

# 战低温 保安全

## 做好民生服务保障 确保城市安全运行

赵云海调研督导我市防御低温雨雪冰冻天气工作

本报讯（全媒体记者 梁山泉 通讯员 周静）1月22日，副市长赵云海先后来到张家界市中燃城市燃气发展有限公司、张家界市自来水有限责任公司、市城管局，调研督导我市防御低温雨雪冰冻天气工作。赵云海认真听取相关工作汇报，详细了解我市天然气供应和储备、自来水保供情况，督导城管系统防御低温雨雪冰冻天气工作情况。他强调，针对此次低温雨雪冰冻天气，要提高思想认识，严格落实省市有关应对极端低温天气工作要求，切实

增强做好低温雨雪冰冻天气民生服务保障工作的紧迫感和责任感；要切实做好研判，制定应急方案，全面落实各项工作措施，做好各项应急准备；要严阵以待、时刻警觉，做好统筹协调，保障市民用气、用水需求，防止断供情况发生；要确保城市道路畅通无阻，做到 重要时间、重要地段、重要人员 值班值守，确保城区道路无积雪，桥梁不结冰 ；要全力做好民生服务保障，确保城市安全运行和市民正常生产生活秩序。

## 打好冰雪 攻坚战

慈利县高峰土家族乡 鏖战 冰雪护平安

陈梦群

1月21日，全省迎来极端冰冻天气。慈利县高峰土家族乡位于慈利县西北部，平均海拔达800余米，是典型的高山高寒气候，平均气温比慈利县城低4-5℃。面对严寒天气，高峰土家族乡迅速启动应急制度，组织党员坚守岗位，积极响应号召，充分发挥了先锋模范作用。

未雨绸缪管交通：打好24小时 前瞻战

省道S518从高峰土家族乡贯穿而过，沿路经过高峰街道、高峰村、鸳鸯池村等地，因此保障道路安全成为此次行动的重中之重。

21日上午11点，省道沿线熊家庄路段组织交警封路并撒布融雪剂，高峰土家族乡值班党员联合执法队员组成一支巡逻队，在省道S518沿途进行交通管制，提示过路车辆结冰路段禁止通行。晚上12点，由主要领导干部带队在省道沿途进行巡逻，为夜晚的道路安全再添一份力。

统筹兼顾清路障：打好8小时 突围战

夜晚的宁静刚过，积雪还未化冰，正午来临前的几个小时成为清扫积雪的黄金

时段。22日上午，高峰土家族乡政府和各村积极组织党员开展道路积雪清扫志愿服务，为群众安全出行保驾护航。

大爷，这么冷的天就把手头的事故放，现在天气这么冷，路都结冰了，开车容易打滑。下午2点，鸳鸯池村一名党员耐心劝说一位开三轮车的群众。

各村积极组织党员志愿者开展交通劝导志愿服务，对过路行人和农用车辆进行安全提示，成为冰天雪地中一道靓丽的风景线。

驰而不息送温暖：打好N小时 后勤战

为确保困难群众生活质量，康乐村紧急组织党员对困难群众进行了入户走访，帮助部分群众送来干柴、食物等紧缺物资，解了他们的 燃眉之急。

幸好你们来了，我们这里出不去也进不来，柴火也快没了，这几天可能取暖都成问题。一位监测户村民拉着村干部的手感动地说。

冰雪天气还在持续。下一步，高峰土家族乡将继续凝聚党员力量，发挥带头作用，做好极端天气应对工作，为确保出行安全、减少冰雪灾害影响、保障群众温暖过冬持续助力。

本报讯（通讯员 邓婕 周雅琴 廖秋萍） 下雪了！你看这个雪花真大！ 我这是尹家溪，雪好大！ 快来天门山上看雪景！抖音上一条关于落雪的视频不断地更新着。1月21日，我市新年首场降雪按预报结论如期而至，雨雪冰冻天气的气象服务工作也在有条不紊地进行。

张家界市气象台2024年1月22日10时16分发布道路结冰橙色预警信号：目前永定区、武陵源区、慈利县、桑植县路表温度低于0℃，预计未来12小时将出现对交通有较大影响的道路结冰，请加强防范。自1月18日起，市

