三伏天如何防中风

市中心医院神经内科专家支招

本报记者　李嘉

夏季又热又闷，我们的血管会变得很脆弱，脑中风发病率比平时高15%–20%，相当于给健康埋下“隐形炸弹”。

为什么一到热天血管容易“闹脾气”，我们又该如何应对？市中心医院神经内科专家为大家支招。

专家表示，到了三伏天，在大太阳底下走两步就汗流浃背，要是忘了喝水，血液就会变得越来越黏稠，很容易形成血栓。

夏天室外和室内（空调房）温差较大，血管一会儿舒张一会儿收缩，血压跟着忽高忽低，就像反复拉扯的橡皮筋，很容易引发中风。

此外，汗出多了，钠、钾等电解质迅速流失，心脏和血管立马出现状况；天热睡不着觉，烦躁想吵架，各种坏情绪也是中风“加速器”。

专家建议，三伏天一旦出现上述情况，建议“少量多次”喝温水或淡盐水，每天1.5–2升，大概就是3–4瓶矿泉水的量。

注意查看尿液颜色，如果颜色呈现深黄，说明身体缺水了，需要及时补充水分。

多吃“血管清洁工”——芹菜、菠菜可以帮你调节血压；鱼和豆腐能降胆固醇，绿豆汤、菊花茶更是夏天的“降压神器”。

少吃“血管破坏者”——咸菜、腊肉含高盐，肥肉、炸鸡含高脂，冰镇饮料一口下去，血管立马“抽筋”。

空调设置成26℃以上，进门先在阴凉处“缓一缓”，满头大汗时千万别直接扎进空调房——血管会被“冻”得痉挛。温水洗澡更安全，冷水澡就像给血管“泼冷水”。

大清早或傍晚散散步、打打太极最舒服，运动时带瓶水随时喝。高血压患者每天测血压，不能擅自停药；糖尿病患者管好嘴，血糖别超标。要是突然感觉头晕、没劲，可能是中风前兆，千万别硬扛。

遇到身边人突然出现嘴角不对称，笑起来一边耷拉，一只胳膊抬不起来，说话含糊，别人听不懂，赶紧拨打120，黄金抢救时间只有4.5小时。

三伏天防中风，关键是保护好血管，别让血液太黏稠，别让它太堵，别让它忽冷忽热。记住这几点，舒舒服服过夏天。

卫生健康
weishengjiankang
咸宁市卫生健康委员会协办

市第一人民医院

妇科超声技术跻身国内前沿

本报讯　通讯员**杨柳**报道：日前，由华中科技大学同济医学院附属同济医院牵头的“盆腔子宫内膜异位症超声粘弹性成像多中心研究”授牌仪式在武汉举行。

作为重要参与单位，咸宁市第一人民医院超声医学科受邀出席授牌仪式并正式接受授牌。这标志着该院在妇科超声前沿技术领域的科研与临床实力获得了业界高度认可。

该项研究旨在通过超声粘弹性成像技术，量化评估盆腔子宫内膜异位病灶的力学特性，为早期精准诊断和个性化治疗提供新依据。

超声粘弹性成像技术此前主要应用于乳腺、甲状腺疾病领域，此次拓展至妇科盆腔疾病研究属国内创新尝试，为子宫内膜异位症的无创诊断、疗效评估、手术方案制定提供重要参考。

市中医医院

为患者治愈带状疱疹神经痛

本报讯　记者**李嘉**、通讯员**游威**报道：“像火在烧，像针在扎，痛得整夜睡不着。”近日，67岁王爹爹因带状疱疹神经痛入住市中医医院。

患者3个月前因带状疱疹后遗神经痛备受折磨，左胸胁部疼痛伴灼热触痛感昼夜不停，让他夜不能寐。在朋友的推荐下，王爹爹来到市中医医院寻求帮助。

主治医师结合实际，为其制定了超声引导下神经阻滞，电针围刺、放血疗法配合中药外敷疗法。经过一个疗程的治疗，王爹爹灼热及自发性疼痛感基本消失，触痛感得到一定程度的缓解。

为进一步缓解疼痛等症状，主治医师建议王爹爹进行超声介入治疗。通过高频超声探头，清晰锁定了王爹爹胸2/3/4神经的神经分支。

在超声实时引导下，治疗针精准抵达神经周围，注入抗炎、止痛、营养神经药物，形成“立体包围圈”，整个治疗过程仅20分钟。术后，折磨王爹爹数月的疼痛感基本消失。

省级优质医疗资源下沉市中心医院产科

为高危孕产妇筑起生命防线

本报记者　程翩若

7月29日，市12345平台接到一通饱含深情的表扬电话。刚出院的40岁高龄产妇孟女士，点名感谢湖北省人民医院/武汉大学人民医院咸宁医院产科学科主任张露教授与主治医师鲁小红，称赞她们以精湛医术和无微不至的关怀，助其平安诞下宝宝并快速康复。

