

# 8月份我国物流业景气指数为51.5%

## 中国空军亮相埃及航展 运-20进行飞行展示



9月3日,在埃及阿拉曼开幕的首届埃及航展上,中国空军八一飞行表演队歼-10表演机进行静态展示,充分展现自信开放的风采。中国空军亮相3日在埃及阿拉曼

新华社北京9月3日电(记者 叶昊鸣)记者3日从中国物流与采购联合会获悉,8月份中国物流业景气指数为51.5%,较上月回升0.5个百分点。

业务总量指数保持扩张。8月份,业务总量指数为51.5%,环比回升0.5个百分点,继续保持在景气区间。分地区来看,东中西部地区出现均衡回升,东部地区、中部地区和西部地区物流业务总量指数分别回升0.7、0.3和0.3个百分点。

行业物流发展态势良好。暑期节假日消费物流需求带动电商快递快运业务快速增长,快递快运业务总量指数保持70.6%的高位,环比回升0.2个百分点,水运、休闲户外、体育娱乐产品等订单环比增长超过10%。超长期特别国债和地方专项债作用有效发力,带动形成基建投资实物量,道路运输业务总量指数、铁路运输业务总量指数分别回升0.7和0.8个百分点。工业物流中汽车及零部件制造、电气机械制造、

医药制造等物流需求增加,航空运输业、仓储业和多式联运板块业务总量指数分别达到57%、52%和52.5%。

企业经营改善保持微观活力。8月份,企业资金周转率指数大幅环比回升1.2个百分点,其中东部地区资金周转率指数回升到50%以上。物流服务价格指数环比回升1.4个百分点,分行业看,传统公铁水均有改善,道路运输业和铁路运输业物流服务价格指数分别回升0.6和0.3个百分点,水上运输业物

服务价格指数为43.7%,环比回升0.2个百分点。

中国物流与采购联合会总经济师何辉认为,8月份,随着促投资、稳增长各项政策逐步落实和部分地区极端天气影响减弱,产业链、供应链上下游联动加速,业务需求继续保持增长,扩张态势在延续。下半年各地惠企专项资金、引导资金和超长期国债项目形成政策利好,预期指数连续保持高位,反映出企业对后期保持乐观预期。

### 关于退还违规领取失业保险待遇的公告

请相关人员在本公告发布之日起10日内,将违规领取的失业保险待遇全额退回指定账户。逾期不退回的,将按照相关法律法规处理。详见二维码。

蚌埠市失业保险和就业管理服务中心 2024年9月4日



### 关于2024年市本级第一批失业保险稳岗返还发放不成功单位补充资料的公告

请第一批失业保险稳岗返还发放不成功单位及时按公告要求补充资料。详见二维码。

蚌埠市失业保险和就业管理服务中心 2024年9月4日



## 健康科普—脑卒中并非“卒”不及防

□刘伟 蚌埠三院急诊内科

随着生活节奏的加快和生活压力的增加,脑卒中已经成为影响人类健康的重要问题之一。脑卒中是一种严重的脑血管疾病,发病突然,发展迅速,严重威胁患者的生命安全和健康。为了让更多的人了解脑卒中,并及时采取救治措施,我们有必要提高大众对脑卒中的识别和应对能力。

### 1.了解脑卒中

脑卒中,又称中风,是指突发性的脑血管疾病,由于脑血管破裂或者堵塞导致脑部供血不足,从而引发脑组织的缺血性或出血性损害。常见的脑卒中类型包括缺血性脑卒中和出血性脑卒中,其中缺血性脑卒中是最常见的类型,占据了脑卒中的绝大多数。

### 2.脑卒中的危险因素

《中国脑卒中防治报告2019》指出,

我国脑卒中患者平均发病年龄在65岁左右。但目前来看,我国脑卒中总体发病年龄趋势呈现年轻化。

有一定慢性病基础,却不重视高血压、高血脂、糖尿病等是脑卒中发生的高危因素,但很多中年人并不知道,也不重视这些问题。有些中年人并不进行健康体检,等到发病瘫痪了才知道自己有高血压。有些人即便发现以后也不重视,总觉得自己年轻,能熬过去,吃点药就不管它。

重口味饮食、吸烟酗酒、高盐饮食是公认的高血压危险因素之一,同时可诱发脑卒中。而高糖、高脂饮食也不利血管健康。此外,吸烟会导致血管内皮功能紊乱,血栓生成增加。而有研究显示,大量饮酒可使脑卒中风险增加20%。

