女子鼻子一个月不通气 竟是肿瘤作怪

专家：鼻塞伴鼻血、胀痛、面部麻木、牙疼要警惕

生活报讯（江丽波 宁宇 记者霍营）最近天气多变，感冒的人多了起来。鼻塞，是很多人感冒后常见症状。但是张女士却因一个月鼻子不通气，最后确诊为鼻部恶性肿瘤。哈市一院鼻科主任吕明刚提醒市民，如果长时间鼻塞、鼻涕中带血，同时伴有牙疼、头疼、张口困难，必须加以警惕。

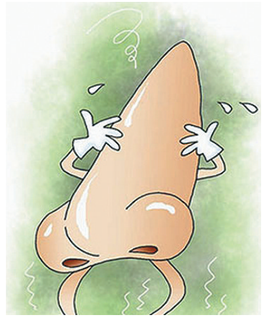
近日，52岁的张女士受凉后感冒发烧、鼻塞，黄色鼻涕中经常出现血丝，在家吃了几天消炎药症状也没消除。去家附近医院就诊并做了病理检查，诊断为鼻黏膜慢性炎症伴出血。张女士用了一个月的药，鼻塞也没好，睡觉时鼻塞显得更为严重，整夜难以入眠。

听说北京同仁医院鼻科李云川教授团队每周六来哈市一院出诊，张女士便前来求诊。经检查，李云川教授发现，张女士的左侧鼻翼处肿胀，鼻腔内部有一肿物，范围较大。随后，经过诊断，张女士竟患有左下鼻甲恶性肿瘤、左侧鼻翼恶性肿瘤。李教授根据病理结果，建议张女士进行放疗。张女士放疗后鼻部的恶性肿瘤消除，鼻塞的症状也随即消失。

哈市一院耳鼻喉科吕主任提醒，引起鼻塞最常见的原因是感冒、鼻炎、鼻窦炎、鼻中隔偏曲等，但是要注意像鼻息肉、鼻腔内肿瘤也会引起鼻塞。鼻塞虽然是个很常见的症状，但有些情况下也应该引起重视。

那么，如何分辨是炎症还是肿瘤引起的鼻塞呢？吕明刚主任介绍了简单辨别炎症和肿瘤的方法，炎症引起的鼻塞一般会伴有：多鼻涕、嗅觉下降、头晕头痛、易疲倦、记忆力减退、共鸣障碍、打鼾。肿物引起的鼻塞则可能伴会有：鼻腔分泌物经常带血或少量出血、出现特殊臭味，鼻部和额部胀痛、面部麻木、持续不明原因牙疼、视物重影、张口困难等。他提醒，当出现相关症状、或是长时间的鼻塞都不见缓解，应该及时至医院检查确诊，配合医生积极治疗。

据悉，14日，北京同仁医院李云川医疗团队将来哈市一院门诊4楼耳鼻喉科出诊（专家诊费300元），请就诊患者携带相关资料，提前预约。



五旬男子严重心衰 被不花钱“运动处方”治好

生活报讯（记者霍营）不少人认为，对于心脏病患者，在接受支架、冠脉搭桥手术等治疗后，基本上是与运动无缘了，殊不知，心脏术后患者更应保持适当的运动。近日，哈市一院心内一科副主任周大亮就通过在药物治疗的基础上，开具长达7个月的“运动处方”，成功治好了一位严重心衰的患者。

梁先生今年55岁，去年在国外旅游时突发急性心肌梗死，被送至当地医院进行了冠脉搭桥手术治疗。尽管治疗及时，他保住了生命，但由于心肌坏死面积较大，心功能严重减退，出现了严重心衰症状，稍微活动就会胸闷、气促，生活毫无质量可言。

后来，家人带着梁先生来到哈市一院心内一科，找到了周大亮副主任。周大亮坦言，改善梁先生现有的情况还是比较困难的，但是，周大亮仍然为梁先生做了心肺运动试验，评估了最大安全运动量，然后根据测得的指标，为其制定了运动处方。

