

快报记者 鹿伟 赵丹丹在**市规划局**为你报道

明外郭百里风光带凤渡路—入江口规划出炉

8公里河道, 打造8大休闲公园

南京明外郭——秦淮新河百里风光带(凤渡路—入江口)是百里长廊的最西段, 昨天这一段的修建性详细规划公示, 征询公众意见。未来人们将在这一段玩转运动, 体会休闲, 骑自行车游览堤顶。而这一段沿线还将重点打造8大休闲公园, 主题涉及运动、休闲、商业、农家乐等多样, 绝对是未来市民游乐的好去处。

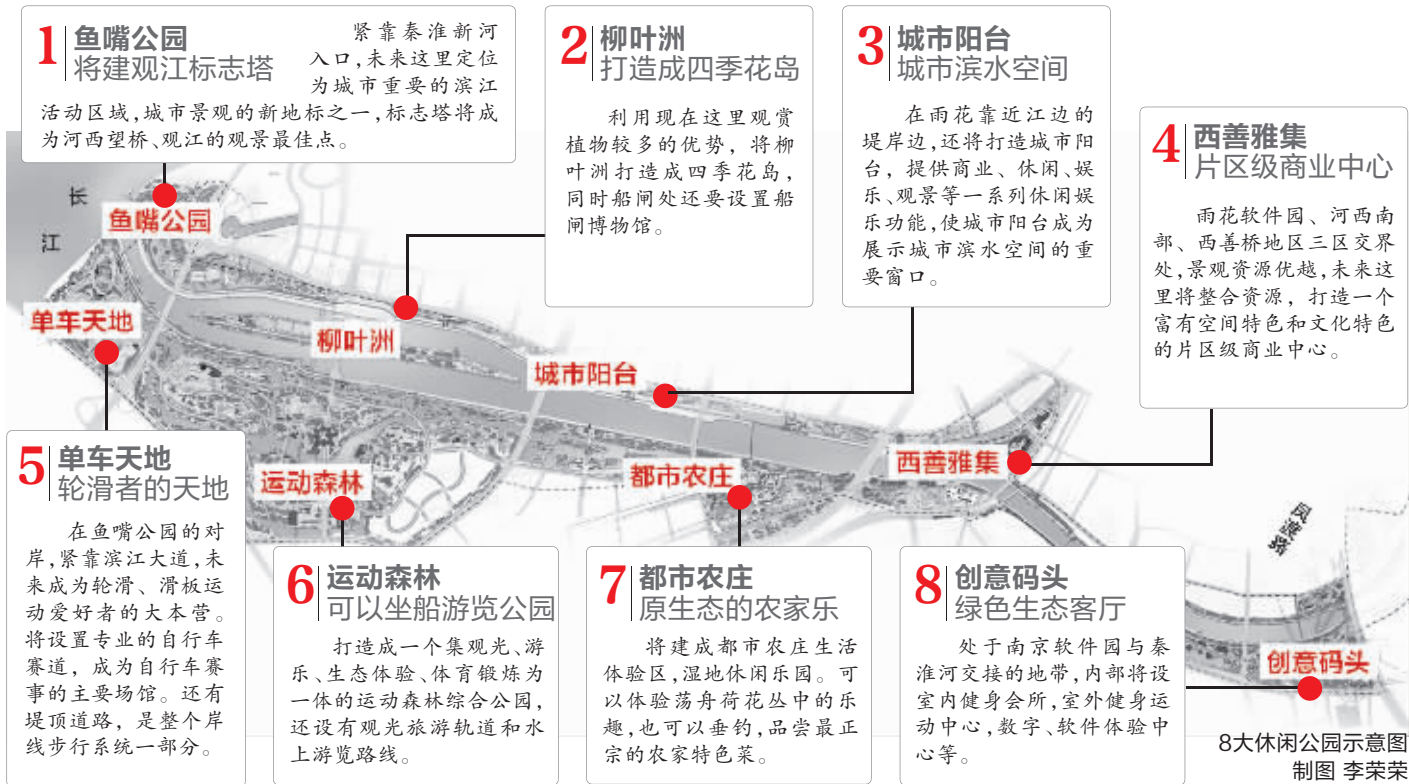
一边运动, 一边休闲

凤渡路—入江口是百里长廊的最西段, 也是用地进深最大的一段, 河道总长约8公里, 位于南京云台山、牛首山、老山城市生态走廊。

规划区是南京城市西部的主要门户, 同时, 东段又位于“南京软件谷”的中心部位, 未来将成为南京软件谷创意人才文化交流、休闲娱乐的灵感客厅。

具体来说, 一部分结合体育运动主题以及湿地景观, 规划体育训练、竞技等配套服务功能, 体现门户作用的同时也展现南京风情, 表达运动、生态主题, 规划城市阳台用于连接公共建筑二层与堤岸, 不仅为市民提供观景平台, 也形成河西段特有的景观界面。

而另一部分结合绿化和居住, 设置秦淮文化休闲坊、港湾小镇、滨河美食休闲街和河畔宾馆等休闲旅游服务设施。



骑自行车慢行上堤顶

而从交通方面来说, 堤顶将打造慢行系统, 与城市道路衔接完善。合理布置停车场和沿线配套设施, 成为市民骑自行车、轮滑和步

行的重要场所。那么慢行道和城市道路如何接驳? 据悉, 堤顶道路与城市道路的衔接及停车场将合理布置慢行出入口, 按600米左右一个布置。为了方便游览, 还会有自行车

租借点和电动观光游览车停靠点。同时按800—1200米配套服务网点、书吧亭、小卖部、厕所等。

沿线驳岸打造亲水平台

那么沿线驳岸低端如何打造,

按照规划, 在满足水利要求的前提下, 提出合理整治措施, 改善驳岸景观, 设置亲水栈道, 局部布置亲水平台易被淹没的驳岸, 设置简单的亲水步道和休息场地, 适当栽种亲水植物, 利用植物进行造景。



女性为什么更容易得痔疮?

