

零下8℃路面也不结冰

中心城区桥梁“保暖”用上黑科技

记者 徐震

本报讯“穿上这件‘保暖衣’,路面可以最大程度减少结冰了。”

路面结冰被称为“马路杀手”,尤其是桥面上的薄冰、黑冰、暗冰,更是直接威胁群众的人身安全。

桥、仁皇山大桥、新大通桥、水源大桥4座桥梁使用了铺洒抗凝冰涂料的“黑科技”

薄薄一层涂料,是如何实现路面不结冰或少结冰的?技术提供单位南京兴佑交科有限公司研发部负责人介绍

掉了。”他说。

“经过我们前期检测,路面构造内的抗凝冰涂料在固化后能保持2年以上的寿命,等于穿了一条‘羽绒服’。”

除了这4座桥梁,中心城区其他的桥梁又是如何“破冰保暖”的呢?市建设局公用中心道路桥隧科副科长沈艺超介绍

其中,南太湖大桥、水源大桥等桥梁的桥下空间作为防滑石料、

融雪剂等应急物资堆放点,提高应急处置速度;中兴大桥、凤凰大桥等10座桥梁根据天气预报提前在人行道两侧放置袋装防滑石料

值得一提的是,湖州市桥梁健康监测管理系统于去年10月建成使用,目前已对碧浪大桥、茅安前大桥、日月大桥、浮玉大桥、三环东路立交5座桥梁安装了温度湿度传感器

创新社会治理 建设品质湖州

记者 俞黎新

本报讯“南浔镇某工地,一名新入职员工上班时骨折,因未签订正规的劳动合同,医疗赔偿得不到解决。”

去年以来,南浔探索“警源治理”,通过片区社会治理联动工作站,创新警情全生命周期管理

在南浔,像朱坞社会治理联动工作站这样的工作站有39个,每个派出所辖区至少1个。

南浔区公安分局负责人介绍,社会治理联动工作站整合多个职能部门打造成基层社会治理共同体和群众身边的最小治理单元。

去年10月,“鼎力相助”2.0版升级启用。新上线的AR超融合实景指挥系统,将1200余路高清视频监控与实景融合

▲▲(紧接第1版)

把习近平新时代中国特色社会主义思想宣传做深做实,做好党的二十大精神宣传,突出经济特色,提高报道质量

努力培养新时代高素质人才队伍,开拓进取,守正创新,把经济日报办得越来越好。

会上,经济日报负责人和老同志、职工代表发言。

奋进!让湖州更美好!

人,每天都有2吨重的钢筋由她过手加工后,融入日渐拔高的大楼中。

这是毕体莹一家在南太湖CBD项目度过的第二个元旦,但相比去年,今年有些不同。

南太湖CBD项目总建筑面积约170万平方米,共40个建筑单体和2个空中连廊

市城市集团下属湖州中房置业(新建建设)有限公司项目负责人张军介绍,为给新一年度项目建设奠定良好基础

奋进,在商贸市场——

午时刚过,记者来到湖城劳动

路的浙北超市,只见前来购物的市民络绎不绝。在冷鲜专柜,49岁的黄贵平戴着口罩忙碌地给前来的顾客称重、解答顾客的咨询。

“早上上班后基本没停过。”黄贵平说,“今天是元旦,大多是市民来买菜,准备在家好好做一顿好吃的,所以我这边的冷鲜专柜就比较忙了。”

黄贵平是贵州人,来湖州5年,一直在浙北超市的冷鲜专柜工作,每个元旦假期他都坚守在这个岗位上。

“有没有会员卡?”“要不要袋子?”……在超市另一侧的收银台,职工连爱民已连续4小时为顾客扫码、打单,不时地用手擦去额头的汗珠。

正说着,又一名客人来到了收银台结账,连爱民赶紧转身过去开始认真工作……

我市两集体七个人获省级表彰

记者 宁杰

本报讯 省分类办近日对2022年度浙江省生活垃圾分类工作成绩突出集体和个人进行通报表扬

去年是我市争创生活垃圾分类全国示范的收官之年。我市加强部门联动,加大执法检查,同时,按照“城乡统筹、适度超前”原则

截至目前,全市居民小区“定时定点”覆盖率超99.06%、投放正确率超96%,生活垃圾分类已经深深融入湖州百姓生活各个方面。

▲▲(上接第1版)

在方大爷家的客厅,医生从药箱里拿出仪器设备,给方大爷量血压、测血糖,检查健康状况

“好社区卫生服务中心、幸福邻里中心、红色物业等党建联建单位都挺身而出,还有许多热心居民也自发加入,为群众提供送医送药、代购代办、照料关爱等服务。”