梁先生经过长达7个月的药物治疗加上康复运动治疗，再次做心脏彩超射血分数达到了58%，之前一直困扰他的胸闷、气促症状明显缓解。从彩超上看梁先生的心脏射血功能接近正常，而且日常活动没有任何不适症状。周大亮说：“我们通过给患者增加了有氧运动这个不需要钱的治疗方法，有效地改善了患者的症状和心脏功能。对于心肌梗死患者掌握好运动强度，运动不但安全而且有效。”但是，运动治疗最终也需要三级医院和社区或基层医院形成联动，往复循环，这样才能取得更好的效果。

相关

心脏病患者能运动吗？

周大亮解释说，心脏病患者坚持有氧运动是十分有益的，研究显示有氧运动可以降低脂质代谢紊乱、改善心绞痛症状、改善血管支架后再狭窄、促进冠状动脉侧枝循环建立、降低心肌梗死、心力衰竭患者的死亡率。有氧运动形式包括慢跑、快步走、太极拳、八段锦、游泳等。

心脏病患者如何运动？

周大亮说，对于心脏病患者来讲，有效的运动可以改善患者的心脏功能及并发症。对于心肌梗死患者，首先应到有心脏康复资质的三级医院进行心肺运动试验检查，检测患者最大安全运动量，然后根据制定的运动处方来进行运动治疗，这样是非常安全的。运动处方制定完毕，可以在社区或者基层医院执行，每三个月再次进行评估，调整方案，坚持执行治疗。

哈市一院 病理科主任黄英 任省病理联盟 哈市分中心负责人

生活报讯（江丽波 宁宇 记者霍营）4月1日，由省医学会、省病理质量控制中心主办的“黑龙江省病理联盟启动大会暨黑龙江省病理学分会细胞、分子、技术学组成立大会”在哈举行。国内多位著名病理学专家参会，全省各地约300余位病理专业医务工作者参加了本次会议。

会上，哈尔滨市第一医院病理科主任黄英被任命为黑龙江省病理联盟哈尔滨市分中心负责人。她表示，今后将认真担负起病理学科建设发展的重任，依托组织病理专科优势，帮助各中心建设远程病理会诊体系及各亚专科规范化诊断培训，加强病理专业学科人才队伍的建设与培养以及新技术的开展。

省病理联盟哈尔滨地区分中心的成立，对于提高我省基层医疗机构的病理诊断能力、落实国家分级诊疗政策、实现各级医院和患者的共赢具有重要意义。

今日是“世界帕金森日” 哈医大一院 举办义诊活动

生活报讯（记者霍营）10日是“世界帕金森日”。据统计，目前我国约有300万帕金森病患者，占到全球患病人数的近一半。“世界帕金森日”当天，哈医大一院神经内科主任李国忠教授、潘玉君教授、温世荣副教授将为帕金森病患者进行义诊活动。

义诊时间：10日上午9:00—10:30

义诊地点：哈尔滨医科大学附属第一医院门诊大厅

六月一至三日 2018中国（哈尔滨）国际宠物会 及水族（含渔具）产业用品博览会

展会日期：2018年6月1日-3日（周五六日）8:30-16:30
主办单位：黑龙江双玉展览展示服务有限公司
大会地址：哈尔滨国际会展中心C厅（哈尔滨市南岗区红旗大街301号）
同期举办：中国纯种犬职业超级联赛-哈尔滨冠军展、柴犬单独展-哈尔滨站、比酷杯宠物趣味活动
展会规模：本次博览会使用哈尔滨国际会展中心最大的展馆展出、使用面积达1.5万余平米、展商数量400余家，汇集国内外知名宠物、水族食品、用品、用具等知名企业、品牌。哈尔滨宠物水族博览会是东北三省规模超大、人数众多、种类齐全的宠物博览会，是东北三省水族馆、各地市宠物门店、宠物医院、水族及器材批发经销商、水族门店、渔具类门店、宠物爱好者、个人养殖者、市民消费等普及宠物知识、学习宠物文化最佳时机！
注：渔具店、渔具产品、宠物医院、医疗、宠物寄养、寄存、宠物美容、活体展示等企业特惠，当日办理交500元定金抵1000元现金，欢迎电话咨询！
联系人：0451-57771311、58579339、13945186040 王女士、那先生
QQ:2189775766
报名地址：哈尔滨国际会展中心办公区五楼501室