据孟女士介绍，结婚15年以来，她才迎来首个孩子。高龄叠加妊娠期高血压和糖尿病，让她的孕期每一步都充满着艰辛。孕37周时，她通过医院官网和公众号了解到张露具有处理高危妊娠的丰富经验，选择入住咸宁市中心医院。

入院后，张露和鲁小红立即成为孟女士的坚实依靠。她们严谨专业，每日精细监测调控其血压、血糖等关键指标，并将人文关怀融入诊疗全程。面对孟女士的焦虑，两位医生查房时总多停留倾听，用易懂语言解释病情；鲁小红多次下班前特意返回病房，握着她的手安抚：“别担心，指标都在控制中，你和宝宝都很棒，有我们在。”

在一次日常检查中，张露察觉孟女士躺姿不适，主动调整枕头并掖好被角，让她倍感安心。剖宫产前，孟女士紧张不已，张露完成严谨核对后，俯身在她耳边坚定安慰：“放轻松，我们都在这里，很快你就能见到宝宝了。”手术中，张露凭借高超技术确保母婴平安，并进行精细的分层缝合，力求伤口美观，她解释：“这关乎你以后的生活质量和心情。”这让孟女士感动不已。

术后康复同样凝聚着医生的用心。鲁小红详细指导科学活动与恢复，并在孟女士首次下床时，与护士一同守护搀扶，给予勇气。“鲁医生笑眯眯地教我‘慢慢来’，手把手指导术后护理和哺乳。”在专业且温暖的关怀下，孟女士术后7天便能自如行走，恢复远超预期。

“从入院到出院，她们真心在乎我的感受，像家人般照顾。这份温暖让我只能通过12345热线表达最深敬意！”孟女士在电话中动情地说，“后来才知张露是湖北省人民医院专家，真没想到家门口就能享受省城顶尖诊疗，这多亏了两家医院的紧密合作！”

孟女士的点名致谢，是咸宁市中心医院产科深厚人文关怀的缩影，也印证了湖北省人民医院专家长期扎根咸宁帮扶的成效。该院产科通过线上透明信息、全程心理支持、细节呵护及个性化康复指导，为高危孕产妇筑起生命防线，更让省级优质医疗资源下沉惠及百姓。

市妇幼保健院

多学科接力保母婴平安

本报讯　记者**李嘉**、通讯员**倪明**报道：“手术非常顺利，为你们医院的医生点赞。”近日，市妇幼保健院产科、麻醉科、检验科、新生儿科、彩超室等多学科团队密切合作，完成一例紧急剖宫产手术，实现母婴平安。

孕妇32周因下腹胀痛前往该院就诊，来院时，出现阴道大量出血、双下肢血染，彩超提示胎盘已部分剥离，胎心120–140次/分，情况十分凶险。

该院立即启动紧急抢救预案，开通绿色通道，产科、麻醉科、儿科、检验科、输血科五路并进，护士迅速为产妇进行术前准备，麻醉师为产妇实施麻醉。

手术医护团队快速完成产妇子宫下段切口缝合并控制出血，麻醉师稳控血压，产妇生命体征全程平稳，儿科医生秒级复苏，护士团队同步完成术前准备、心理安抚、信息传递，最终手术顺利完成。

通城县人民医院神经外科医生“移花接木”

助八旬患者实现头皮再造

本报讯　记者**李嘉**报道：近日，通城县人民医院神经外科收治了一位头皮长出菜花状、鸡蛋大小肿物，且反复流脓生蛆，最终确诊头皮癌的患者。

患者80岁高龄，3个月前头顶长出米粒大小的疙瘩，并伴瘙痒症状，起初以为是单纯的头皮炎症，去药店买了“止痒药膏”涂抹。

然而，随着时间的推移，“小疙瘩”逐渐增大，形似菜花，并反复破溃、流脓、渗血，总有一堆蚊子、苍蝇围着他头顶打转，场面十分尴尬。全家商量后决定带他到县人民医院做个全面检查。

“考虑是头皮癌，建议尽快手术切除！”神经外科医师杜仲的一席话，让全家人陷入了沉思，他们万万没想到，不起眼的“小疙瘩”竟然发展成了致命的癌症。

患者年龄大，且合并慢性心力衰竭、心房颤动、高血压等。医院启动多学科会诊，神经外科、心血管内科、麻醉科、ICU共同进行手术风险及可行性评估，并制定出个性化的手术方案。

经过神经外科医师杜仲专业耐心的讲解，最终，老人和家属同意进行手术治疗。按照术前规划好的切口设计，逐步分解流程、切除肿物，随后在老人大腿处取一块相同大小的全皮层进行头皮再造，最终手术成功。

