



湖南日报全媒体记者 周阳乐
通讯员 韦琨坪 伍一帆

霜降已过,天气渐寒,中老年人不仅要添衣保暖防流感,还要特别注意预防心脑血管意外的发生,因为环境温度下降会增加脑卒中的发病率和死亡率。

2023年10月29日是第18个“世界卒中日”,今年的宣传主题是“卒中:重在预防”。如何预防?“候鸟式”过冬是否可行呢?记者采访了中南大学湘雅医院神经内科夏健教授。

什么是脑卒中

脑卒中俗称“中风”,即供应大脑的血液循环障碍导致局部神经功能缺损的脑部疾病,是我国人口死亡和致残的首要病因。脑卒中有两种情况:一种是缺血性卒中,即脑血管堵塞或严重狭窄导致脑梗死;另一种是出血性卒中,即脑血管破裂出血导致脑出血。

夏健介绍,冬季环境温度下降,人体通过收缩外周和内脏动脉血管来减少机体散热,该机制极易导致高血压患者血压不稳定。此外,寒冷环境中,老年人群容易出现血糖不稳定、血脂水平增加、房颤发生率增高等问题,这些都会增加脑卒中发病率。因此,在寒冷季节,学会有效预防脑卒中尤为重要。

如何预防脑卒中?“候鸟式”过冬可行吗

中老年人预防脑卒中应注意保暖,适当锻炼,防治感冒;清淡饮食,高血压、糖尿病、冠心病患者应低盐低脂饮食,糖尿病患者还应严格遵循糖尿病饮食;戒烟限酒,不吸烟的人群也要避免接触二手烟;按时监测血压,必要时服用降压药物;按时监测血糖,血糖不稳定时及时到医院调整降糖药;定期至医院复查血脂、肝肾功能、心肌酶等指标。

最后,要保持一个愉快平稳的心情,避免情绪激动、过度兴奋。

近年来,许多中老年人采取“候鸟式”的过冬方式,冬天飞往温暖的海南、广东等地避寒,夏天又跑到北方的海滨或山林避暑。夏健认为,“候鸟式”过冬方式有利有弊。“南方冬天气候温暖,饮食清淡,有助于改善高血压、高血脂、高血糖等脑卒中的危险因素,温暖湿润的气候也有助于预防和改善慢性肺炎、哮喘等肺部疾病。但冬季南北温差大,数小时内跨越两个气候带,可能会导致身体不适从而引发脑卒中。有些高血压患者迁移至南方后,血压恢复正常便擅自停药,返回北方时血压可能又会突然升高;再加上长途奔波,旅途劳累,患有基础病的老年人可能会因此而加重原有的基础病,这些都容易导致脑卒中的发生。”

她建议,“候鸟式”过冬出发前,应进行全面体检,排查各种基础疾病,明确

血压、血糖、血脂、尿酸等脑卒中危险因素是否正常,到达南方后应重新监测以上指标,必要时调整用药;到达南方后,以低盐清淡饮食为主,可多食用海产品,海产品可增加血管弹性;多参加户外活动,适当锻炼;可选择火车出行,以便身体缓慢适应气候变化。

“120”口诀,快速识别脑卒中

脑卒中发病急骤,进展迅速,若不及时就医可造成严重的后果。

牢记“120”口诀,快速识别脑卒中:“1”——看1张脸,观察脸部是否出现双脸不对称,口角歪斜的情况;“2”——查2只胳膊,伸直双臂并平行举起,观察是否有单侧无力、抬不起手的情况;“0”——0(聆)听语言,是否有言语不清,表达困难甚至不会说话的情况。若突然出现上述任何一种情况,应怀疑是脑卒中,并立即拨打“120”送医。

岳阳楼区实现食品经营许可证“云踏勘”

湖南日报10月30日讯(全媒体记者 张璇 通讯员 尹萍 莫流洁)“请带我们看一下店铺的储存场所。销售和储存场所环境需整洁,有良好的通风、排气装置,防潮防湿,避免日光直接照射。”今天上午,岳阳市岳阳楼区市场监督管理局注册登记窗口执法人员,通过远程视频与申请办理食品经营许可证的商户张女士进行“云踏勘”审批。

过去,商户办理食品经营许可证,在线上提交申请后,还需等待市场监管工作人员到现场检查,整个流程至少需要3天时间。“今天在店里开展的‘云踏勘’,不到一个上午就完成了。等线上审批后马上就可以领证,可方便了!”作为该区首位享受“云踏勘”审批便利的商户,张女士点赞。