分类 生活报 业务办理：15504651777 18745771621 订版电话：0451-84681180 QQ/微信：80451
敬告：本版所有刊登的广告信息不作为供需双方的法律依据，请认真考察核实，涉及到经济往来时，请慎重交易，投资有风险 理财需谨慎，必要时可向当地工商部门查证（照），并签订法律公证合同，一切交易行为自行承担法律责任。

喜洋洋搬家 七折 退伍军人，真诚服务，招工人、司机 居民搬家，公司搬家，长途搬运 道里 88207822 顾乡 88207833 南岗 84222011 西 香坊 动力 13946100487 道外 北
省力搬家 七折 公企、居民搬家，特专业搬钢琴、拆装家具 二十年老已，全新大车，是匠军人真诚为您服务 南岗 82625378 革新 88856711 道里 顾乡 香坊 55668111 动力 道外 13904635655 江北专线
转业兵搬家 十年老店、正规企业注册、七折、退伍军人、真诚服务、公企大件 居民长途搬运、专业免费评估 道里 87693945 香坊 道外 87693946 南岗 哈西 87633952 群力 江北专线 15204602898
退伍军人搬家 正规企业注册、军人素质、一流服务、七折、公企搬家、居民搬家、长途搬家、钢琴搬运 道里 87633583 香坊 道外 81767466 南岗 群力 86266614 哈西 动力 江北 86266624
老兵搬家 七折 退伍军人，真诚服务，公企大件，居民长短途运输，专业拆装搬迁 道里 89911448 香坊 道外 89301110 南岗 哈西 87630967 群力 江北 18246000892
搬家服务
七折 福满家搬家 选择福满家搬家，幸福您我惦 各区就近发车，全市超低价 18246000860 18246000960
吉利搬家 军人品质，一流服务，150元起价 15945995322 15765566569
福满多搬家 七折 正规注册、专业搬家、长短途运输 道里 南岗 香坊 道外 哈西 江北 13836184675 13836184685 15124587278
新世界搬家 开业钜惠 礼献冰城 打造“车+人”专业技术品牌 13684556230
招聘中大 迎新搬家 七折 军人素质，企业搬家 道里 道外 南岗 香坊 动力 江北专线 84630263 15124558648 18846008005

诚信搬家 七折 以诚为本，信誉第一，军人素质，长短途运输 居民公司搬家，专业拆装，搬钢琴 道里群力 87693024 南岗哈西 87693023 道外江北 13633645802
战友搬家 退伍军人服务，承诺不加价 南岗 道里 香坊 哈西 15104566232 18245138223
喜来乐搬家 公企居民搬家，专业搬钢琴，拆装家具，长短途运输等，诚信为本，服务至上，各区就近派车 道里 南岗 道外 香坊 15104636766 15104636866
★高价收电线电缆★ 电机、电焊机、发电机组、建筑设备、配电柜、不锈钢制冷、变压器、旧设备、积压物资等。 13936290828
动迁处理化工原料 因本厂动迁一次性处理以下原料及设备，恒温干燥箱，电压220V容积60×55×35，鼓风机功率20W新的，真空泵，母热抽泵，冰箱额3吨每吨1500元，真空泵额了重3吨每吨2500元，乙醇竹产品含量80%以上30多吨每吨3500元。以上全售毫价。 15663799322
修配厂出兴 1.香坊区，六顺街与菜芝口有一位置好的地段经营修配厂，急于出兴。2.菜芝街，有一地段好交通便利的位置好修配厂，急于出兴。3.道里区，有一地段优越，交通便利的修配厂，急于出兴。 13796764660
医院出兴 18104517755
出租 出兴