术后，经医护人员悉心照料，患者头部创面愈合良好，生活恢复自理，全家对疗效赞不绝口。

杜仲介绍，头皮作为头部的天然屏障，与身体健康息息相关。生活中，头油、头痒、头屑、头癣等十分常见，许多人都认为这只是小问题，殊不知头皮健康至关重要。头皮一旦出现问题，轻则引发毛囊炎、脂溢性皮炎，重则可能引发头皮癌，不容小觑。

“头皮癌主要指头皮的皮肤肿瘤，起源于头皮的皮肤及其附属器的一些良恶性肿瘤。对于头皮肿瘤一定要做到早发现早治疗，以取得良好的治疗效果。”杜仲说，大部分人在生活中对头皮肿瘤都比较陌生，如果头皮肿瘤不进行专业处理的话，生长范围会越来越大，不但会影响日常生活，还有可能危及生命。

杜仲提醒大家，一定要注意保护头皮健康。

如果出现头痒、头屑等症状，要尽早就医，排查是真菌感染，或者是身体相关疾病，便于对症治疗。

要减少头皮刺激，避免使用劣质美发、染发产品，避免长期熬夜、食用油炸辛辣食物。

头皮上长出质地较硬的结节或斑块，边缘隆起并向四周扩展且增长迅速时，应及时到医院专科就诊，切勿延误治疗。

曾患瘌痢头、头皮外伤史、头皮感染的人群，是头皮癌的高危人群。一旦出现头皮局部的破溃出血、反复结痂、溃疡面不易愈合时，请尽早诊治。

生活顾问

肝病患者夏季如何养生？

本报讯　记者**李嘉**报道：夏季天气炎热，人们火气易旺，经常会莫名出现心烦意乱、烦躁易怒等问题，也被称为“情绪中暑”。

此时，肝病患者可以根据自身的症状来辨证养生、养肝护肝：平素有心烦、口苦、目赤头痛、容易发火，这部分人群推荐清肝饮，可以选用栀子5克、荷叶3克、决明子3克，开水冲服。平素有心烦不安、胸胁胀闷，这部分患者推荐花麦茶，取玫瑰花3克、白梅花1克、生麦芽5克开水冲服，可以起到疏肝理气的作用。平素出现食欲不振、容易腹泻、容易疲劳人群，推荐健脾茶，选用茯苓3克、山药3克，开水冲服。

还可以选取背部正中线两侧的肝俞穴和脾俞穴，进行穴位贴敷。肝俞穴在第9胸椎棘突下旁开1.5寸凹陷处，脾俞穴在第11胸椎棘突下旁开1.5寸凹陷处，这些穴位可以起到疏肝实脾、改善脾胃功能的作用。

赤壁市烟草专卖局送达公告

赤烟罚送公字[2025]第77号

无主：

2025年5月4日本局在湖北省咸宁市赤壁市赤马港街道赤壁大道1188号湖北康华物流园赤壁市寄递物流公共配送中心91号查获超限量邮寄或异地携带烟叶、烟草制品一案，本案公告六十日期满无法找到当事人，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定对涉案烟草专卖品作出如下行政处理决定：

对1个品种共计6条真品黄鹤楼（硬1916如意）卷烟予以变卖，变卖款上缴国库。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定，现将赤烟处理[2025]第77号《行政处理决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局送达公告

赤烟罚送公字[2025]第79号

无主：

2025年5月10日本局在湖北省咸宁市赤壁市斋公岭路圆通快递点查获超限量邮寄或异地携带烟叶、烟草制品一案，本案公告六十日期满无法找到当事人，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定对涉案烟草专卖品作出如下行政处理决定：

对超限量邮寄的15个品种共计99条真品卷烟予以变卖，变卖款上缴国库。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定，现将赤烟处理[2025]第79号《行政处理决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局送达公告

赤烟罚送公字[2025]第81号

无主：

2025年5月13日本局在湖北省咸宁市赤壁市武深高速公路茶庵岭服务区查获无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品一案，本案公告六十日期满无法找到当事人，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定对涉案烟草专卖品作出如下行政处理决定：

对8个品种共计80条真品卷烟予以变卖，变卖款上缴国库。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定，现将赤烟处理[2025]第81号《行政处理决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局送达公告

赤烟罚送公字[2025]第87号

无主：

2025年5月21日本局在湖北省咸宁市赤壁市龙翔路88号11栋116铺查获销售非法生产的烟草专卖品一案，本案公告六十日期满无法找到当事人，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定对涉案烟草专卖品作出如下行政处理决定：

对10条“假冒注册商标且伪劣”的黄鹤楼（软蓝）（抽样送检损耗1条）予以公开销毁处理。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定，现将赤烟处理[2025]第87号《行政处理决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局送达公告