一封越洋感谢信的背后——

天心区法院多措并举优化法治化营商环境

湖南日报全媒体记者 杨佳俊
通讯员 文天驿

“承办法官认真负责,理论水平很高,使案件得以公正审理,很好地维护了我司的合法权益。我特向贵院表示衷心的感谢和诚挚的敬意。”10月23日,美国索尔公司北京代表处工作人员专程将一封从美国寄来的感谢信转送给长沙市天心区人民法院。

2017年4月以来,某测控技术有限公司实际控制人黄某,在未取得注册商标所有人索尔公司许可的情形下,从杨某、庄某处购进假冒“SOR”品牌的压力开关配件,并安排公司员工张某、王某二人生产制作销售假冒“SOR”开关产品。经查,杨某等人售假金额高达242万元,黄某等人售假金额高达797万元。

受理该案后,天心区法院从“立审执”全方位推进案件审理,加强期限管理,把好案件质量关,实现全流程高效运转。经审理,天心区法院依法判决被告人黄某、杨某等犯假冒注册商标罪,判处2年6个月至3年10个月不等的有期徒刑,同时没收违法所得并处罚金。

优化法治化营商环境,维护市场公平竞争。近年来,天心区法院一直致力于通过公正裁判对傍名牌等不正

竞争行为坚决说“不”,制止仿冒搭车行为,审结的知识产权案件和涉外民事案件,多个案件被纳入国家、省法院年度司法保护典型案例,其中审理的“茶颜悦色”诉“茶颜观色”不正当竞争案在2022年被写入最高法工作报告。

打通司法服务企业“最后一公里”,天心区法院持续探索优化法治化营商环境新路径。在上级法院同意和指导下,天心区法院积极开展与执行工作相关的执行方式、执行源头治理、执行工作信息化建设的试点工作,切实缓解案件显著上涨形成的阻滞效应,提升胜诉债权兑现效率,主动作为、靠前作为,制定了《执行立案前督促履行工作规程(试行)》,打造执源治理新模式。

执前督促程序的推行为企业纾困解难提供了新的途径,减轻了资金流动困难中小企业的履行负担,为中小企业提供了安全可靠的生存环境,为市场环境注入人性化温暖,帮助中小企业渡过难关、复工复产。自今年4月20日试行执行立案前督促履行工作以来,执前督促调解共审查案件数1911件,采取执保措施1619件,通过执调履行完毕284件,执行和解66件,通过执督到位金额为3055.13万元。

特色产业 增效增收



10月30日,衡山县岭坡乡望峰村瓜蒌种植基地,村民在晾晒瓜蒌瓜子。近年,该村把瓜蒌产业作为一村一品的特色产业来发展,形成了自产自销的产业链,促进了农业增效,农民增收。 曹正平 陈亮 摄影报道



10月30日,宁远县太平镇,村民在柑橘基地采收套种的生姜。近年,该镇大力推广“生姜+柑橘”套种技术,促进农业产业增效。 黄春涛 郑明辉 摄影报道

解决项目实施过程中的痛点难点

衡南县住建局优化营商环境见真招、出实效

今年以来,衡南县住建局围绕工程建设项目建设和企业发展所需,深化体制机制创新,持续推进“放管服”改革,着力解决企业在项目推进过程中的堵点、难点,以一流的营商环境为企业发展赋能助力。

提升服务意识,提高办事效率

如何提高办事效率?衡南县住建局创新推出了一系列关于建设项目的工作举措。

——推行“帮代办”服务。在全县推进工程建设审批制度改革中,以“审批环节最少、审批速度最快、政务服务最优、营商环境最好”的“四最”为目标,为企业和群众提供保姆式“一对一”贴心“帮代办”服务工作,实行“企业动嘴,政府跑腿”,最大限度减少企业和群众跑腿次数,优化政务服务 and 营商环境。

——加强勘察设计服务。通过政府采购方式在省住建厅发布的审图机构名单中,遴选出施工图审查机构,统一审图收费、统一服务标准、统一签订《施工图审查服务合同》,企业

零成本,保证施工图审查机构提供服务的质量、时限和效率。

——牵头做好“联合验收”。例如,湖南百益置业有限公司开发建设的名门国际项目在线上发起联合验收申请后,作为联合验收牵头单位,衡南县住建局迅速组织规划、人防、消防、气象、档案、国安等部门,集中到该项目对联合验收流程、内容、时限等内容进行了明确,对其在竣工验收阶段存在的问题进行了会诊,仔细解答了该项目提出的各类问题,切实帮助该项目解决了实际工作中的难题。

依法行政,营造公平竞争市场环境

如何营造公平竞争市场环境?