市气象局：

## 气象服务护平安

气象台通过12379预警短信向社会公众发布重要警示信息3期5197人次，预警信号6期21县次27954人次。其中，大风蓝色1期4县次5293人次，大雾橙色1期1县次2519人次，道路结冰黄色2期8县次9996人次，道路结冰次橙色2期8县次10146人次。

根据全市自动气象站数据监测，1月21日08时至1月22日08

时，全市普降中雪，高山大雪，桑植、永定、慈利国家站降水量分别为1.5毫米、4.0毫米、2.1毫米，积雪深度分别为桑植1厘米、永定6厘米、慈利4厘米，高山积雪深度5~10厘米。22日08时全市126站气温低于0℃，最低天门山站-10.8℃。

气象专家提醒：22日受高空低槽和地面冷空气影响，全市小

雪转阴天，有冰冻；23日多云间晴天，高山有冰冻；24日多云间阴天，高山有冰冻；25日至26日阴天间多云；27日受高空短波槽影响，有分散小雨雪。气象专家建议：须注意防范道路结冰、积雪及低能见度对交通、农业、电力、能源保供等方面的不利影响；气温持续偏低，注意用火用电用气安全，严防火灾和煤气中毒事故；农业方面需加强油菜、蔬菜的田间管理，以防防水结冰造成冻害；做好蔬菜等农业设施大棚管理，及时清除积雪，柑橘等经济林果需注意做好树枝除雪。

永定区妇幼保健院：

## 医 路温情保安全

本报讯（通讯员 李勇）大雪纷飞，将张家界装点得银装素裹的同时，也给来院就诊的患者及家属带来诸多不便和安全隐患。为保障患者就医安全，1月22日，永定区妇幼保健院 以雪为令，第一时间启动应急预案，迅速部署，多措并举，在风雪中构筑起一道道 温暖屏障。

当天一大早，该院便安排安保人员及时对院内路面、停车场、食堂等区域进行扫雪除冰，在斜坡、台阶、出入口等易滑路段铺设防滑垫，并设立地滑警示标识，提醒大家注意安全，防止意外摔倒。同时，为做好冰冻低温应急处置，该院严格落实24小时在岗值班制度，做好医疗护理应急救援准备，确保医院药品的正常供应和医疗用车的及时调度；加强重点部门、重点设备的安全巡查，保持道路、交通通畅安全，对供暖管路、供水管道、消防供水管网等关键部位、设施进行了重点排查，及时发现和消除安全隐患；加强宣传动员，通过多种途径宣传医院措施和冰冻天气注意事项，做好就诊患者防摔、防滑和医院职工人身安全的宣传工作。

室外是漫天飘雪的寒冷，医院各科室医护人员则是热火朝天的忙碌。前来就诊的患者络绎不绝，分诊台的导诊人员始终保持耐心和细心，细致解答患者的疑问，同时有序进行分诊。全院上下将密切关注天气变化，全力做好保障医疗安全、消防安全、交通安全等工作，为群众提供更加优质、安全、高效、舒心的就医环境和医疗服务。

慈利县公路人：

## 雪夜清运倒塌树

本报讯（通讯员 朱波 唐辉）县公路局吗？零溪这边主公路上倒树了，车辆过不得了！1月22日凌晨1点，慈利县公路建设养护中心值班电话骤然响起。

接到报警电话后，养护中心工区长宋华文立即带领4名应急抢险养护人员赶往出事路段。凌晨1点40分，养护人员到达省道S238线14+200事发现场，发现一颗约水桶粗的老白杨树被风吹倒横在公路上，来往车辆通行受阻。野外大雪纷飞，抢险人员当即截锯和砍枝，经过2个小时的加工作业，路上树木全部清运干净。在赶来执勤交警的配合下，于凌晨3点恢复了交通。



李才意 摄

1月22日，我市迎来今年首场降雪，市交警支队直属一大队、永定区交通管理局在那大公路开展除雪作业，并为来往的车辆安装防滑链。

张家界高速：

## 打好抗冰保畅战

本报讯（通讯员 龚庆）1月19日14时，湖南启动低温雨雪冰冻灾害Ⅳ级应急响应。为做好低温雨雪冰冻灾害天气防范应对工作，湖南高速集团张家界分公司结合往年经验，迅速行动、提前部署，全力保障人民群众安全出行。

