

每天两包烟、长期接触油烟……都是高危因素 冰城医生讲预防肺癌

做好防护 减少吸入有害物质

生活报讯(见习记者李晓航 记者王秋实)26岁男子每天2包烟,出现干咳、少痰、发烧等症状最终被确诊为早期肺癌;45岁厨师长期接触油烟患中期肺癌;58岁车间主任长期接触化学物质患晚期肺癌。谈到癌症,大多数人都“谈癌色变”,殊不知,不良的习惯和环境会加剧癌症的发生。近日,记者采访了哈医大一院肿瘤科主任陈雪松,听他讲述肺癌患者的故事。

每天两包烟 青年干咳、少痰、发烧

26岁的小张是一名自由职业者,虽然小张年龄不大,但烟龄已有10余年。小张表示,初中时看到长辈和同学吸烟时,吞云吐雾的感觉很有意思,就开始接触上香烟。随着时间的推移,小张的烟瘾和烟量也在慢慢增加,由最初的每天几根到每天两包。

近期,小张持续出现干咳、少痰、发烧等症状,吃了多种药物,但病情并未得到控制。

长期身处油烟环境 厨师胸痛、痰中带血

45岁王先生初中毕业后在技校学习厨师专业。现在在自家的餐厅当厨师,这一干就是20多年。

近日,王先生经常感觉胸痛、胸闷,并伴随痰中带血。起初,他以为是感冒所致。随着病情持续加重,王先生意识到事情的严重性,才把身体问题如实告知妻子。妻子得知后立即带他来到哈医大一院

肿瘤科就诊。

检查结果显示,王先生患有中期肺癌。由于王先生身体较好,病灶为原发性肺癌。医生与王先生及妻子沟通后,最终决定为其实施手术+辅助化疗等治疗方案。经过治疗,王先生的病情得到有效控制和改善。半年后,王先生再次入院复查时,各项指标均达到健康状态。



长期接触化学物质 车间工人呼吸困难、咳血

58岁的老于是一名车间主任,长期接触石棉、砷等化学物质,给老于的身体埋下了疾病隐患。近期,老于总是感觉呼吸困难、乏力。前几天,他在工作期间突然出现咳血症状,工友见状立即拨打120将他送至哈医大一院肿瘤科就诊。

经全方位检查,老于被确诊为肺癌晚期。由于老于目

前的身体状况达不到手术要求,医生决定先采取化疗及放疗方案,待达到手术标准时再进行手术。经过阶段性化疗,老于的病情得到有效控制。完全达到手术要求后,医生为老于实施手术将病灶切除。术后,老于身体恢复良好,再次复查时,身体各项指标未显异常。

医生:高危人群应定期筛查

哈医大一院肿瘤科主任陈雪松表示,想要预防肺癌,首先要拒绝各类烟草制品。日常生活中做好环境防护,做饭及时开启油烟机,减少油烟吸入;雾霾天规范佩戴口罩;装修后充分通风;长期接触粉尘、有害气体职业人群需做好防护。同时,保持规律作息、适度运动、均衡饮食,提

升自身免疫力。积极治疗慢阻肺、肺结核等肺部慢性疾病,避免肺部反复受损。另外,40岁以上人群、有肺癌家族史、长期吸烟等高危人群,应定期通过低剂量螺旋CT进行肺癌筛查,保持良好的心态,减少长期负面情绪,全方位守护肺部健康。如发现不适,应及时就医。

林场工作人员发现冬眠黑熊 三个月特殊守护

黑熊妈妈生了对双胞胎

生活报讯(记者黄迎峰)今年1月,黑龙江方正林业局响河林场工作人员在19林班作业时,意外发现林场周边的椴树树洞内,藏着一只酣睡的黑熊。“既要保障群众安全,也要严防盗猎伤害。”黑龙江省林区公安局方正分局民警表示,在收到林场工作人员的求助后,一场为期三个月的特殊守护开始了。



视频截图

民警联合林场工作人员,利用卫星定位、无人机巡护、红外相机监测等手段,悄悄在黑熊身边构建起一道严密的安全屏障。从寒冬腊月到春回大地,民警与护林员始终守护,隔三岔五便前往巡查,一张张熊出没的安全提示张贴在林区要道,一条条微信提醒精准推送,反复叮嘱大家“静静离开,莫要打扰”。

这份无声的坚守,很快迎来了暖心惊喜。2月的一次无人机巡护中,传回的画面捕捉到了一个暖心的细节:这只黑熊频繁翻身,总用厚实的背部紧紧堵住树洞入口,动作轻柔又警惕。经验丰富的老民警了