为您服务
联诚财富 投资有风险 理财需谨慎 0451-84292487
投资抵押贷款 查高 自有资金投资，房屋、车辆抵押贷款，个人信誉贷款手续简单。 13766840364 哈尔滨志乾投资有限公司 请注意资金安全
出售转让
出售门市 利民开发区南京路紫竹园门市房使用面积600m²。出租松北区胜利村商业大学旁边独门独院2层楼1800m²。 13604886262
招租售门市 丽江路门市2.5万、写字间1.5万，99号公馆1.2万，观江国际1.4万，高铁旁写字间公寓8800，星塔写字间1.4万，大直街75米39万，方正门市300米70万，世贸车位买5赠1，紫园车位2个30万。 18746021684
售绿化树 樟子松、云杉 13895719799
调查咨询 成功调查 13936254577

截至去年9月 162万辆车“分享”51万个车位

哈市普查全城泊位 发掘停车空间

生活报讯（记者李丹）记者9日从哈尔滨市治理交通拥堵办公室获悉，为解决停车难问题，近日对全市停车泊位资源进行普查摸底，全面掌握全市停车泊位资源的现状，将有针对性地制定停车泊位资源规划建设，为中长期停车泊位资源规划做好数据资源库。

据统计，截至去年9月，哈尔滨市机动车保有量达162万辆，且仍在快速增长，而全市实际停车泊位总量约为51万个，“停车难”已成为社会民生的热点和难点问题之一。据悉，本次普查持续约两个月（2018年4月-6月前），覆盖哈尔滨市南岗、道里、道外、香坊、松北、平房、呼兰、双城和阿城九个城区内所有停车泊位资源。

本次普查将对九大城区内车辆停放情况进行全面摸底，全面掌握规划内的停车泊位、违停、未规划但既成事实停车泊位资源的基本情况，发现现存停车供需不平衡的重点区域，挖掘潜在停车资源。同时形成停车资源数据库，实现停车资源的基础信息存储和管理，停车设施的统计与查询，实现智能停车APP城泊通停车泊位信息接入，实现停车资源信息的互联互通，信息共享。同时通过停车资源数据库信息的整合、关联分析形成多种需求效果图，如停车资源分布电子地图、可开发停车场资源电子地图、停车场需求对比图等，为未来停车资源规划及规划部门决策提供数据支持及决策依据。

车桩、水泥墩、地锁……“霸道”花样多

冰城交警城管联手 一晚清出60多个车位

生活报讯（高阳 记者何兴丽文/摄）近日，哈尔滨交警部门对私设挡车桩、占用公共停车泊位等违法行为进行了清理，让市民有车位可停。8日夜间，哈市交警部门联合城管部门集中对道里辖区私自占用公共停车泊位的违法行为开展治理行动，其间仅在道里区中央大街周边街路，就清理出停车泊位60余处。

当日21时10分许，交警道里大队多名警力连同行政执法人员巡逻至西七道街时，发现临近尚志大街路口的两家商铺门前的公共停车泊位被水泥墩私自占用，交警部门多方询问，却无人认领。随后，将水泥墩清理，恢复了泊位原貌。在接下来的巡查中，工作人员还发现，个别商家为了达到可以长期、固定占用公共停车泊位的目的，不仅在停车泊位上埋下了地桩，而且还通过套放反光锥桶以伪装成是临时占用，以逃避相关部门打击。在西七道街一家冷饮店门前，工作人员一口气就清理了五个公共停车泊位上的反光锥筒。

此外，在当晚的行动，记者发现，不少商家对商铺门前的停车泊位的管理使用还存在一定误区。工作人员表示，商铺门前的停车泊位虽已进行过审批，属于专用停车泊位，但禁止私自增设挡车桩、地锁等占道物品。

治理城市乱象 打击交通违法
联合主办 | 生活报 哈尔滨市公安交通管理局

供热期即将结束 热企提醒：

供热不达标办退费 须在一个月内申请

生活报讯（记者黄迎峰）2017至2018年度供热期即将结束，日前，记者从热企处获悉，正式停热后，市民要查看管线接口是否漏水，不要私自拆卸暖气片，供热不达标应在一个月内向热企申请退费。

