项目。

“煤炭是神木最大的资源优势,我们不能放弃这个优势。要做的是走出卖资源的单一发展模式,要靠煤、而不依赖煤,不做‘卖炭翁’。”神木市能源局党组成员、副局长刘建平说。

随着神信6万吨纯晶硅绿色基材、榆能50万吨环氧树脂等一大批高端能化项目落地,在行业龙头企业牵引下,神木市经济增长实现量质齐升。数据显示,2023年神木市规模以上工业企业实现总产值3654.53亿元。

跳出煤,盘活闲置资源。

神木市委、市政府清醒意识到,单一的煤炭、煤化工产业短期内可能带来经济的快速增长,但能耗、水、土地等环境容量也在不断逼近上限,神木的可持续发展需要更多元化道路。

神木充分利用采煤沉陷区和南部闲置土地,大力推进光伏发电和风力发电,着力摆脱对传统能源的过度依赖,让新型能源产业成为区域经济发展新的增长点。

在神木市锦界镇,占地约1万亩的光伏发电园区总装机容量达300兆瓦。“园区每年可减少多种有害气体和废气排放,其中减少二氧化碳排放量约为34.91万吨。”神木市晶元控股集团工作人员说。

“十四五”以来,神木积极布局发展新能源项目,共获批新能源项目指标6110兆瓦,建成投产风电、光伏项目总装机容量2460兆瓦。一个庞大的多能互补融合网络,推动能源工业安全稳定地向绿色低碳转型。

真金白银,全力支持民营经济健康发展。政府的归政府,企业的归企业。政府负责基础设施建设、政策引导、服务监督,企业负责积极发展、创新搞活市场——这是神木的成功之道。

神木历来对民营经济发展十分重视,政府全力做好企业服务保障。多年来,神木民营经济不断发展壮大。截至2023年底,神木市“五上”非公企业752户,占全部“五上”企业的85.8%。

“我们不断降低企业运行负担,建立扶持民企基础设施建设项目库,给予企业实实在在的支持措施。”神木市发展和改革科技局相关负责人说。

数据显示,今年以来,神木市属国企向民营企业贷款担保3.7亿元,神木国资集团发行30亿元公司债券,引导金融服务实体经济发展,累计兑现各类奖补资金5000余万元。

未雨绸缪摆脱“资源诅咒”

许多资源型城市,都难以避免“资源诅咒”。神木,这个正在蓬勃发展的资源型城市,未来之路在何方?

未雨绸缪提前布局,培育梯度接续产业,是神木的应对之策。

——抓住风口,布局新兴产业。神木面积广大,净空条件优越,随着低空经济日渐升温,一条符合新质生产力的发展路径也展现在神木面前。抓住这一新风口,神木着力打造低空经济产业集群。

2022年投入使用的神木通用机场采用“机场+产业园”的运营模式,构建起以航空培训、短途运输、无人机测试和应急救援为核心业务的“4+N”模式,吸引诸多企业单位驻场合作。

——深挖潜力,文旅服务业突破式发展。神木不仅有丰富的煤炭和矿产资源,还有独特的自然风光。九曲黄河与万里长城在此交汇,黄土高原、茫茫大漠与茫茫草原在此共存;中国迄今为止发现的最大的史前城址——石峁遗址就坐落于此;杨家将的传奇曾在这里上演。另外,这里也是国内唯一同时留存秦长城、魏长城、隋长城和明长城的地方。

近年来,神木将文旅作为新的经济增长点,数据显示,2023年,神木市游客接待量达1000万人次,文旅综合收益40亿元。

——统筹城乡,布局现代农业。生态持续治理为神木农业发展创造良好条件,在此基础上,神木将规模化、智能化的现代农业作为发展方向。

不依赖土壤,自动配比施肥浇水,自动调节温度、光照、水分、气体,不论春夏秋冬,植物在一座玻璃“大房子”就可以舒适自在地成长。在神木市现代特色农业示范园区,这样的现代化农业企业共有16家。目前,神木农业生产托管服务面积超过6万亩,农业机械化水平接近70%。

规划清晰,动能十足。神木,这座西北小城的未来,拥有广阔的理想空间。

□新华社西安10月31日电

治疗银屑病越来越有“靶”握

银屑病俗称“牛皮癣”,但银屑病并非因为真菌或细菌感染导致,而是一种免疫介导的慢性、复发性、炎症性、系统性疾病,不具有传染性。银屑病可能在任何年龄发病,其中以青壮年居多。

“银屑病不是简单的皮肤病,还会影响到患者的心理、社交等方面。”北京大学人民医院皮肤科张建中说,随着银屑病病情加重,患者可能合并各种复杂共病,如代谢综合征、心血管疾病、肥胖、炎症性肠病等,严重情况下甚至会影响到个体寿命。“所以一定要及早进行治疗,避免病情向中重度发展。如果已经是中重度患者,那就应该尽早启动系统治疗。”

银屑病与炎症息息相关,是一种慢性炎症性疾病。之所以人体内会出现这种致病的炎症状态,张建中解释道:“这就像是人体的免疫系统出现了一些小故障。当面对像压力、感染等内外部的一些刺激因素时反应‘过度’,产生了过多的炎症因子。正常情况下,炎症因子是用来保护人体的,可这时数量太多了,反而开始攻击人体。攻击在皮

肤上就会出现皮损和鳞屑,在关节上就会变成关节炎型银屑病。”