奋进,在城市高空——

上午6时,伴随着工程车驶过的轰鸣声,53岁的毕体莹和丈夫带上安全帽,像往常一样出现在南太湖CBD项目次地标的施工现场。

“刀子嗓”“水泥鼻”等不适如何缓解? 试试这些方法



咽痛

●高渗盐水漱口

将5至6克左右(约一啤酒瓶盖)食盐加入250毫升温开水,充分溶解,配置高渗盐水用以漱口。

注意不要吞咽,含于口腔和舌根处20至30秒后将盐水吐出,再用清水漱口。

●吃润喉糖

病毒一般通过鼻腔或喉咙进入体内。含润喉糖时,口腔会分泌更多唾液,有助于抑制喉咙中的微生物。润喉糖可以直接含服起到该效果。

●适当多喝水

饮水有助于咽痛的缓解,还可以让咽部黏膜保持湿润,在一定程度上稀释痰液,利于黏稠痰液的排出。

注意 有慢性心衰或慢性肾功能不全等基础病患者,应在临床对症治疗及遵医嘱下确定饮水量。

●局部冷敷

局部冷敷可帮助减少喉咙肿痛。尝试适当地吃些冰的食物,例如雪糕,可帮助减少肿胀,起到止痛的功效。

咽痛时,注意不要使用刺激性强的漱口水,以免加剧呼吸道干燥。

注意 不要使用刺激性强的漱口水,以免加剧呼吸道干燥。



发烧

●温水擦浴

适用于低烧。用32至34℃的温水擦拭皮肤,可促进散热。

按双上肢、背部、双下肢的顺序进行,腋窝、肘窝、手心、腹股沟、腘窝等部位可稍用力。一般擦浴时间不要超过20分钟。

●冰袋降温法

适用于体温39℃以上的高热。用冰袋冷敷或冷毛巾擦拭腋窝、腹股沟及腘窝(膝盖后方凹陷处)等血管丰富的部位。

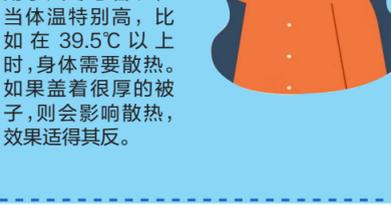
●少量多次饮用温开水

可以补充体内丢失的水分,防止虚脱,而且有利于通过代谢,帮助人体散热。

另外还能够增加尿量,尿液可以帮助人体带走体内的毒素、病毒和细菌。

发烧时,要注意不要随意捂汗。捂被子出汗适用于风寒感冒。但当体温特别高,比如在39.5℃以上时,身体需要散热。

如果盖着很厚的被子,则会影响散热,效果适得其反。



注意

不要随意捂汗。捂被子出汗适用于风寒感冒。但当体温特别高,比如在39.5℃以上时,身体需要散热。

咳嗽

●垫高头部

平躺时,呼吸道中的分泌物容易积聚,会加重咳嗽,尤其在晚上。

最好将枕头和背部从高到低同时垫高,比如,用两个枕头,一个横放,另一个竖着搭在上面,呈“T”字形。

●“停止咳嗽练习”

一旦觉得有咳嗽的冲动,就闭上嘴,用手捂住嘴(闷住咳嗽);同时做吞咽动作:屏住呼吸一小会儿。

再次开始呼吸时,用鼻子轻柔地吸气和呼气。

●冰糖炖雪梨

干咳时,可以将一只生梨挖空,中间放点冰糖,外面放点水一起炖熟,还可以放点百合、金银花。

●多喝温水

有助于把呼吸道里的过敏物质稀释、清除,减少呼吸道的过敏反应。

出现咳嗽症状时,需注意的是,不要光凭嗓子用力咳嗽。这样不仅不能有效清理呼吸道分泌物,还会导致咽痛、声嘶。另外,有脑血管破裂、栓塞或血管瘤病史者,应避免用力咳嗽。

注意

不要光凭嗓子用力咳嗽。这样不仅不能有效清理呼吸道分泌物,还会导致咽痛、声嘶。有脑血管破裂、栓塞或血管瘤病史者,应避免用力咳嗽。



鼻塞

●盐水洗鼻

用盐水冲洗鼻子,可以把鼻涕、病毒细菌等刺激物冲走,降低局部炎症介质的浓度,有助保持呼吸通畅。

如果没有洗鼻器,可用手将冲洗液捧到鼻前,轻轻用鼻子把水吸进鼻腔再擤出来,反复数次。

需要注意的是,考虑盐水洗鼻时,应注意操作规范。感到不适时,切不可用力按压、摩擦鼻子。擤鼻涕时,不建议捏住鼻翼两侧,用力将鼻涕擤出,这样很容易伤到眼睛和耳朵。

●热压

在脸上敷一块热毛巾,手指按压鼻部位置。这可以缓解鼻窦充血。

●使用加湿器

微量的湿气能缓解鼻部不适,可尝试把室内空气湿度控制在40%左右。市疾控专家同时提醒,如症状持续且不见好转,请适时寻求医疗帮助。

注意

考虑盐水洗鼻时,应注意操作规范。感到不适时,切不可用力按压、摩擦鼻子。

擤鼻涕时,不建议捏住鼻翼两侧,用力将鼻涕擤出,这样很容易伤到眼睛和耳朵。



提醒:如症状持续且不见好转,请适时寻求医疗帮助。

来源:人民日报微博、湖州市疾控中心