



春晚四地分会场就绪

长沙：快看我快看我

长沙晚报1月30日讯(全媒体记者 宁莎鸥)28日,中央广播电视总台《2024年春节联欢晚会》顺利完成第三次彩排,位于湖南长沙的分会场升级亮相。在中央广播电视总台的相关新闻中,我们可以惊鸿一瞥长沙分会场的真容:滨江文化园的三馆一厅、景观塔及周边楼宇亮起了夺目的灯光,两江两岸,光影绚烂。舞台闪耀,歌声动人。在湖南长

沙,总台技术团队现场搭建的EFP移动直播系统已落地启用。在湘江与浏阳河交汇处的“三馆一厅”,长沙和大家“湘”约春晚。“三馆一厅”是长沙博物馆、长沙市规划展示馆、长沙图书馆和长沙音乐厅构成的建筑群。在人气最旺、烟火气最足的地方,总台春晚把青春的动感糅进长沙的夜,叫人看着看着就手舞足蹈起来。

春晚团队一到位,先给场地变个装。EFP系统也已就位,准备捕捉“不夜星城”的每一次“龙”光焕发。夜生活构建了长沙独特的风景线。这一次,让春晚的镜头深入城市、深入街巷,来到你身边。长沙分会场选址于湘江与浏阳河交汇处的三馆一厅,用青春之歌赞颂不夜星城朝气蓬勃、敢为人先的昂扬风貌。在此前的第二次彩排中,湖南

长沙等四地分会场与主会场首次进行整体合练。分会场各具特色的舞台设计和节目编排,展现出当地风土人情和新春喜庆。彩排中主会场和各分会场衔接流畅,一气呵成,营造了春晚欢乐吉祥、喜气洋洋的热烈氛围,展现出神州大地龙年的新气象,以充满生活气息和真挚情感的精彩节目,将伴全球华人同庆欢乐年。

均为春晚彩排视频截图



扫码看视频 春晚长沙分会场长这样



2024年长沙非遗年货节即将开启 线上线下赢非遗好礼

长沙晚报1月30日讯(全媒体记者 宁莎鸥)喜气洋洋的非遗年货来了。2月1日至8日,2024年长沙非遗年货节即将开启,想要好吃的、好玩的,送礼大热单品,就来橘子洲头125号长沙非物质文化遗产馆选购吧。

非遗年货有美食,郭福焕小钵子甜酒、江四爷腊八豆、玉和醋最恋醋饮料、火官殿臭豆腐等任君选购;有好玩手作,“福抱”湘绣礼盒、面塑“龙腾四海”手办、传统旗袍盘扣文创首饰等你来挑。

年货节还将开启直播带货,让市民游客足不出户,就能在线上买到非遗好物。直播间将在2月5日10:00-12:00开启,有兴趣的观

众请关注“长沙市非遗保护中心”官方公众号,进入直播端口。星城有礼非遗上新龙年新品限时折扣,云逛非遗年货节,抽奖赢取福利。

此外,大家还可进入公众号相关推文,在评论区留言分享下“你最期待的长沙非遗年货是什么?”主办方将精选8位粉丝朋友留言送出惊喜好礼一份,留言截止至2月1日中午12时。



“长沙市非遗保护中心”官方公众号

三湘名医在线

健康

责编/杨蔚然 美编/何朝霞 校对/肖舜

体检查出肺结节别恐慌,但有种结节需警惕

专家表示,54%左右的人群出现肺结节,95%的肺结节是良性的,特别是直径小于10毫米的结节

长沙晚报全媒体记者 徐媛

“单位体检第一次做胸部CT,结果发现了人生中第一颗肺结节。”“都说结节‘三件套’(肺结节、甲状腺结节、乳房结节)是职场人的标配,有结节很正常,不用太理会吧?”……岁末年初,各医院迎来了体检集中期,许多人拿到体检报告看到肺结节三字,非常焦虑紧张;也有人认为肺结节越来越常见,对此毫不在意。

近日,一位29岁女子之前长有肺结节,随后确诊为肺癌的消息上了热搜,这让不少人讨论起肺结节早期发现和预防的重要性。那么,什么是肺结节?查出肺结节后该怎么办?记者围绕大家关心的问题,采访了中南大学湘雅二医院放射科主任刘军教授和赵伟副研究员团队。

