

南京人健康杀手 心脏病排第二

去年致死5813人;仅次于心血管病

昨天,江苏第九届心脏节律管理论坛在南京举行。现代快报记者获悉,心脏病已经位列全省健康杀手榜第三位,南京健康杀手榜第二位。南京去年因心脏病死亡5813人。

通讯员 王娟 现代快报记者 刘峻

统计显示,在南京地区,心脏病致死占总死亡人数的14.67%,去年死亡5813人,10个死亡的南京人中,就有超过1个是心脏病患者。心脏病成为仅次于心血管病、排名第二的健康杀手。

南京鼓楼医院心脏科主任医师徐伟告诉记者,如果将人的心脏比作一台发动机,那么先天性心脏病,就好比发动机本身的质量不太好。冠心病好比是发动机的右路出了问题,心律失常则是发动机的电路异常。这三类疾病,占了心脏病的绝大多数。特别是心律失常,很容易引起猝死。心律失常中,房颤疾病最为常见。

从研究来看,房颤患者有心慌心悸的表现。年龄超过70岁,随着心肌老化,那么一定会有房颤方面的问题,只不过不同的人,轻重程度不一。“近年来,房颤有年轻化的趋势,医院

最年轻的患者为28岁。除了家族遗传方面的因素外,还与高血压控制不好有很大关系。”徐伟说。

房颤和高血压的关系十分密切,高血压经常会引起心房扩大,这是导致房颤发生的最常见原因或危险因素。房颤时,由于心跳不规律、泵血差,很容易表现为心慌、头晕、乏力。发生房颤时,血液容易凝集并堵塞血管,引起心脏病发作或中风。

有数据显示,房颤患者发生中风的风险是无房颤者的3~5倍。当高血压和房颤同时存在,中风的风险就更大了。有统计显示,100个房颤病人中9~20个人有高血压,100个高血压病人中4~6人有房颤。专家表示,高血压患者如果心跳加速不及时治疗,极易引起房颤,不仅会增加脑卒中的风险,经常心跳过快,还会增加猝死的可能性。

交通



入川部分列车 停运至14日

快报讯 (通讯员 祖辑 记者 刘伟娟)昨天,现代快报记者从铁路南京站获悉,受宜万线洪涝灾害影响,近期部分到四川的列车停运,涉及车次包括从南京南站出发的6趟动车。具体包括:即日起至6月14日,上海虹桥到成都东的D636次、成都东到杭州东的D2221次、南京南到成都东的D2373次停运。即日起至6月13日,成都东到南京南的D2374次、杭州东到成都东的D2223次、成都东到上海虹桥的D635次停运。

暑假到上海芜湖 列车增多

快报讯 (记者 刘伟娟)昨天,现代快报记者从上海铁路局获悉,7月1日到8月31日暑运期间,该局计划增开25对客车,开行客车总数将达864.5对。南京的小伙伴,暑期到上海、芜湖玩,可选择的车次更多了。

与往年不同的是,今年暑运首次迎来上海迪士尼乐园的盛大开园。为此,上海铁路局将增开北京、郑州、深圳、九江、萍乡、西安、兰州、乌鲁木齐等城市至上海方向的8对临时旅客列车。其中,南京到上海、芜湖等方向的车次更多了。

活动



画画涂鸦 沙盘游戏 好玩又减压



孩子们在兴致勃勃地玩沙盘游戏 现代快报记者 徐洋 摄

快报讯 (记者 陈曦影)

参与集体涂鸦,在沙盘上建城堡……昨天,南京晓庄学院心理健康教育与研究中心举办的“陶老师”工作站开放日主题活动中,吸引百余组家长和孩子参加,热闹非凡。

“妈妈,我要去涂那个花!”一个小孩刚进门,就被一幅大型的涂鸦画所吸引。“这是一幅集体涂鸦画,孩子们可以选择自己喜欢的蜡笔颜色,对这幅画中的空白进行填色,让孩子进入一种情境。”工作站负责人说,绘画涂鸦是孩子表达自身情绪和获得成长的一种途径,这是一种游戏,可以集中他们的注意力,稳定下来做一件事。