解,这是怀孕母熊守护腹中宝宝。4月的山林渐渐回暖,冬眠的黑熊妈妈终于缓缓苏醒,而它的身边,多了两个毛茸茸、圆滚滚的小身影,一对可爱的双胞胎熊宝宝。

4月7日,是熊宝宝们第一次踏出树洞的日子。两只小家伙怯生生地探出头,对这个陌生的世界充满好奇,在残雪覆盖的林间跌跌撞撞、走走停停,模样憨态可掬。

4月11日,红外相机定格下温暖又治愈的一幕:黑熊妈妈带着两只宝宝从容驻足,一家三口依偎相伴,拍下属于它们的第一张“全家福”,随后便并肩走向密林深处。

私家车占通道存安全隐患 网格员耐心沟通 车主配合整改

生活报讯(记者李威兵)4月21日,佳木斯市长安街道育才社区体委小区内,一起因私家车长期违规停放引发的邻里纠纷得到快速化解。

近日,体委小区居民王女士发现,小区内有一辆私家车长期未按规定停放,不仅占据了公共停车区域,还直接堵在小区通道与安全出口处。随着车辆停放时间越来越长,周边居民逐渐感到担忧:一方面,违规停放的车辆挤占了公共空间,导致其他业主停车不便,日常出行也受到影响;更让大家焦虑的是,该位置恰好是小区应急通道,一旦发生火灾、突发疾病等紧急情况,消防车、救护车根本无法顺利进入。王女士随即向社区网格员反映了这一情况。

21日,网格员接到诉求后,立即前往现场查看,确认车辆确实违规占用通行通道与消防通道,存在明显安全隐患。随后,网格员联系上车主吴先生,在核实情况后,向其详细说明小区停车管理要求,重点讲解了堵塞消防通道、应急通道可能带来的严重后果。

面对网格员的耐心沟通,吴先生当即表示愿意配合整改。当天,吴先生便将车辆移至规范停车区域,小区通行通道恢复畅通。

哈医大一院范圣瑾教授 当选省医学会血液学分会主任委员

生活报讯(见习记者李晓航 记者王秋实)4月23日,黑龙江省医学会血液学分会换届选举大会在哈尔滨召开。经民主投票等程序,哈尔滨医科大学附属第一医院血液科主任范圣瑾教授全票通过,当选为黑龙江省医学会血液学分会第八届委员会主任委员。



医院提供

本次换届选举由黑龙江省医学会组织与学术管理部孙永生主任、矫云媛副主任主持,会议全程规范有序、公开公正,来自全省各省级、地市级医疗机构的近70名血液学专家参加会议。

学会前任主委哈医大一院王树叶教授汇报了学会既往的工作,讲述了黑龙江省医学会血液学分会的发展历程,在几代血液病专家的

努力下,黑龙江省血液专科诊疗水平不断发展进步。在王树叶主委和马军名誉主委的推动下,本届委员会由40余人增加至72人,标志着黑龙江省血液专科的发展历程迈上新台阶。

出租出售 门市出租 房屋出售 13895751616 18686821585

门市出租出兑 18645117117 茶脉新语 徽茶始祖 松萝茶 新茶到店 欢迎品鉴

六安瓜片 60元/斤

六安瓜片 158元/斤

六安瓜片 528元/斤 98元/斤

六安瓜片 1188元/斤 228元/斤

品茶电话 18645049997 地址:哈市南岗区南直路信恒茶城壹层B5茗缘茶行

生活报中缝广告 受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼103室 84681180 15004697804 13613600156 18686821585

“五一”赏花不远游 家门口就行

生活报讯(记者李丹文/摄)27日,随着冰城气温稳步回升,春花如约而至,哈市街路、公园内,成片山杏花已悄然绽放。记者在南直路街头看到,粉白相间的花朵缀满枝头,美不胜收。

据悉,山杏作为哈尔滨春季园林绿化的“当家花旦”之一,以其繁密的花枝和粉白相间的花色著称,将冰城的春色从4月下旬延续至5月初。

园林专家提醒,杏花花期较短,通常仅持续10至15天,进入5月后,随着丁香花的大面积开放,杏花将逐渐落幕,本周末及“五一”假期前半段,正是赏花的黄金窗口期。

赏花赏花点位: 道里区群力第六大道、兴江路、兴江南路、职工街、铁顺街、上江街、柳树街、兆



麟街、中医街、四方台大道;南岗区和兴路、测绘路、哈西大街、哈平路;香坊区哈平路、文政街;平房区哈平西路;松北区天翔街、利民大道;阿城区上京大道、延川北大街、金都大街。