供热不达标如何退费？根据《哈尔滨市城市供热办法》第四十四条规定，供热单位需退还用户热费或者实行热计量用户按照规定需补交热费的，应当在每年供热期结束后一个月内结清。热企相关负责人表示，申请退费时，必须提供测温记录、报修证明，以及认定温度不达标的相关证明。

同时，热企提醒市民，从停热当天起，应密切留意家中管线情况，如有出现跑水、漏水现象应及时向所在供暖公司报修。不要私自拆卸暖气片用户不要私自拆卸暖气片、改装暖气管线，以免因操作不慎引起漏水。如果想施工的话，最好提前与供热单位进行沟通，并在专业人员指导下进行操作。此外，供热期结束后，用户可及时向供热企业提出维修申请，避免拖延至下一供热期无法改动。

我省严查 电商发布虚假广告

处罚信息100%公示

生活报讯（记者陈明菲）9日，记者从省工商局获悉，该局近日启动互联网广告专项整治，围绕事关群众人身财产安全的重点领域，严肃查处虚假违法互联网广告。其中将从重从严查处严重违法的互联网广告案件，互联网广告违法行为行政处罚信息将100%公示。

此次专项整治将对辖区内的企业门户网站、第三方电子商务交易平台发布的广告进行梳理排查，对发现的互联网违法广告依法查处，并将从重从严查处严重违法的互联网广告案件。

开奖公告

福彩中奖号码

福彩3D	第18092期	231
福彩D62	第18092期	600762+0
福彩36选7	第18040期	01 08 11 12 16 22 29+17
福彩22选5	第18092期	03 13 14 16 21
福彩七乐彩	第18040期	01 02 03 08 12 20 23+19

体彩中奖号码

体彩超级大乐透	第18040期	05 07 18 27 31+01 08
体彩排列3	第18092期	153
体彩排列5	第18092期	15350

档案中心经办 特殊工种退休 病退办公地点 迁至市民大厦

生活报讯（记者刘畅言）记者从哈市人社局了解到，即日起，档案中心经办特殊工种退休、病退办公地点迁移，由原和兴路38号人力资源中心一号楼502室，搬迁至中山路181号市民大厦C区一楼档案综合服务大厅4101室。

标题新闻

11日零时起 哈站84趟列车 实施最新时刻表

详情扫这里

历史上的今天 TODAY IN HISTORY

1971年4月10日 中美“乒乓外交”开始
1993年4月10日 我国首次在南京汤山溶洞发现早期人类头骨化石

吉林长白山西洋参切片，产地直销，宁愿一人买十回，不愿十人买一回。
正宗长白山西洋参切片 每瓶250g限时1元特卖
厂家直销特供3000瓶！每瓶可以吃两个多月，每人限购4瓶，活动仅限一周，今日开售
西洋参又名花旗参、洋参。性寒、补气养阴，清火生津。随着人们对健康养生的重视，越来越多的人在食用西洋参。长白山的西洋参切片更是得到国内众多中老年朋友的青睐。
市场上西洋参的零售价格1克几元到十几元，中间代理商环节太多，导致价格昂贵，给消费者带来了不小的经济压力。很多中老年朋友不能长期食用。为了满足众多经济条件不佳，但又想长期食用西洋参的中老年朋友，本报特举办产地直销1元特卖活动，回馈广大西洋参服用者，本活动仅限一周。具体细节如下：
1、活动仅针对年满50周岁的中老年朋友；2、一年量为5瓶，第一瓶598元，剩下4瓶每瓶1元领取，不零售；3、1元特卖每人限领4瓶，不得重复申购；4、不收快递费，免费送到家；5、活动截止到本月17号。
全国免费送货上门，货到付款
订货热线 0451-57781711、57781700
地址：生活报医药超市（南岗区通达街151号 与清明四道街交口）