不少孩子则跑到沙盘辅导训练室堆起城堡。老师说,沙盘游戏对孩子的情绪能起到一定的引导和宣泄作用。

警营文化周今开幕 市民可参观

快报讯 (通讯员 宁公宣 记者 顾元森)南京市公安局长首届警营文化周今天开幕,公安系统的民警将展示自己的绘画、书法、摄影等作品,市民可前往参观。

在今天的开幕式上,将播

放“南京公安警营文化巡礼”短片,滚动播放各分局拍摄的优秀微视频。大厅布置了反映公安工作的58块展板,悬挂100余幅书法绘画作品,并展出反映南京警务改革和执法为民的70幅摄影作品。

邂逅陨石

现代快报B554号小记者、银城小学四(10)班 林恺洛

小记者
REPORTER

晴朗的夜晚,仰望星空,是否曾看到过偶尔有一两颗流星飞速划破天空?闪闪的一瞬,照亮整个天宇。惊鸿一瞥的美丽之后流星便变为一颗陨石遗落在地球的某个角落。5月28日,“天外客”大型星空陨石科普展让我与陨石来了第一次亲密接触。

走进展厅,我看了一排陈列柜里陈列着大大小小的陨石,来自紫金山天文台的专家叔叔带着我们小记者参观团来到了陨石展区,为我们做了生动的介绍。专家叔叔说,从火星来的陨石迄今只发现了150多颗,一颗看着不大的陨石重量有可能比我们小朋友还重。最令我感兴趣的是一个在江苏如皋发现的陨石和两颗铁陨石。那颗在如皋发现的陨石是有一段历史的。1952年,人们在农村发现了它,并送给了紫金山天文台收藏,正巧在这一年,毛主席来南京视察,点名要看看这颗陨石。于是,这颗陨石是世界上唯一

一颗被毛主席摸过的陨石,具有极高的收藏价值。说到铁陨石,大家有可能会想,是不是铁做的陨石呢?其实铁陨石是指含有铁元素的陨石。在远古时期,人们用的兵器和狩猎的工具也可能是用铁陨石打造的。那么陨石一般是在哪里找到的呢?专家叔叔说,陨石一般都在荒无人烟的地方找到,如撒哈拉沙漠和南极。据说,中国的南极考察队第二次到南极时,在一片冰域里就找到了250多块稀有陨石,这让我对中国陨石家族又壮大了许多。

这次活动真的让我受益匪浅,我觉得陨石是宇宙赠予地球的礼物,它带着许多未知的信息来到我们地球,也影响着我们这个星球。爱因斯坦曾说:我从事科学研究是出于一种不可遏止的想要探索大自然奥秘的欲望,别无其他动机。浩瀚星空,神秘宇宙,人类从未停止过探索大自然奥秘的脚步,不久的将来我也要加入到探索的队伍里去。

让科学照亮梦想

现代快报B992号小记者
南外仙林分校二(11)班 宛杞亮

5月28日上午,我作为现代快报小记者来到德基广场,参观在这里举行的“天外客——大型星空陨石科普展”。我是一个太空迷,好想了解星空的奥秘,那天终于如愿了!

展厅四周一片蔚蓝,仿佛进入浩瀚的宇宙世界。这里有天外来客——陨石,有各种大型天文望远镜,有收藏“星星”的陨石猎人公开课,有“我要向宇宙提问”的对话墙,让我增长了不少天文知识。也许你们会和我一样第一次听说“陨石猎人”,听了“陨石猎人”张勃叔叔给我们介绍陨石知识和讲述寻找陨石的故事后,我明白了,原来“陨石猎人”就是寻找坠落的“星星”的人哦!寻找坠落的“星星”,听起来好像很浪漫,经历又很传奇,其实充满了艰辛和危险。因为陨石常常坠落在南极和沙漠,西伯利亚的暴风雪,撒哈拉的沙尘暴张叔叔都亲身经历过。大雪封门,在荒野与狼群相遇,道路崎岖中骑马骑骆驼。但是张叔叔就是爱上了这些来自星空的石头,他什么都不怕。他常常独自一人和它们说悄悄话,他感到很快乐。

我被张勃叔叔感动了,我幻想着有一天也能成为一名陨石猎人。我趴在蓝色地毯上,托腮沉思,写了一张又一张的问题帖,向宇宙发出一连串的提问:“火星上有火山吗?”“除了地球,还有其他星球有生命吗?”“水星上真的没有水吗?”等等。太多的好奇,需要我们发奋努力,学好科学,梦想一定会变成现实!