加班、熬夜、压力大、情绪激动也是诱发脑卒中的因素之一。长期精神紧张、焦虑必然造成交感神经兴奋,血管收缩

和痉挛,同时血管压力也会增加,造成血管内皮损伤、脂质沉积而导致动脉硬化。

肥胖,尤其是腹型肥胖超重和肥胖会增加脑卒中的发病风险。2018年一项研究发现,体重指数每增加5个单位,脑卒中风险增加110%。2020年12月23日,国家卫健委发布会上提到,6-17岁儿童青少年超重肥胖率接近20%,6岁以下儿童超重肥胖率接近10%。我国超重肥胖率上升速度较快,全人群都受超重肥胖影响。

### 3.脑卒中的征兆

- 1)突然出现一侧面部、手脚麻木的现象;
- 2)突然走路不稳、感觉头部眩晕(警惕后循环中风);
- 3)突然视物模糊、出现黑蒙、偏盲、复视;
- 4)突然说不清楚话、流口水、口角歪斜;
- 5)突然失语,讲不出话或者听不懂话;

懂话;

- 6)突然剧烈头痛;
- 7)突然感觉身体无力、活动不灵活;
- 8)突然昏迷,难以唤醒。

### 4.脑卒中的快速识别

“中风120”和“BE FAST”口诀是适用于民众的迅速识别脑卒中和即刻行动的策略。

- (一)、“中风120”口诀:
  - “1”代表“看到1张不对称的脸”;
  - “2”代表“2只手臂是否出现单侧无力”;
  - “0”代表“聆(零)听讲话是否清晰”。如果通过这三步观察怀疑患者是中风,可立刻拨打急救电话120。

- (二)、“BE FAST”口诀:
  - “B”——Balance是指平衡,平衡或协调能力丧失,突然出行行走困难;
  - “E”——Eyes是指眼睛,突发的视力变化,视物困难;

“F”——Face是指面部,面部不对称,口角歪斜;

“A”——Arms是指手臂,手臂突然有无力感或麻木感,通常出现在身体一侧;

“S”——Speech是指语言,说话含混、不能理解别人的语言;

“T”——Time是指时间,上述症状提示可能出现脑卒中,请勿等待症状自行消失,立即拨打120获得医疗救助。

### 5.脑卒中的应急处理

时间就是生命,脑卒中发生后,越早发现,越早治疗,愈后效果就越好。一旦发生脑卒中,需要尽快到最近的具备卒中救治能力的医疗机构接受规范救治。国家卫生健康委脑卒中防治工程委员会发布了“卒中急救地图”APP和微信公众号,群众可通过APP或公众号,明确获知身边具备卒中救治能力的医疗机构

### 6.脑卒中的预防

预防脑卒中是非常重要的。以下是预防脑卒中的一些有效措施:

脑卒中的预防可通过“合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡”的健康生活方式来预防。同时定期进行脑卒中危险因素筛查,做到早发现、早诊断、早治疗,对于预防脑卒中也极其重要。有相关疾病的患者应重点关注。高血压患者、高血脂症患者、糖尿病患者、房颤或有其他心脏疾病者在日常生活中应重点做好自身疾病的控制,谨遵医嘱,按时按量服药,若发现不适,尽快前往医院救治。

### 7.结语

脑卒中是一种严重的脑血管疾病,但通过及时识别、应急处理和有效预防,可以降低发病风险,挽救生命。希望大家能够加强对脑卒中的认识,提高自我防范意识,做到早发现、早治疗,共同为健康生活而努力!

## 阑尾炎手术后康复小知识

□李德玉 池州市中医医院(外一科)

纤维含量高的食物。为避免出现便秘问题,建议患者吃一些新鲜水果蔬菜、燕麦、全麦面包等膳食纤维含量高的食物。第四,确保体内水分平衡。阑尾炎手术后,建议患者适量饮水,确保体内水分平衡,一般建议喝温开水。第五,将少食多餐落到实处。阑尾炎手术后,建议患者少食多餐,减少每餐的进食量,增加进食次数,避免给胃肠道带来沉重负担。第六,避免食用容易产生气体的食物。阑尾炎手术后,不建议患者吃卷心菜、洋葱和大豆等易产生气体的食物,从而降低发生腹胀的风险。第七,避免食用容易引起患者过敏的食物。如若患者对某类食物过敏,阑尾炎手术后需避免进食此类食物,谨防过敏反应。第八,避免食用含咖啡因或酒精的饮品。阑尾炎手术后,不建议患者摄入含咖啡因或酒精的饮品,避免给胃肠道造成刺激。

### 二.术后活动

患者要谨遵专业医生指导、建议,完成相关活动,加速阑尾炎术后康复。一是休息、活动平衡。阑尾炎手术后早期,建议患者多休息,不可参与剧烈活动。不过长时间卧床也会增加血栓、肺部感染等并发症的风险,因此,进行适度的活动显得极为重要。二是开展早期活动。取得专业医生许可后,患者可以尝试在阑尾炎术后首日下床行走,以此加速胃肠功能恢复,同时降低发生并发症的风险。三是开展渐进式活动。得益于病情好转,患者可以有偿增加活动量,尝试进行一些家务活动和散步等,