又到秋高气爽时, 天气渐凉, 医院的肛肠病患者又多起来了, 尤其是女性痔疮患者数量, 更是呈直线上升态势。据南京肛肠中医院数据表明, 入秋以来, 女性痔疮患者数量较前期增加明显, 印证了民间俗语“十女十痔”之说, 女性为什么更易患痔疮呢?

南京肛肠中医院女子肛肠诊疗专家指出: 大便秘结是痔疮等肛肠疾病最大的祸根, 盲肠内长期滞留有毒物质不仅可引发盲肠癌, 且粪便堆积, 影响血液循环。用力解出干燥粪块, 必然会使肛门承受较大压力, 发生瘀血、肿胀、裂口等一系列病理变化, 进而诱发痔疮等肛肠疾病。

为什么女性更容易引起便秘诱发痔疮?

从生理结构来看, 女性子宫在盆腔内挤压直肠, 增大了直肠的弯曲度, 大便通过比男性慢, 因而容易产生便秘, 同时女性肛门前方是阴道, 附近肌肉比较薄弱, 排便力量比较差, 也会导致便秘。此外, 激素也是原因之一。在月经来之前, 女人也容易便秘, 这是因为排卵日到月经开始时所分泌的黄体酮起作用的结果, 黄体酮分泌后, 女性身体就开始努力蓄积营养以孕育后代, 从而抑制排泄能力。黄体酮还有减弱大肠蠕动的的作用, 所以在黄体酮分泌高峰时(月经前一周)容易导致便秘。

从生活习惯来看, 女性比较爱吃热量高、辛辣食物, 此类食物, 容易造成大便干结导致痔疮。大部分女性不爱运动, 长时间坐着不动, 容易使肠道蠕动变慢, 形成便秘。有的女性外出、赖床时, 会强忍便意, 错过上厕所的最佳时间, 从而造成便秘。

痔疮对女性朋友有哪些危害?

因痔疮失血而导致缺铁性贫血, 早期女性朋友常感觉易疲劳。后期则会出现面色苍白、倦怠乏力、食欲不振、心悸、心率加快和体力活动后气促、浮肿等现象。

此外, 痔疮加重便秘, 导致各种毒素无法及时排出体内, 长时间的毒素残留会导致痤疮、暗疮、色素沉着等皮肤顽疾。

一些年轻女性, 因为痔疮能引起肛周脓肿, 肛周部位的感染进而影响到阴道口, 造成其他的妇科炎症感染, 使美丽生活大打折扣。

专家提示: 孕妇对痔疮更应引起重视。孕妇的痔疮发生率高达76%, 经常反复出血, 日积月累, 导致贫血等症状, 不但影响孕妇自身的健康, 同时还会影响胎儿的正常发育, 造成发育迟缓, 低体重, 甚至引起早产或死亡。

南京肛肠中医院提醒女性朋友, 发现肛门有不舒服症状时, 一定要尽早到正规医院检查, 做到早诊断早治疗。

电子肛门镜 确诊就是这么简单

韩国 Dr.camscope 电子肛肠成像检查镜是目前国际、国内先进的肛肠检查系统, 在检查过程中可同时清晰的观察到放大数十倍的病灶部位, 帮助患者了解病情选择治疗方案, 让医患双方清晰、准确、直观的了解病情, 避免误诊, 误治, 从而为临床治疗提供可靠依据。更可对体内病灶做活检、息肉等手术, 达到诊、治结合的目的, 开创了痔疮等肛肠类疾病检查治疗的新时代。

◆ 哪些人适合做电子肛门镜检查

- 便血、便痛、便秘
- 排便困难、便秘频繁
- 大便带血、大便次数增多
- 直肠脱垂、直肠息肉
- 直肠脓肿、直肠溃疡
- 内痔、外痔、混合痔
- 肛周湿疣、肛乳头肥大
- 肛门瘙痒、肛窦炎
- 肛门异物(脱出)
- 肛门发痒、潮湿
- 肛瘘、肛裂、肛周脓肿
- 肛门下坠、肛门阻塞感
- 肛门狭窄、肛门先天畸形
- 肛门疼痛、肛门皮肤糜烂
- 肛门粘液、血水、排便不尽
- 肛门脓性分泌物、红肿热痛

相关链接: 肠道美容大师——“大肠水疗”

大肠水疗是一种能清洗肠道, 排出体内毒素, 改善便秘, 纠正腹泻, 调节肠道菌群失调, 预防肠癌, 并有美容, 美肤, 减肥, 调节内分泌失调等作用的新型保健方法。

通知

2011年10月21日——2011年10月31日, 总价200元的肛门镜检查、灌肠仅需10元(不包括专家挂号费8.5元), 同时, 为响应“全国肛肠疾病救助中国行”活动号召, 手术器械费优惠10%。由于秋季是痔疮的高发期, 同时也是痔疮的最佳治疗季节, 医院就诊的患者数量较多, 所以每天只限前30名患者享受此优惠活动。女性患者更可获大肠水疗半价优惠。

预约咨询电话: 66662226

南京肛肠中医院
2011年10月21日

看肛肠·到肛泰

24小时健康热线: 025-66662226

院址: 南湖路与应天大街交汇处(正大茶城旁)
院内提供免费大型停车场