张家界分公司结合辖区路段实际情况，制定《2023-2024年抗冰保畅工作实施方案》，并且针对辖区特殊钢结构桥梁茅岩河特大桥单独编制了针对性的预防

和应急措施。该公司坚持 机械为主、人工为辅 的原则，加大环保型融雪剂的使用力度，把握洒布最佳时机，提高抗冰除雪工作效率。同时，充分发挥 一路多方、协同作战 工作机制，健全完善与高速交警、消防、施救等部门联动协作机制，确保快速应对突发事件，充分发挥党员先锋队、青年突击队作用，持续做好服务保障，为司乘提供志愿服务，让旗帜飘扬在抗冰保畅第一线。

国网张家界供电公司：

## 优质服务暖民心

本报讯（通讯员 黄峰）喂，你好，是熊所长吗？我家有个灯泡突然不亮了，能不能麻烦你到我家来看看。1月21日一大早，正在寒风中进行线路设备巡视的国网张家界供电公司刘家坪供电所所长熊武，接到了刘家坪白族乡新阳村村民熊廷培的电话。

熊廷培是一名70多岁的留守老人，子女都在外务工。备好了腊货等子女回家的老人在火坑烤火时，灯泡突然熄灭，老人更换了灯泡，却依旧不亮。他尝试

着拨打供电所宣传册上的电话号码，一拨就通了。接到电话后，熊武和同事王学力立即往熊廷培家里赶。来到老人家家中后，两人仔细检查，发现老人家中部分线路存在老化、接触不良等情况。两人换掉老化的线路，接好线，换上新灯泡，灯瞬间就亮了。真是太谢谢你们了拉着熊武的手，熊廷培老人感激地说。马上要下大雪了，在寒潮期间在家更要注意用电安全，有

截至目前，张家界高速储备融雪剂450吨、除雪车4台、滑移清扫车2台、装载机4台、融雪剂洒布机9台、其他设备车辆17台、热再生加热机组2组，摆放安全锥筒22042个。当前，该公司正不断加大道路巡查频次，实时关注动态天气变化，做好低温地区融雪剂预撒布作业等准备工作，做到快速响应、高效处置、保障有力，打赢抗冰保畅战。

永定区新桥镇：

## 撒盐除雪保畅通

本报讯（本报通讯员）1月21日晚，雪花纷飞，给群众出行带来了不小的困扰。为保障民众出行安全，永定区新桥镇党委、政府迅速反应，全镇各班子成员、全体值班干部、应急办工作人员、消防勤务人员投入到一线撒盐除雪工作中。

在作业现场，工作人员顶着寒风大雪，挥舞着铁锹，将一包包工业盐撒向路面，防止路面结冰。为有效保障交通顺

畅，工作人员对辖区内的交通要道、主要路段、桥梁、陡坡及急转弯等易结冰区域进行了重点撒盐。当晚共出动50人次，架设警示牌20块，撒工业盐2吨。截至1月22日清晨，全镇结冰影响正常交通路段仅2处。在镇、村两级应急力量的铲雪除冰行动下，在镇 两站两员 的交通秩序维护下，全镇公路通行不畅的情况已于22日10点全面解除，目前车辆畅通无阻。

永定区沅古坪镇：

## 铲雪除冰便民行

本报讯（通讯员 吴涇）1月21日，永定区沅古坪镇一夜之间白雪皑皑。为保障群众安全出行，沅古坪镇党委、政府吹响清雪除冰 集结号，发动党员群众、志愿者积极投入到铲雪除冰的行动中。

全镇机关党员干部拿着铁锹、雪铲等工具走上街头，对机关大院、便民服务中心门口等区域开展清理开展扫雪除冰行动。

与此同时，沅古坪镇还通过 天门清风 微信群、村村通、流动宣传车以及微信公众号等方式加强宣传引导，提醒群众大雪天气做好个人安全防护措施。下一步，该镇将及时跟进气象部门天气预警，持续做好雨雪天气的应急工作及除雪保障工作，全力为辖区内群众的安全出行保驾护航。