肺结节恶性的风险与大小成正比

“随着医学影像技术的不断进步,尤其是高分辨率CT的应用,医生能够更精细地观察肺部组织,以前一两毫米的小结节容易漏掉,现都能清晰看到了。”赵伟介绍,随着健康意识的提高,越来越多的民众意识到体检的重要性,而体检通常包括对肺部进行影像学检查,让肺结节的检出率逐渐升高。

肺结节不仅在中老年人中,在青年人群中也为常见。据《2022年度健康体检大数据蓝皮书》显示,54%左右的人群出现了肺结节,随年龄增长,肺结节的患病率也在逐渐增加。

肺结节到底是什么?其实,肺结节

并不是疾病名称,而是一个影像学术语。肺结节是指在肺部影像上发现的直径≤3厘米的密度增高病灶,其形状近似圆形、椭圆形或不规则形状,边界可清晰或不清晰。可以多发,也可以多发。如果直径>3厘米,不能称为结节,而称为肿块。

肺结节有两种主要类型:良性和恶性。有权威研究表明,95%的肺结节是良性的,特别是直径小于10毫米的结节。直径小于6毫米的小结节,癌症风险小于1%;直径在6至8毫米的实性结节,癌症风险介于0.5%至2%之间;直径大于8毫米的结节,癌症风险大约为3%。

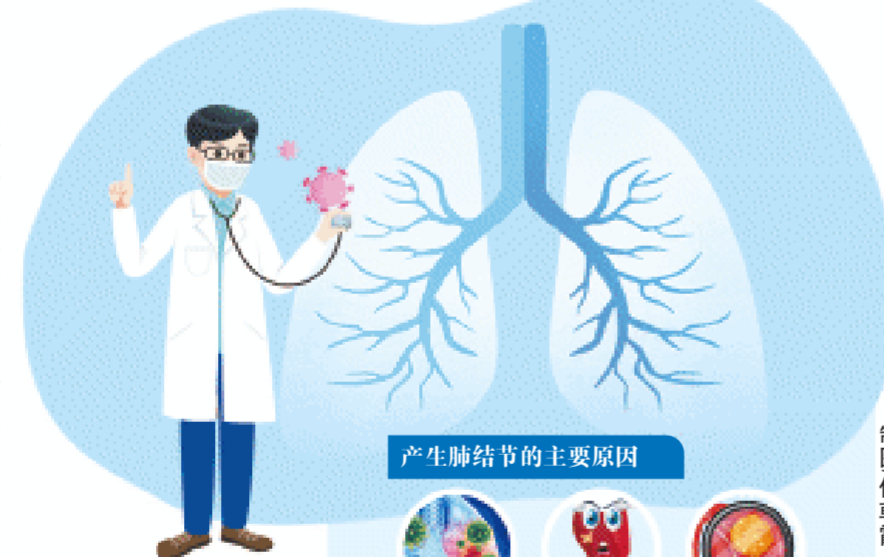
大多数肺结节不会自行消失

从体检报告上可以发现,人体有三个爱长结节的地方,分别是肺、甲状腺和乳腺。其中,肺从外部吸入空气,与外界接触紧密,感染或非感染因素带来的炎症、结核病、肿瘤、结缔组织疾病和肺血栓栓塞等,都可能是肺结节出现的主要原因。

一些生活方式和环境因素,也可能与肺疾病的发病率有关,从而间接影响肺结节的形成,如吸烟、空气污染和职业暴露等。

在诊室,经常有人询问肺结节会消失吗?一些肺结节可能会在一段时间内自行消失,尤其是由感染或炎症引起的良性结节。但是这种情况相对少见,大多数肺结节是稳定的,不会自行消失。因此,发现肺结节后,定期随访非常必要。

赵伟表示,如果检查发现肺结节,不必过度惊慌,因为大部分肺结节是良性的,无需过度担心。建议咨询临床医生,进行综合评估。医生将根据结节的大小、形状、位置和其他特征来制定诊疗方案。



产生肺结节的主要原因



感染和炎症 疤痕组织 肿瘤



遗传因素 环境暴露 年龄等

肺结节可以预防吗?

