

低温降雪冰冻天气
老人要当心

■记者 曾雨 特约记者 龚伟

本报讯 低温降雪冰冻天气,老人要当心心脑血管疾病。近日,62岁的马先生就因胸痛入院,诊断为急性心梗,所幸经市中西医结合医院胸痛中心紧急处置,转危为安。

1月23日上午9时15分,62岁的马先生因胸痛10小时伴全身大汗,到市中西医结合医院急诊科就诊。胸痛中心值班医生紧急为其完成心电图、床旁心梗三项快速检测(POCT),急诊完成胸部增强CT排除主动脉夹层,考虑为急性心梗。

很快,医生告知患者家属病情及风险,目前最佳治疗方案是快速开通血管,挽救心肌,家属知情后同意手术。

随后,患者绕行病房直达导管室,介入团队配合默契,操作娴熟,于10时10分成功开通了血管。术后,患者胸痛症状消失,情况明显好转。得益于患者对胸痛心梗凶险的认识和治疗的配合,以及医院多学科协作,患者从入院到冠脉血流恢复不到一个小时。

据了解,老年人血管弹性差,气温急剧变化会带来血压波动,刺激血压升高、心率加快,容易诱发心绞痛、心梗,特别是患有高血压、高血脂、糖尿病的人群更要警惕。

未来几天,我市将经历暴雪低温天气。医生建议,老年人要注意防寒保暖,防止寒冷侵袭;要定期进行心血管系统检查,在医生指导下规范用药,切不可随意停药。下雪、化雪时,天气格外寒冷,患有心脑血管疾病的老人最好不要外出。一旦出现胸闷胸痛、血压升高等不适,要及时就诊。

孩子吃的饭菜到底如何放盐、放糖?

盐、糖是我们生活中不可或缺的调料,家长该如何合理地添加到孩子的食物当中?

在我国居民的饮食中,食物含有的糖类已经够我们所需,如淀粉类、水果等,含有的果糖、葡萄糖、麦芽糖等,它们在体内代谢最终产物是水和二氧化碳,为机体提供能量,但是多余的会转变为脂肪,故不用另外摄取。

■据《北京青年报》

如何减少给孩子做饭时盐、糖的用量?

我国推荐的健康成人每天吃盐不超过6克,儿童应根据其能量需求,将建议的成人最高盐摄入量相应下调。

而目前,我国大部分居民都吃了太多的盐。这些盐来自各种加工食品如方便食品,咸肉、火腿和香肠等加工肉类、奶酪、咸零食和方便面等,以及各种调味料。

就目前我国儿童盐和糖的摄入量而言是不用额外添加的,相反,还需要控制其摄入量。如使用带刻度的盐

勺,计算一下全家人的调料用量。

在烹调食物过程中,限制使用含盐食品配料,如鸡精和各种酱类调味品,比如甜面酱、豆瓣酱、黄酱、日本酱、各种香辣酱和加饭酱。假如菜肴当中使用这些调味品,就要相应减少食盐的量,甚至不放食盐。

另外,在准备食物阶段不加盐糖、餐桌上不放盐糖罐、限制咸甜零食的消费、选择添加糖和钠含量较低的产品、少喝含糖饮料等,都是有效控制盐糖量摄入的措施。

1-3岁孩子的饭菜需不需要加盐?

这需要看孩子是否能够通过食物获得充足的钠。

1-3岁的孩子钠的适宜摄入量是700毫克每天。与周岁内的孩子相比,1-3岁的孩子食量相对增加,通过食物摄入的钠也相应地增加。再加上孩子会逐渐尝试家庭膳食,钠的摄入量就大大增加了。

另外,1岁后的孩子都或多或少地会吃一些加工食品,比如果冻、冰淇淋、糕点等,这些食物在加工时不仅会加盐,有的还会加入含钠的辅料,这会让孩子不知不觉就摄入过量的钠。



招聘公告

因业务工作发展需要,武汉光谷联合产权交易所十堰产权交易有限公司(以下简称“拟用人公司”)委托我公司现面向社会公开招聘1-2名工作人员,相关要求如下:

一、招聘岗位
市场部业务经理

二、招聘条件
政治品德过硬,36周岁以下,男女不限,大专以上学历以上可优先聘用;有经纪行业(包含但不限于股票经纪、房产经纪、车辆经纪等)工作经验者优先;特别优秀者年龄可放宽。

三、薪酬待遇及劳动关系
1、薪酬待遇实行底薪3000元+五险+业务提成+其他福利;
2、与我公司签订劳务合同,由我公司发放底薪和五险;认可拟用人公司关于业务提成和其它福利方面的绩效目标,工作时间相对灵活,但必须接受公司的统一管理;

3、对于工作业绩十分突出的,经过严格的考核政审等程序可聘为拟用人公司的正式员工;

4、试用期为1至2个月,在试用期内由我公司发放基本薪酬,对于工作业绩不明显的,拟用人公司可直接与我公司解除合同关系。

四、报名须知
1、报名材料:个人简历、有效居民身份证正反面复印件、最高学历证书复印件、相关资格证书复印件,近期免冠2寸彩照2张等材料。
2、时间:2022年1月27日至2022年2月27日;
3、方式:报名材料扫描件发至邮箱290398050@qq.com,或前往上海路金座广场写字楼5楼湖北瑞峰商务服务有限公司提交资料现场报名;
4、此公告由用人公司武汉光谷联合产权交易所十堰公司负责解释,咨询电话:0719-8615513。本公告中有些特定语言表述理解可以面谈。

湖北瑞峰商务服务有限公司
2022年1月26日

武汉光谷联合产权交易所十堰产权交易有限公司
会员征集公告

武汉光谷联合产权交易所十堰产权交易有限公司是全省产权交易市场的重要组成部分,是经省政府行文批准成立的,十堰市唯一的国有产权指定交易机构,是建设鄂西北地区多层次资本市场的基础平台,按现代化企业制度建立的全资市属国有企业。

公司经营范围为:为各类产权(包括但不限于股权、债券、动产、不动产等)交易、科技成果(知识产权)交易提供场所、实施和信息发布服务;非上市公司股权托管;信息咨询、改制策划、资产处置、产权经纪、培训辅导、财务顾问服务。

为进一步助推企业发展,繁荣壮大鄂西北产权交易市场,提升平台综合服务实力,特面向社会征集会员单位建立合作关系,促进多方共赢,现就有关事项公告如下:

一、会员类型
(一)经纪会员:是指在我司场内从事各类产权交易转受双方经纪代理或撮合交易等业务的法人机构或其他组织。
(二)服务会员:是指从事审计、评

估、法律、工程造价、招投标代理、金融中介等专业化服务的法人机构或其他组织。

二、会员申报
申报条件及资料明细请前往我司官网或关注微信公众号查阅。

三、征集时限
本次会员征集的时限为2022年1月27日至2022年3月31日,办理入会申请的单位请在此期间内将相关资料递交给我司。

四、注意事项
拟申请入会的单位,请于2022年1月30日后登录我司网站或官方微信公众号详细了解相关事项,并下载相关文件。

通过会员资格认定的单位,我司将与其签署入会协议,颁发会员资格证书及会员手册,不定期开展相关培训;并根据业务需要,对会员单位提供政策优惠、后续业务指导和服务支持。

咨询电话:
刘先生 13307282016
杨先生 18772979737
2022年1月26日