## 老人冬季胃肠道保健注意事项



杏林之窗

张家界市中医医院办

胃痛、腹胀、腹泻等。

对老年人而言，冬季胃肠道保健要注意哪些？专家提醒，保持规律的饮食习惯有助于维持消化系统的健康，建议老年人每天定时进食，避免过度饥饿或过饱；多样化的饮食有助于身体获取所需营养，老年人可以适当摄入蔬菜、水果、全谷类食物、蛋白质、坚果等；适度运动有助于促进肠道蠕动，改善消化功能。

刚锐特别提醒，胃炎患者应避免刺激性食物和饮料，如辛辣食物、咖啡、酒精等；胃溃疡患者需要避免过度油腻和辛辣食物；腹泻患者应保持清淡饮食；胃食管反流患者应避免甜、粘、膩的食物。

北京协和医院临床营养科主任于康提示，要遵循 食不过饱 原则，尽量保持食物清淡，少油少盐。此外，保持良好的生活习惯，包括充足的睡眠、减少压力、避免过度饮酒和吸烟等都有助于维持消化系统的健康。（据新华社）



近期，我国低温寒潮预警频发，由于空气湿度减小、过敏原增多、早晚温差变大，冬季成为哮喘病高发期。哮喘患者如何安然过冬？专家提示，为实现科学规范的疾病管理，对于哮喘患者而言，除自身日常采取防护措施外，接受规范化治疗也很重要。

哮喘是影响我国大众健康的主要慢性病之一。一项流行病学调查显示，我国约有4570万成人哮喘患者，且哮喘的患病率随年龄增长而增加。

首都医科大学附属北京朝阳医院呼吸与危重症医学科主任医师黄克武表示，我国哮喘患病率正逐年

## 远离 会呼吸的痛 专家支招哮喘患者安然过冬

上升。同时，其中55%至70%的哮喘患者处于控制不佳状态，影响其日间活动，造成呼吸困难、夜间憋醒、需使用急救药物，疾病负担严重。

针对这一现状，我们需要推动患者的精准化、规范化诊疗，帮助患者改善症状与疾病控制水平、降低未来急性发作风险，进一步缓解我国患者的疾病负担。黄克武说。

随着对哮喘研究的不断深入，其背后的炎症机制也逐步浮出水面。研究发现，2型炎症和哮喘发生发展表现关联密切。自2019年起，全球哮喘防治倡议（GINA）指南便以2型炎症对哮喘进行分类，分为2型和非2型哮喘，2型炎

症也成为哮喘患者用药与疾病管理的重要参考。

对于2型哮喘患者来说，天气冷和空气污染等是疾病的诱发因素，而背后更深层的发病机制可能是2型炎症居多。上海交通大学医学院附属第一人民医院呼吸与危重症医学科主任张昱说，在选用治疗方案时，也需要从根源出发，开展对因治疗，才能更好地控制哮喘发作。

如今，临床上用于治疗哮喘的有糖皮质激素和β2受体激动剂等多种药物。一些新型疗法近年来也陆续被应用到哮喘患者的治疗中，促进患者长期有效控制疾病。

目前，临床上可以通过血常规或在有条件的情况下采用FeNO

（呼出气一氧化氮）等检测手段，来进行识别患者是否属于2型哮喘。张昱表示。

中日友好医院呼吸与危重症医学科主任医师苏楠表示：在治疗方案的選擇上，建议哮喘患者根据个体不同的疾病情况，在医生指导下选择相应的治疗药物。如果2型哮喘的患者在应用吸入激素等基础治疗方案后，症状依旧得不到控制，需针对2型炎症因进行个体化治疗。

苏楠提醒，除了坚持长期规范化治疗，哮喘患者自身也应提高对哮喘疾病的认知，重视防护。在冬季，一方面要注意保暖，防止冷空气刺激气管，同时注意避免感染流感等呼吸道疾病；另一方面也需要保持室内空气流通，减少灰尘、烟雾、花粉等过敏原的接触，从而保持良好的健康状态，安然过冬。（据新华社）