没有特定的方法可以完全预防肺结节的出现,但以下措施可以降低患肺结节的风险



建立健康的生活方式 避免有害物质吸入 定期体检

这些因素可能会增加肺结节恶变风险

- 1.吸烟 2.长期接触有害物 3.家族遗传 4.其他慢性肺病,如患慢性阻塞性肺病、肺结核的患者,结节可能更容易恶变

CT报告中的这类结节要警惕

在CT报告中,哪些结节需要高度警惕?CT报告主要根据肺结节的性质和特征进行分类,一般分为磨玻璃结节(包括纯磨玻璃结节和混合磨玻璃结节)和实性结节,其中体检发现的磨玻璃结节恶性可能性相对较高,要特别关注,因为它们有一部分是早期肺癌。

赵伟介绍,磨玻璃结节一般需要定期随访,以确定其性质。尽管磨玻璃结节的恶性概率比实性结节相对较高,但多数磨玻璃结节为惰性生长,长期随访可能变化不大。同时,也有炎性结节表现为磨玻璃结节,在短期内随访可能会消失。因此,发现磨玻璃结节不必过度焦虑,咨询专业医生进行评估即可。

判断肺结节是良性还是恶性,通常需要进行一系列的检查和评估,其中包括:①影像学检查:CT扫描是最常用的影像学检查,可以提供有关结节的大小、形状、边缘特征、密度等信息。PET-CT扫描也可以提供有关结节活性的

为什么一些女性不吸烟也得肺癌?

都说吸烟易得肺癌,为什么有一些人抽了一辈子烟也没得肺癌,而有的女性不吸烟也得肺癌?对此,刘军解释,吸烟是肺癌的主要危险因素之一。但是,肺癌的发病不仅仅与吸烟有关,还与遗传、职业性暴露、致癌物质暴露、生活方式、免疫系统等因素有关。部分非吸烟的肺癌患者,他们患上肺癌可能与二手烟、厨房油烟吸入等有关。

此外,不是所有的肺癌都表现为肺结节,肺癌的表现形式会因类型和个体差异而异。有些肺结节不一定表现为肺结节,比如癌前病变、肺腺

信息,X线对结节观察能力有限,MRI检查对部分结节良恶性鉴别有一定价值。②病理学检查:穿刺活检或手术切除后的组织病理学检查,是判断结节性质的金标准。③临床评估:医生会考虑患者的肿瘤病史、吸烟史、症状等信息,以帮助判断结节的性质。

对于不同性质的肺结节,医生的治疗方案会有所不同。大多数良性结节无需治疗,以定期随访来监测结节的变化。有些结节可能需要手术或其他治疗方法,具体取决于结节的类型和患者的病史。

通常,这些结节倾向于进行性观察:1.结节较小,直径小于6毫米;2.结节形态规则,边缘光滑;3.低危险因素,患者无吸烟史或吸烟史较短;4.结节在影像学上表现为典型的良性特征。

恶性结节治疗通常包括手术切除、消融治疗、放疗、化疗、靶向治疗等,具体治疗方案会根据癌症的类型、分期、患者的整体健康状况等因素而定。

囊性肺病等

哪些人群需要进行肺结节的早期筛查?筛查主要针对具有患病风险的人群,包括:吸烟者或曾经吸烟者;有家族遗传病史者;长期暴露于致癌物质的人群;既往患有肺癌或其他相关癌症的患者;年龄较大者;具有慢性呼吸系统疾病(如慢性阻塞性肺病)或免疫系统疾病的个体。

同时,通过对目标人群的危急性分级,临床上建议对高危组进行低剂量CT检查。高危组的入组标准包括≥50岁人群和≥20包/年吸烟史人群。

长沙疾控提醒,冬季谨防一氧化碳自救逃离时匍匐行动更安全

长沙晚报1月30日讯(全媒体记者 彭放 通讯员 肖湘阳)冬季是一氧化碳中毒的高发季节。今日,长沙市疾控中心提醒,在密闭的室内使用无烟道的烧煤炉取暖、吃木炭火锅、燃气热水器安装或使用不当,在门窗紧闭的车内长时间开空调等情况,都容易造成一氧化碳中毒,市民朋友需提高警惕。