参观星空陨石科普展

现代快报B738号小记者、雨花台实验小学东校区二(6)班 储立君

■指导教师:王飞

5月28日早上,我和爸爸妈妈到德基广场参加了现代快报小记者活动——参观大型星空陨石科普展。路上,爸爸告诉我:“陨石就是天上掉下来的星星。”这令我对这次活动充满了好奇和期待。

“陨石猎人”张叔叔给我们讲述了陨石的前世今生和寻找陨石的艰辛过程。张叔叔和我们一起坐在地毯上,面对面地给我们讲故事。通过观看陨石从天空落下的画面,我们既看到了陨石落地过程中美丽的场景,也看到了有些陨石并没有能够“平安”落地,而是在空中就爆炸燃烧了。张叔叔告诉我们,陨石要通过大气层摩擦燃烧的考验才能最终到达地面。如何找到落到地面的陨石,这就是“陨石猎人”的工作了。寻找陨石的过程充满了

艰辛,经常要在荒芜的野外面对恶劣天气和凶猛野兽的挑战。即使这样,能够被人类找到的陨石也是非常少的,比如:落入深沟和海洋,人类一般是无法找到的。

大多数陨石是黑乎乎的,表面坑坑洼洼。但是,有一块陨石非常美丽,里面好像镶嵌着许多黄色小宝石,在灯光下亮晶晶的。讲解员告诉我们,这是一块铁陨石,产生五彩斑斓的颜色是由于各种陨石里的不同成分造成的,这些陨石可以制作成饰品。最后,在讲解员叔叔的指导下,我还学会了如何使用天文望远镜观测星体。

这次活动非常有意义,我了解到了许多宇宙的奥秘,开阔了知识面,学到了不少课外知识。我好期待下一次的小记者活动!

我的“粉丝”

北京东路小学二(1)班 马清琪 ■指导老师:安颖莹

妈妈说公公是我的“粉丝”。从小到大,“婳婳你真棒”这类公公的口头禅,我听了大概有三千遍了吧。

我喜欢抢着帮大人做事。小时候,好几次,惹婆婆生气了,婆婆气呼呼地找尺子要打我,找不到,干着急,我比婆婆还着急。“婆婆,我来找!”一会儿趴在地上往衣橱下瞧,一会儿踮起脚在抽屉里翻。这时公公总是笑个不停,夸奖我:“婳婳真能干,会帮婆婆做事。”我喜欢画画,纸上面,墙上也画。公公卧室墙上,高高低低、五颜六色,小鸟、狗熊、美羊羊,啥都有。从亲子班到现在,我每

次“创作”,公公都是最忠实的观众,拍了不知多少照片,而且坚决不让粉刷这面墙壁。我喜欢跳舞,经常在公公婆婆的床上自编自演,边舞边唱,蹦蹦跳跳。婆婆经常喊:“床要给你跳坏了!”公公呢,每次都举着照相机,绕着床拍啊拍,还不停地赞叹:“太棒了!”一眨眼,我已经二年级了。无论大小测验之后,公公都会戴着老花镜,一题一题和我讨论。我常失误,他常叹息:“婳婳啊,你又放跑了一百分啊!好好加油!公公相信你一定是最棒的!”

我的“粉丝”公公,我永远爱你!

让我们一起仰望星空

现代快报B721号小记者、江宁实验小学五(9)班 王娅欣

传说星星是天空的眼睛,照耀着每一个怀有梦想的心灵,我问星星你愿意为我闪亮吗?你的光亮照亮了前方,温暖着我,梦想就一定能实现。我们总是对夜晚的星空充满着幻想,希望有一天能拥有一颗闪亮的星星。

5月28日,快报小记者们带着激动的心情来到了德基广场,参加了“天外客——大型星空陨石科普展”,聆听“陨石猎人”张勃老师讲述寻找与探索陨石的有趣故事,还可以近距离观赏这些“天外客”。张老师告诉我们,天上的星星因摩擦可能会碎裂,穿过大气层落到地

球,它们就是陨石。陨石可分为:石陨石、铁质陨石和石铁混合陨石。在我国发现的最大的石陨石是吉林陨石,发现于1976年,重1770公斤。中国最大的铁陨石是“银骆驼”,发现时间是1920年,重约30吨。顽皮的“天外客”,虽然你是一块石头,但是你充满灵气,让人有无限的遐想,让人忍不住要探究你的内心。

你有多久没有仰望星空了?每颗星星都是一个精灵,它们总是在夜晚出现,照亮前行的人们。所以不要忘了仰望星空,当你抬头,看见的光亮就是希望。