不需要避免过度劳累。四是不可以长时间保持站立,也不可以长时间坐着不动。长时间保持站立或者坐着不动,易诱发各种问题,如血栓形成、下肢静脉曲张等,故阑尾炎手术后,不建议患者长时间保持站立或者坐着不动,建议适度开展腿部运动、按摩等。五是不可以在术后早期从事体力劳动。康复过程中,不建议患者参与剧烈运动、体力劳动,避免引起手术部位受压或者手术部位损伤等。六是开展呼吸训练。正确、有效的咳嗽与深呼吸,有助于降低肺部感染的风险,建议患者在专业医生指导下进行呼吸训练。

### 三.术后注意事项

其一,及时干预伤口。阑尾炎手术后会引起局部创伤,伤口恢复需要一段时间,在此期间,做好伤口管理非常重

要,避免伤口沾水,以此降低局部感染风险。如若伤口部位发生了感染,出现肿胀和疼痛等异常表现,建议患者做好伤口消毒,及时前往医院咨询,并接受专业治疗。其二,关注个人卫生情况。阑尾炎手术后,患者需对自己的个人卫生情况给予高度重视,确保勤换衣物、适时进行清洁沐浴,并频繁洗手,以有效降低感染等并发症的风险。其三,做好保暖,避免感冒。日常生活中做好保暖,避免着凉,减少疾病反复发作的可能。其四,谨遵医嘱使用药物。不论何种药物,都需要在专业医生指导下使用,特别是镇痛、解热类型的药物,此类药物会给患者胃肠道带来较大的刺激,甚至会引起消化道出血、穿孔等。其五,始终保持心情愉悦。阑尾炎手术后,容易出现一些担忧、焦虑情绪,此时患者可以尝试与他人交流,或者积极寻求专业心

### 四.术后复诊

首先,根据专业医生要求,定时前往医院复诊。阑尾炎手术后,患者需要根据专业医生所提要求,定时来院接受复诊,便于及时发现、处置可能存在的问题。其次,多关注个人身体情况。阑尾炎手术后,患者需要对自己的身体情况予以高度关注,及时发现恶心呕吐、腹胀腹痛、发热等症状,及时就医,并采取对症治疗措施。最后,积极配合专业治疗至关重要。阑尾炎手术后,患者应主动与临床专业医生紧密合作,遵循医嘱完成所有必要的诊疗操作,包括但不限于定期复查、按时服用药物等,以加速康复进程。

相信通过阅读上述内容,您已经掌握了不少阑尾炎手术后康复小知识。在此,真诚地祝愿您早日康复!

生活·资讯 遗失声明登报 网上办理证件遗失声明,公告发布,分类广告,请扫二维码,方便、快捷。

装饰设计 开锁服务 找工作 招职工 蚌埠日报社 市区、怀远公交站牌广告位 形象宣传 品牌传播 营销推广 产品展示 请扫码登录 蚌埠“三公里”就业圈。

### 蚌埠市发改委部分农副产品价格监测信息

| 名称    | 单价     | 名称  | 单价     | 名称  | 单价     |
|-------|--------|-----|--------|-----|--------|
| 粳米    | ¥2.36  | 山药  | ¥5.27  | 香菜  | ¥10.59 |
| 面粉1   | ¥2.16  | 生姜  | ¥11.54 | 青菜  | ¥3.68  |
| 大豆油   | ¥68.07 | 莲藕  | ¥4.42  | 茼蒿  | ¥8.80  |
| 食用调和油 | ¥73.96 | 洋葱  | ¥1.90  | 菠菜  | ¥8.25  |
| 猪后座肉  | ¥14.56 | 胡萝卜 | ¥2.44  | 韭菜  | ¥3.07  |
| 鲜牛肉   | ¥30.71 | 蒜头  | ¥7.49  | 长茄子 | ¥4.82  |
| 鲜羊肉   | ¥36.13 | 土豆  | ¥2.08  | 青椒  | ¥4.89  |
| 鸡蛋    | ¥5.80  | 大葱  | ¥5.54  | 西红柿 | ¥3.92  |
| 小仔鸡   | ¥13.68 | 芹菜  | ¥6.82  | 黄瓜  | ¥3.89  |
| 鲫鱼    | ¥9.50  | 黄豆芽 | ¥2.17  | 冬瓜  | ¥1.68  |
| 四季豆   | ¥8.38  | 莴笋  | ¥4.69  | 西兰花 | ¥7.68  |
| 毛豆    | ¥3.92  | 蒜苗  | ¥7.25  | 大白菜 | ¥2.48  |

以上为2024年9月3日部分农副产品市场均价,供参考。单位:元/500克 油:元/5升