据张建中介绍,银屑病治疗应遵循“规范”“安全”和“个体化”三大原则,轻度患者可以外用药物治疗为主,当病情发展至中重度,就要及时启动系统治疗。

目前临床上的系统治疗包括传统免疫抑制剂(如甲氨蝶呤、环孢素、阿维A)和靶向疗法(如口服靶向药、生物制剂)两大类。前者通过对人体免疫系统进行广泛抑制达到治疗作用,类似于“地毯式轰炸”,所以如何平衡好治疗效果和安全性是一大挑战,且临床上不能长期使用。靶向疗法是近年来在临床上广泛应用的一类前沿疗法,不同药物针对的靶点不同,但基本都是对核心炎症通路上的关键点位进行“定点狙击”,因此较传统治疗手段更为精准。

“靶向治疗极大改变了银屑病的治疗格局。随着靶向药物的日渐丰富,不同患者的个体化治疗需求被大大满足。”张建中介绍,生物制剂是较早进入我国的一类靶向药物,属于大分子药物,

通过抑制关键炎症因子(如白介素-17、白介素-23)来发挥作用,取得了不错的临床效果。但大分子药物需要冷藏和注射给药,有一定局限性,且存在免疫原性风险(即人体把药物错认为“有害物质”产生相应抗体,导致药效衰减),“所以临床上还是有相当一部分患者希望选择小分子的口服小分子靶向药物。”

大、小分子的靶向药物有何不同?张建中打了个比方:如果把炎症通路看成电视机接收信号播放节目,细胞就是电视机,炎症因子就是天线。天线架到电视机上就可以接收到信号,但想让屏幕上出现画面,还得需要电视机里的“酶”就是这个传递信号的零件。“生物制剂的做法是切断天线,不让炎症因子和细胞结合;而口服靶向药物是把零件锁掉,不让信号传递下去。比如酪氨酸激酶2(TYK2)这个酶,它是白介素-23、白介素-17通路里非常重要的信号分子。所以从这点上来说,口服靶向药和生物制剂是殊途同归。”他说。

□熊建

冲马桶时为什么要盖上盖子

一些公共卫生间墙上会张贴告示,提醒人们使用完后先盖上马桶盖再冲水。日本一项新研究显示,这个小小的举动确实有助于减少冲马桶时产生的气溶胶,进而减少病毒随气溶胶扩散的风险。

日本产业技术综合研究所近日发布新闻公报说,该所和日本金泽大学的研究人员在湿度受控的环境下,从粒径分布、空间分布等角度分析冲水式马桶产生的气溶胶,并将其可视化。

研究人员在一个约12立方米的密闭隔间里安装马桶,进行了两项分析。一是用粒子计数器检测不同湿度条件下,马桶盖开闭对冲水时产生的气溶胶的量以及扩散方式会有怎

样的影响。二是测定冲水时产生的飞沫怎样进入周围环境中,评估含病毒飞沫的污染风险。实验结果发现,马桶盖打开的状态下,马桶冲水后向上溅起的飞沫可高达四五十厘米。直径较大的飞沫呈抛物线落下,气溶胶则漂浮在空中,在隔间里可飘浮几分钟至几十分钟。马桶盖盖上冲水时,气溶胶也会从马桶盖和坐便器缝隙中释放出来,向前可达15厘米左右,但不会向上扩散。盖上马桶盖冲水时,1微米以下气溶胶的绝对数量只有打开时的约四分之一。

研究还发现,湿度越大,产生的气溶胶总体积也越大。比如,相对湿度70%时产生的气溶胶体积是30%时的4.6倍。在卫生间这种湿度高的环境中,气溶胶更容易产生和扩散。

研究人员还用模拟病毒的试剂测试了盖上马桶盖冲水时的情况。研究发现,即使盖上马桶盖后冲水,也会有微量病毒扩散和附着在马桶坐便圈上下、马桶盖内侧以及马桶周围墙壁等位置。

研究人员表示,从实验结果看,上厕所前擦拭坐便圈、盖上盖子冲马桶、冲水时保持15厘米以上距离等措施,对降低感染风险是有效的。

□钱铮

欢迎订阅

陕西工人报

阅尽陕西工会大小事

有思想 有真相
有深度 有态度

给你别样的阅读体验

邮发代号:51-7

全年价格
336元/份

订阅方式

- 一、各市(区)总工会(含西安市三环以外)请前往就近邮局订阅;
- 二、各省级产业工会、各单列单位工会及下属单位、西安市三环以内所有单位,统一订阅方式:
 1. 关注“陕西工人报”微信公众号,下载预订单;
 2. 登陆陕工网http://www.sxworker.com下载预订单;
 3. 请在邮箱下载预订单 b87345725@163.com 密码: SGB2024sgb#;
 4. 咨询电话:刘海英 18133921020 029-87345725



“码”上订

权威
工会政策

新鲜
三工资讯

实用
维权秘籍

动人
劳模故事



那一定不能错过《陕西工人报》! 想知道动人的劳模工匠故事? 想掌握实用的维权秘籍? 想获取新鲜的三工资讯? 想了解权威的工会政策?



带给你365天宁静的养分 淡淡墨香扑鼻 抚触细腻纸张纹理 只为在最最初起为你奉上饱含营养的新闻早餐 秉持匠人匠心 每日十来个小时 焚膏继晷精心打磨 你更需要一个专业的“把关人” 当困于信息洪流 饱受信息迷航困扰 你说,看新闻用手机就够了!



一份阅尽陕西工会大小事 你需要这样的实用指南和工作启示 这里有工会工作的先进经验和精彩生动的职场故事, 这里有工会工作的权威信息和精神寄托 教你避坑的维权案例 这里有紧跟时代的时政要闻 关系你我的民生政策 这里有鲜活的劳模工匠事迹 文笔细腻的名家美文 你说,这年头谁还看报纸!