公园赏花点位: 道里区丁香公园、体育公园、民生公园、翠溪公园;

道外区古梨园、江畔公园;南岗区儿童公园、湘江公园、发展大道公园、鲁商体育公园;香坊区中国亭园、丁香科技博览园、香清园、香林园;平房区平房公园、合力同心园;松北区新区中心公园、太阳岛公园;阿城区会宁公园、阿什河公园、北方森林动物园;双城区承旭公园。

香坊赏花指南 快收好

生活报讯(记者于海霞)4月27日,哈尔滨市发布最新春日赏花漫游指南,把街路赏花、公园打卡全都安排得明明白白。跟着这份指南走,春天的氛围感直接拉满。

眼下,香坊三合路1400株连翘已经抢先盛开,金黄一片铺成几百米长的金色花带。接下来,从4月一直到6月底,京桃、山杏、李子花、榆叶梅、山梨、丁香等各种鲜花依次接力开放。

Table with 2 columns: 街路赏花时间表, 4月看金黄、粉白, 4月下旬-5月初看雪白花海, 5月初看粉色花海+雪白花景, 5月中下旬闻花香, 5月-6月丁香全城飘香

- 1. 拍照好看: 黛秀湖公园 湖景配花海, 连翘、榆叶梅、丁香全都有。 2. 休闲放松: 劳动公园 满园丁香飘香, 适合野餐、遛娃、晒太阳。 3. 古风拍照: 中国亭园 亭台楼阁藏在花海中间, 一步一景。 4. 散步解压: 香清园、香林园 人少安静, 鸟语花香, 适合慢慢溜达、放松心情。 5. 看花学知识: 丁香科技博览园 各种丁香品种齐全, 赏花还能学知识。 6. 看珍稀花卉: 黑龙江省森林植物园 杜鹃、芍药、牡丹陆续开放, 花草种类多。

哈纺社区 156棵丁香树苗“安家”啦

生活报讯(记者于海霞/摄)4月27日,哈尔滨市香坊区新香坊街道哈纺社区联合香坊经济开发区管理委员会,共赴一场“为春天添彩”的义务植树之约,156棵树苗在2000平方米闲置绿地上“安家”。



“坑要挖60厘米深,树苗要扶正,土要分层踩实!”植树现场,铁锹起落间,标准树坑整齐排列,社区网格员拎着水桶穿梭在队伍中。经过3个多小时的团结协作,156棵丁香树苗错落有致地挺立在绿地中。

栽种完成后,工作人员还对绿地周边环境进行清洁整治,清理白色垃圾、

枯枝杂草,并排查整治乱堆乱放、私毁绿地等不文明现象。同时,社区与经开区同步建立苗木长效管护机制,实行分片包保、专人定期巡护,后续将组织志愿者开展浇水、除草、防虫等养护工作,确保“植一棵、活一棵、护一片”。



冰城物企 联合业主为家园“添绿”

生活报讯(记者仲亮/摄)在“五一”劳动节来临之际,哈尔滨市多家物业企业携手小区业主,开展义务植树与绿化精细化养护行动,以实际行动为家园增绿添彩。

在呼兰区兰河新城小区,明达物业带领业主与物业工作人员、社区志愿者分工协作,挥锹铲土、扶苗定植、培实新土、提水浇灌,种下数十株苗木。



“能和邻居、物业一起为小区种树,看着小树苗栽下去,特别有成就感,以后小区环境肯定越来越美。”参与活动的兰河新城业主笑着说。

在地恒托斯卡纳小区,鑫源物业与业主共同栽种梨树、山椒树、山丁子等苗木共计500株。业主们纷纷表示:“在家门口就能参加植树,既为家

园添了绿,也拉近了邻里和物业之间的距离,这样的活动特别有意义。”在中兴家园、三环信息苑、东都幸福里等小区,北辰信和与永昌物业工作人员全面巡查园区绿化带、行道树,及时清理枯枝杂草、平整土地,对缺失绿植进行补植补种。

黑龙江黑河段进入春季流冰期

生活报讯(记者栾德谦)4月27日,封冻近5个月的中俄界黑龙江黑河段全面进入春季流冰期。宽阔的江面上,形态各异的冰排在水流推动下相互簇拥、激烈碰撞,形成壮观的“跑冰排”景象,这也标志着黑龙江即将迎来全线开江。 由黑河边境管理支队提供

七乐彩 22选5 30选7 278 36选7 01 13 18 21 24 25 29+14 03 07 13 21 22 p62 26107期 263879+1 01 06 08 14 17 18 36+32