

# 慢性病正在侵犯男性的健康 请给你的“他”更多关怀

星报讯(朱沛炎 记者 王松青)今天是第11个男性健康日,其主题为“健康、家庭和和谐”。记者在采访中发现,很多成年男性,特别是城市白领,承受着来自多方面的压力,一些原本只有老年人才会患上的心脑血管疾病、泌尿系统疾病、骨科腰椎劳损等慢性病正逐渐侵犯着都市年轻男性的健康。

加关注,做到生活有规律,经常锻炼,多吃蔬菜水果等富含维生素的食物,少食用高盐、高脂、高糖的油炸、腌制、蜜饯类食品,保持积极乐观的心态,注意劳逸结合。一旦出现头晕、头痛、胸闷、心慌等症状切不可马虎大意,应及时到正规医院进行检查治疗。

## 泌尿系统疾病“惹上身”

泌尿系统疾病作为影响男性健康的重要疾病之一,因其发病率高、治疗疗程长、发病年龄段广、对生殖系统迫害大等特点,给不少患者及家庭带来无限烦恼。据合肥市二院泌尿外科全墨泽主任介绍,都市男性患泌尿系统疾病的人数正逐年上升,大多与不健康的生活方式有关。通宵达旦的应酬、烟酒过度、喜食辛辣刺激的食物、长期疲劳等都会导致身体免疫力下降,最终患上尿路感染等生殖泌尿系统疾病。

## 心脑血管疾病频袭精英男

三十几岁的小伙子突发心源性猝死、40岁正值壮年却得上了脑中风……这样的例子并非少数。据合肥市第二人民医院急救医学中心内一科主任医师朱求庚介绍,近几年来,心脑血管疾病正趋于年轻化。过大的工作压力、高强度的工作量、不健康的生活方式以及遗传因素、环境因素等都是导致疾病产生的原因。

专家建议:人到中年须对自身健康更

专家提醒:当出现腰痛、尿液异常或排尿时有尿频、尿急、尿失禁等症状时应及时到正规医院就诊,在选用药物治疗时,应避免长期过度使用抗生素。

## 久坐不起腰椎很“受伤”

长时间伏案工作,容易导致腰椎间盘突出、腰椎劳损、腰椎退行性病变等。

专家提醒:长期坐在办公室的白领男性,如在日常弯腰取物或无明显诱因的情况下出现腰痛、腿痛时,应当及时到医院检查诊断。

在生活中也可采用多变化体位、坐姿,增加适量的有氧运动,加强腰背肌及椎间盘韧带的锻炼,及时补充钙质来缓解不适症状。建议每天做一次仰卧起坐,每次10~15分钟左右,动作缓慢,以无感任何不适为标准。

## 信息快读

### 学驾驶可选“佳”教练

星报讯(记者王玉) 昨日记者从省运管局了解到,我省正在公示“十佳驾校”“百佳教练员”评选结果,自10月27日至11月2日市民可通过运管部门官网、媒体了解情况。待结果公布后,学车的学员就可以选择“十佳驾校”或“百佳教练员”学习驾驶。据悉,公示名单中,合肥有2家驾校榜上有名。

### 旅游客运车 请选这7家

星报讯(胡龙生 记者 董艳芬) 记者从合肥市旅游局获悉,省公路运输管理局日前公布了全省道路旅游客运公司2009年度质量信誉考核结果,其中合肥7家具有旅游客运资质的企业通过考核。

据了解,这7家具有旅游客运资质的企业分别是:安徽省友谊外事旅游汽车有限公司、合肥客运旅游汽车有限公司、安徽省新青年旅游汽车有限公司、安徽省合肥汽车客运有限公司旅游客运分公司、安徽海佩假期旅游汽车有限公司、安徽省九州外事旅游汽车有限公司、安徽省交通集团飞雁旅游客运有限公司。合肥市旅游质量监督投诉中心提醒各旅行社,为保障游客人身安全,需谨慎选择有资质、质量信誉好的道路旅游客运企业合作。

### 考研预报名还剩4天 现场确认不再补办

星报讯(记者 桑红青) 我省今年研究生报名工作接近尾声,合肥市招生考试院昨天提醒,网上预报名时间将在10月31日22:00结束,现场确认报名时间为11月10~14日,逾期不再补办。

据介绍,除应届生以外的其他考生报名时间为10月10~31日,每天报名时间为9:00~22:00(逾期不再补报,也不得再修改报名信息)。合肥考试院相关负责人表示,该院仅接收合肥市户口的应届毕业生或学籍在该市高校的应届生报名。报考中科大、合工大、安大三所学校的考生,可直接选择这三所学校作为报名确认点。

另外,所有考生均须到报考点现场确认网报信息,并缴费和照相。报考点现场确认时间为11月10~14日,逾期不再补办。现场确认程序:历届考生持本人合肥市户口本、有效身份证件(限“居民身份证”、“军官证”、“文职干部证”、“军校学员证”)、学历证书,应届本科毕业生持学生证、网报编号,由报考点工作人员核对,考生确认本人网报信息。考生按规定缴纳报考费。报考点按规定采集考生本人图像信息。考生也可致电合肥市考试院电话:0551-2838908,2838907咨询相关事宜。