赤烟罚送公字[2025]第90号

无主：

2025年5月27日本局在湖北省咸宁市赤壁市赤马港街道赤壁大道1188号湖北康华物流园赤壁市寄递物流公共配送中心63号查获无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品一案，本案公告六十日期满无法找到当事人，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定对涉案烟草专卖品作出如下行政处理决定：

对6条“假冒注册商标且伪劣”的黄鹤楼（硬珍品）（抽样送检损耗1条）予以公开销毁处理。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定，现将赤烟处理[2025]第90号《行政处理决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局送达公告

赤烟罚送公字[2025]第91号

无主：

2025年5月27日本局在湖北省咸宁市赤壁市斋公岭路圆通快递点查获超限量邮寄或异地携带烟叶、烟草制品一案，本案公告六十日期满无法找到当事人，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条，本局决定对涉案烟草专卖品作出如下行政处理决定：

对超限量邮寄的1个品种共计40条真品白沙（硬）卷烟予以变卖，变卖款上缴国库。

根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条的规定，现将赤烟处理[2025]第91号《行政处理决定书》予以公告送达。公告送达期限为三十日，期限届满视为送达。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局公告

赤烟公[2025]第65号

2025年6月25日，我局在湖北省咸宁市赤壁市康华物流园韵达快递网点查获黄鹤楼（硬峡谷柔情）壹个品种卷烟共计陆条，并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到赤壁市烟草专卖局（地址：湖北省咸宁市赤壁市河北大道183号；联系人：熊莹；联系电话：0715–5331606）接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局公告

赤烟公[2025]第66号

2025年6月25日，我局在湖北省咸宁市赤壁市康华物流园韵达快递网点查获芙蓉王（硬）壹个品种卷烟共计壹拾条，并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到赤壁市烟草专卖局（地址：湖北省咸宁市赤壁市河北大道183号；联系人：熊莹；联系电话：0715–5331606）接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局公告

赤烟公[2025]第67号

2025年6月26日，我局在湖北省咸宁市赤壁市赤壁大道京东快递凤凰山营业部查获黄鹤楼（硬1916）、黄鹤楼（硬1916红爆）贰个品种卷烟共计陆条，并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到赤壁市烟草专卖局（地址：湖北省咸宁市赤壁市河北大道183号；联系人：熊莹；联系电话：0715–5331606）接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

赤壁市烟草专卖局公告

赤烟公[2025]第68号

2025年6月26日，我局在湖北省咸宁市赤壁市赤马港街道赤壁大道1188号湖北康华物流园赤壁市寄递物流公共配送中心查获黄鹤楼（硬奇景）壹个品种卷烟共计陆条，并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到赤壁市烟草专卖局（地址：湖北省咸宁市赤壁市河北大道183号；联系人：熊莹；联系电话：0715–5331606）接受调查处理。若逾期不来接受处理，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定，依法对涉案烟草专卖品作出处理。

赤壁市烟草专卖局
2025年8月8日

关于冒用我公司名义、伪造我公司印章的严正声明

近期，有单位或个人冒用我公司的名义开展业务，使用私刻伪造的四川鼎焱燚建筑工程有限责任公司公章签署合同、融资借贷、担保，该行为涉嫌违法犯罪。对此，为提醒相关单位和个人提高警惕，谨防上当受骗，我公司严正声明如下：

一、我公司公章及合同专用章为公安机关备案的合法印章，由公司统一保管，具有法律效力和权威性。加盖使用时需要严格履行公司制定的文本审批流程，审批过程全程留痕，各环节均有相关负责人签字。

二、我公司对外开展经营活动，均有明确的授权文件，并加盖我公司印章。我公司从未授权过我公司所承建的任何工程项目和项目管理人员对外签订任何合同、融资借贷、担保、清偿债务性质的文件及经济类合同。

三、任何单位或个人与伪造或私刻我公司印章所产生的交易或签订的文书与我公司无任何法律关系，我公司对此也不承担任何法律责任，如利益受到损害，建议及时向公安机关报案。请相关单位、个人在进行商业交易前提高警惕、加强防范，如不能确认我公司项目、合同、印章等真实性，应及时与我公司进行核实，谨防上当受骗。

四、正告冒用我公司名义，私刻、伪造我公司印章的单位及个人，立即停止一切侵权、冒名、私刻印章的不法行为，我公司对于任何侵害我公司权益的行为，将积极采取必要的法律措施，坚决维护我公司的合法权益。

五、一切以伪造私刻我司公章、法人章盖章的公文、合同、授权书以及所有文字材料我司概不认可，一切法律责任由行为人自行承担。

特此声明，予以公告！

四川鼎焱燚建筑工程有限责任公司
2025年8月8日