衡南县住建局主动将公平竞争审查纳入法治政府建设和社会信用体系建设工作内容,印发《衡南县住建局关于公平竞争审查工作制度及流程的通知》,全面开展规范性文件清理,对现行涉及经营主体经济活动的政策措施进行全面清理审查。

同时,依托新媒体和电子屏等载体,开展多种形式的经营主体经济公平竞争审查宣传活动,发放《公平竞争审查工作手册》200余册,在政府门户网站公示《关于涉及市场主体经济活动公平竞争审查投诉举报受理方式》,营造了良好的舆论氛围和市场营销环境。

积极推动园区赋权工作,实现“园区事园区办”

如何实现“园区事园区办”?衡南县住建局与该县产业开发区签订授权委托书,赋予该县产业开发区政府投资项目初步设计审批、建设工程施工许可证核发、建设工程竣工验收备案等24项权限。

同时,帮助该县产业开发区办理了湖南省工改系统住建局审批账号,并就赋权事项制定办事指南,对办理流程、申报材料、承诺时限等方面进行了全面梳理,确保赋权事项“放得下、接得住、管得好、能监督”,切实助力园区优化营商环境,助推高质量发展。

(肖敏 李永晖)

南县把“问题清单”变成“责任清单”“发展清单”

10月27日,在南县南洲镇兴盛路,“红邻骑手”彭意将送餐车停在停车位后,拿着手机折返桂花广场前门,将存在安全隐患的下陷井盖拍照发送到网格群内,并将反映的问题及定位同步发送到群内。不到一小时,社区联合城建部门对下陷“问题”井盖进行了更换,同时对周边的井盖进行“大体检”,确保群众出行安全。

“平时在大街小巷穿梭,发现公共设施损坏、卫生死角等问题,不知道向谁反映,现在有了反映的渠道就能及时得到处理了。”彭意表示,能够利用自身优势在服务群众上发挥一点作用,为社会治理贡献力量,他感到很自豪。目前在南县像彭意这样热心的“红邻骑手”有50

余人,他们是活跃在城市每个角落的新就业群体代表,更是基层治理中不可或缺的力量。

据悉,为更好地发挥两新组织党员的作用,南县坚持以问题为导向,将“红邻骑手”与片组邻“三长制”工作有机结合,发挥新就业群体走街串巷、熟悉地情人情的优势,激活“红邻骑手”的流动探头作用,开展“随手拍、随手报”活动,以“小切口”撬动“大治理”,推进全县新就业群体党建与小区党建融合共建,更好地发挥新就业群体充当城市社区的“邻长”,有效打通城市基层治理循环末梢,着力办好身边小事。目前,通过“红邻骑手”“随手拍、随手报”活动已有效解决交通隐患、食品安全、垃圾堆放和治安事

件等影响群众生活的身边事19件。

南县深入开展调查研究,切实把“问题清单”变成“责任清单”“发展清单”,让学习成果转化为推动经济社会高质量发展的生动实践。通过分类分层级,精准指导,对学校、医院、两新组织等不同类别,突出问题导向,找准问题症结,着力解决群众最关心最直接最现实的利益问题。截至目前,全县已设立了1011个党员示范岗、党员责任区,组织9972名党员开展了承诺践诺活动,组建了237支党员突击队,5742名在职党员到社区服务群众,开展了690次党员志愿服务活动,为群众解决了474个问题。

(张建宋梅)

周佳 丰敏 严春

2023年湖南省政府工作报告提出,今年要聚焦打好“发展六仗”,其中第一仗就是“经济增长主动仗”。

使命重若千钧,目标催人奋进。自省政府开展打好“发展六仗”以来,怀化市洪江区深入贯彻省委省政府行动部署,聚焦自身区位优势,内强产业链,发展循环经济,外拓海外市场,打造产业发展新模式,加速构建“3+2”特色现代产业集群,以实干实绩交出了打好经济增长主动仗的优异答卷。

抢抓机遇高位谋划 构建特色产业集群

现代化产业体系是现代化国家的重要标志,是探索强国富民现代化新路子的重要抓手。

洪江区牢牢把握住湖南省抓产业项目建设、稳经济增长的历史机遇,在贯彻怀化市“实现产业链式集群发展,形成‘5+N’现代化产业新体系”相关部署的前提下,立足资源禀赋和现有发展基础,不断优化调整产业结构,着力构建具有洪江区特色的“3+2”现代化产业新体系,推进现代农业、服务业与制造业深度融