## 想上自主招生院校 至少76所可选

星报讯(邓翔 记者 桑红青) 记者昨天从有关部门获悉,2011年自主招生将全面启动,预计今年国内共有不少于76所高校来皖招生,我省自主招生的相关政策也将陆续发布。

我省进行自主招生的院校只有76所。据透露,今年教育部还有可能新批准一批自主招生学校。预计2011年在我省进行自主招生的学校不会少于去年的76所,其中中科大、合工大两所高校仍将在自主招生院校之列,也将是我省“招生大户”。

考”制度。2011年,自主招生政策又一次改变,在去年的清华、中科大等5所学校的基础上,浙江大学也加入自主招生联考的队伍,“五校联考”演变为“六校联考”。预计今年其余高校也会适当调整政策,但整体不会有大的调整。预计明年自主招生考试时间还将集中在明年1月中下旬,考生可登陆相关高校网站了解具体信息,报名一般通过网上报名,填写详细资料,参加所填报院校组织的考试。

### 招生政策陆续发布

记者昨日从各自主招生院校招办获悉,2010年全国获得自主招生资格的院校共有80所,其中云南大学、广西大学等4所新增高校没有面向我省招生,实际今年在

### 考试或在明年1月中下旬

据相关负责人介绍,自主招生政策每年都会出现调整,今年有北大的校长推荐制、清华和中科大等5所高校的“五校联

## 合肥公交11条线路执行冬季服务时间

星报讯(李克武 陶波 记者 江亚萍) 根据秋冬季节特点和乘客出行的变化规律,经上级批准,合肥公交集团公司自11月1日起,对25路、26路、123路、301路等11条公交线路的首、末班发车时间进行调整。

线路	首末站	服务时间	说明
301	安徽涉外学院—火车站	涉6:00~19:30 火6:00~19:30	首、末站末班车均缩短30分钟
26	滨湖寿春中学—安大新区	滨6:00~19:00 安6:00~19:00	首、末站末班车均缩短30分钟
602	安徽财贸学院—烟墩镇政府	安6:30~19:30 烟6:00~19:30	首、末站末班车均缩短30分钟
608	芙蓉路公交站—八公山路	芙6:30~19:00 八6:30~19:00	首、末站末班车均缩短30分钟
618	芙蓉路公交站—临湖社区	芙6:30~19:00 临6:30~19:00	首、末站末班车均缩短30分钟
46	市府广场—双墩公交站	市6:10~22:00 双5:50~21:30	双墩站末班车缩短30分钟
123	市府广场—合钢影院	市6:00~21:00 合6:00~20:30	合钢影院站末班车缩短30分钟
603	邵大郢—丰乐生态园	邵6:30~19:00 丰6:30~19:30	首、末站末班车均缩短30分钟
25	红樱桃工业园—滁州路	红5:50~19:00 滁6:10~19:30	首、末站末班车均缩短30分钟
124	公交四公司—公交四公司	6:00~20:00	首、末站末班车均缩短30分钟
10	梦园小区—火车站	梦6:00~22:00 火6:00~22:00	火车站末班车缩短30分钟

## 基层医疗机构必须 网上购“中标药”

星报讯(记者 王松青)记者从省卫生计生厅获悉,276种药品作为国家基本药物的补充药品,现已公开招标采购,本次招标采购药品价格比国家指导价下降了52.8%。今后,我省基层医疗卫生机构看病开药选择空间更大,老百姓将享受到更多实惠。

此外,基层医疗卫生机构将把紧“药品采购管理关”,所有基本药物全部实行全省统一招标,网上集中采购,各基层医疗卫生机构必须通过省医药集中采购平台采购中标药品,不得网下采购或采购非中标药品,确保患者享受到基本药物的实惠。采购时应实行按月采购,月初根据药品销售和库存情况编制药品采购计划,原则上每月采购次数不得超过3次,急救等特殊药品可应急采购。村卫生室和社区卫生服务站的药品采购计划,须由其隶属的乡镇卫生院和社区卫生服务中心审核后,统一提交省医药集中采购平台。

## 安徽首座廊桥式商业街——金山廊桥项目26日盛大开盘

2010年10月26日,安徽第一座廊桥式商业街——金山廊桥项目在岳西县天堂镇举行盛大的开盘仪式。

据悉,金山廊桥是安徽瑞鑫置业有限责任公司于2010年在岳西的扛鼎之作,项目整体建筑面积约为8000m<sup>2</sup>,四部自动扶梯,仿古廊桥建筑,全长128米,宽38.6米,是中国乃至

世界最宽的廊桥。

金山廊桥将以“中国廊桥宽幅之最”、“大别山人文景观之最”、“安徽廊桥华贵之最”、“岳西24小时不夜高街”为特色,将成为岳西县乃至整个安徽省的一大视觉景观,并创造了中国第一座“桥上商业街”。同时将成为岳西新的商业中心,地标性建筑。

金山廊桥徽式仿古建筑,以多重价值体现为主体。兼容了人文、景观、休闲娱乐、购物等四维功能商业街区;多重业态并举,一层可经营特色服饰、地方特产;二层可经营茶楼、高档歌厅、休闲服务;三层可经营商务会所、文化产品、展馆、高档茶艺等。