一氧化碳中毒俗称煤气中毒。一氧化碳是一种无色无味无刺激性的气体,人吸入它时没有任何感觉,一氧化碳随着呼吸进入血液,迅速与血液中的血红蛋白结合,使其失去携氧能力,致人缺氧,引起头晕头痛、全身无力、恶心呕吐、意识不清等中毒症状,若不能及时脱离一氧化碳中毒的环境,症状将加重,出现昏迷、脑缺氧等,严重者会导致脑死亡。

一旦发现他人一氧化碳中毒,一定要在保证自身安全的前提下开展急救。先立即打开门窗通风,并切断一氧化碳来源,如关闭阀门熄灭正在燃烧的热水器或燃气灶;将中毒者抬到室外空旷地带,平卧,头偏向一侧,保持呼吸道通畅并注意保暖;如中毒者呼吸心跳停止,需立即进行人工呼吸和胸外按压,或使用自动体外除颤器(AED)对其及时进行急救(关注“长沙120”微信公众号,进入“微网站”界面可查询长沙市AED投放网点);提醒,一旦出现头痛、头晕、恶心等疑似一氧化碳中毒症状,千万不能大意,要立刻开窗透气,迅速逃离现场,此时应避免猛烈站起,引起血液回流晕厥过去。因一氧化碳的比重比空气略轻,会悬浮在上层,因此,匍匐行动更安全。如果已经浑身无力、手脚不听使唤,难以自救,应想办法弄出声音动静,如通过摔东西、呼救等吸引他人注意。

如果发现自己一氧化碳中毒,一定要在保证自身安全的前提下开展急救。先立即打开门窗通风,并切断一氧化碳来源,如关闭阀门熄灭正在燃烧的热水器或燃气灶;将中毒者抬到室外空旷地带,平卧,头偏向一侧,保持呼吸道通畅并注意保暖;如中毒者呼吸心跳停止,需立即进行人工呼吸和胸外按压,或使用自动体外除颤器(AED)对其及时进行急救(关注“长沙120”微信公众号,进入“微网站”界面可查询长沙市AED投放网点);提醒,一旦出现头痛、头晕、恶心等疑似一氧化碳中毒症状,千万不能大意,要立刻开窗透气,迅速逃离现场,此时应避免猛烈站起,引起血液回流晕厥过去。因一氧化碳的比重比空气略轻,会悬浮在上层,因此,匍匐行动更安全。如果已经浑身无力、手脚不听使唤,难以自救,应想办法弄出声音动静,如通过摔东西、呼救等吸引他人注意。

如果发现自己一氧化碳中毒,一定要在保证自身安全的前提下开展急救。先立即打开门窗通风,并切断一氧化碳来源,如关闭阀门熄灭正在燃烧的热水器或燃气灶;将中毒者抬到室外空旷地带,平卧,头偏向一侧,保持呼吸道通畅并注意保暖;如中毒者呼吸心跳停止,需立即进行人工呼吸和胸外按压,或使用自动体外除颤器(AED)对其及时进行急救(关注“长沙120”微信公众号,进入“微网站”界面可查询长沙市AED投放网点);提醒,一旦出现头痛、头晕、恶心等疑似一氧化碳中毒症状,千万不能大意,要立刻开窗透气,迅速逃离现场,此时应避免猛烈站起,引起血液回流晕厥过去。因一氧化碳的比重比空气略轻,会悬浮在上层,因此,匍匐行动更安全。如果已经浑身无力、手脚不听使唤,难以自救,应想办法弄出声音动静,如通过摔东西、呼救等吸引他人注意。



如何避免发生一氧化碳中毒?

- 1.正在使用燃气热水器或燃气灶,应保持室内外空气流通; 2.如果要在室内烤炭火或吃炭火锅,一定要打开门窗,保持室内外空气流通; 3.燃气热水器严禁安装在浴室内; 4.热水器和燃气灶正常燃烧时火焰呈蓝色,如火焰发黄、冒烟,是燃烧不充分的现象,应立即停止使用,检查维修; 5.不再紧闭车门车窗、在开有空调的车内睡觉。