合发展,打好经济增长主动仗。

按照规划,洪江区将聚焦精细化工产业链,着力延链补链强链,做优做强文旅产业,加大招商引资力度,推动产业集群集聚发展,打造经济增长的强劲引擎——

全力培育“链主企业”,构建精细化工产业链,引领产业集群。设立了支持产业链发展的“资金池”,并撬动社会资本投资产业链关键环节和细分领域,把“链主”做大、链条做长、价值做高,打造了以恒光股份为“链主”的精细化工新材料特色产业集群。恒光股份于2021年在深交所成功上市,成为怀化市第一家本土成长的上市企业;2022年,该集群被评为湖南省级中小工业特色产业集群核心承载园区。

“真金白银”推动文旅产业高质量发展。发布了《洪江区文旅产业发展奖励办法(暂行)》,洪江区财政每年统筹

安排不低于1000万元的文旅产业发展专项资金,用于品牌创建、送客人洪、业态培育、宣传营销、文学艺术创作、人才培养和服务质量等文旅产业奖励;全面启动洪江古城国家AAAAA级旅游景区创建工作,把国家AAAAA级旅游景区创建工作作为中心工作来推动,组建专班,确保在2025年成功创建国家AAAAA级旅游景区。

“链”式崛起,蓄势待发。目前,具有洪江特色的精细化工新材料产业链、新能源及其装备产业链、现代畜牧产业链3条重点产业链,文化旅游业、商贸物流业2个特色产业,正迎来发展的强劲势头;精细化工新材料产业链现有规模以上精细化工企业15家,1-9月实现总产值24.29亿元;新能源及其装备产业链1-9月实现产值9978万元,同比增长59.01%;通过怀化陆港发运班列及跨境卡班489个标箱,累计实现进出口总额

18617.7万元,同比增长96%。

立足优势引大培强 跑出高质量发展加速度

一个高质量项目投资落地,便是一个新的经济增长点。

洪江区瞄准项目建设这个关键着力点,加快构建循环经济体系,推动经济更高质量发展。

——成立高规格产业链工作专班,全力加强对产业链建设工作的调度。不仅成立了洪江区打好经济增长主动仗工作专班,还成立了洪江区推进“5+N”现代化产业新体系建设领导小组,并针对每个产业链和特色产业,组建了产业链工作专班,对重点项目安排专人对接,全程跟踪服务。

——推动企业专精特新发展。摸底拥有核心技术的成长性好、专业化水平

高、创新能力强的企业作为重点培育企业,引导企业加快转型升级。截至目前,成功申报湖南省新材料中试平台1家。

——加快数字化转型升级。引导企业大力发展工业数字经济,着力提升制造业数字化、网络化、智能化水平。截至目前,精细化工链上企业新增省级制造业“三化”重点项目2个,“5G+工业互联网”示范工厂1家;怀化洪江化工新材料特色产业园区安全环保及公共服务平台之安全环保一体化平台项目和离子膜氯碱车间智能化及数字化应用项目2个项目已纳入湖南省“数字新基建”100个标志性项目,怀化市仅有3个项目入选。

——紧扣链式服务,不断完善配套设施,为企业高质量发展培育营商环境沃土。先后投入资金近5亿元,完成产业园区企业服务中心、企业间配套综合输送管廊体系等基础设施建设,不断提

升产业集群发展的承载能力;持续深化“放管服”改革,139项审批事项对园区实行服务前移或帮代办,最大限度减环节、压时间、降成本;出台《洪江区常态化“送政策解难题优服务”助企纾困行动工作方案》,主动解决企业突出问题300余个。

在这一系列“组合拳”的强有力推进下,一项项惠企政策落到实处,一个个项目落地见效增添产值。

据统计,1-9月,洪江区规模工业增加值增速11.4%,排怀化市第4位;恒光科技投资1.5亿元在老建厂,成为怀化市最大的境外投资项目,今年1-9月新增投资1226万美元,完成年度任务的408%,排名怀化市第一。

这些数据是洪江区聚力高质量发展、打好经济增长主动仗的最佳注解,也是洪江区持续打好经济增长主动仗的最强底气。

瞄准最新目标,攀登更高山峰。洪江区将以更“稳”的步子、更“进”的姿势、更“高”的目标、更“新”的创意,打好经济增长主动仗,书写全新的经济高质量发展新篇章。

奋进在三湘