

解读《2021年健康体检数据》 10万人参加体检 3万多营养过剩

■记者 蔡玲玲/文 徐凯声/制图

定期体检是发现疾病隐患最直接的方式。近日，市人民医院健康管理中心《2021年健康体检数据》出炉，让我们一起来看看，在瑞安市民奔向健康的路上，有哪些“拦路虎”？这些数据里，有没有你的一份“贡献”？



甲状腺结节检出率高达56%，男女患者占比差不多

据市人民医院健康管理中心《2021年健康体检数据》分析，2021年，到该中心体检总人数为105850人，其中男性51783人，女性54067人。从年龄层面讲，20岁至65岁年龄段，占参检总人数65%。

据统计，2021年共有53687人参与了甲状腺检查，结果显示**30083人患有甲状腺结节，检出率高达56%**，高居榜首。其中，女性检出率为55%，男性检出率为57%，这项数据打破了之前“女性更容易得甲状腺结节”的说法。

值得关注的是，近年来我市甲状腺结节的“检出率”居高不下。据分析，外在环境的多变、生活节奏的加快增加了患病率；生活工作压力大、情绪波动大是甲状腺结节重要的致病因素，因此，上班族、脑力工作者都是甲状腺结节高发人群。

22484人“血脂异常”，21845人“尿酸偏高”，31%营养过剩

体检数据显示，**排名前三**的慢性非传染病，分别是**血脂偏高、尿酸偏高、血压偏高**。22484人显示“血脂异常”，21845人显示“尿酸偏高”，分别占总参检人数的21%、20%。此外，参检中有**31%查出“肝内脂肪浸润”**，这是属于营

养过量性脂肪肝，由于脂肪组织增加，游离脂肪酸释出增多所致。

据分析，血脂异常、尿酸增高、肝内脂肪浸润等代谢异常是心脑血管疾病的高危因素，同时也增加肿瘤的发生率。这些异常指标的高发，与人们平时不良

生活方式密切相关，比如说压力大、应酬多、喜欢吃高热量、高脂肪类的食物，长期吃外卖食品；久坐、缺乏运动等。因而，只要改变生活方式，清淡饮食、戒烟、限酒、增加运动，这些异常指标是可以变好的。

C13检测人数同比增加七成，感染率下降三成

C13呼气检测是检查幽门螺旋杆菌的一种方法。据体检中心数据统计，近两年来，做C13呼气检测的人数越来越多。2020年有22383人做了C13呼气检测，**2021年增至38216人，检测人数增加了七成**。不过，在**感染人数**方面，2021年相比2020年**下降近**

三成。2020年，幽门螺旋杆菌感染率达43%，2021年感染率降至11%。

“这跟市民对幽门螺旋杆菌的重视有关。而感染幽门螺旋杆菌的市民，如今可以通过多种药物联合治疗达到根除细菌。”市人民医院健康管理中心副主任谢海波说，幽门螺旋杆菌是能

够在人体胃内长期定植并导致慢性炎症的细菌，它通过口口传播和粪口传播。已有家庭成员明确诊断幽门螺杆菌感染后，与其生活在一起的其他成员阳性率非常高。因此，该类人群应及早防治。

超四成女性选择了HPV筛查，超半数女性查出乳腺结节

男性体检检出异常的**排名前三**分别是**甲状腺结节、肺结节、肝内脂肪浸润**。**女性**体检检出异常的**排名前三**分别是**甲状腺结节、乳腺结节、子宫肌瘤**。检出率高达50%以上的除了甲状腺结节，男性是肝内脂肪浸润，女性是乳腺结节。

宫颈癌是女性发病率最高的恶性肿瘤之一。随着医学知识的普及与媒体的宣传，近年来，预防宫颈癌成为女性市民在健康上最关心的问题之一。2021年，我市参检的女性共54067人，其中就有

22464人做了HPV筛查，28330人做了TCT筛查。其中，大部分选择了TCT+HPV联合筛查。

据介绍，HPV是人类乳头瘤状病毒的缩写，TCT代表“薄层液基制片细胞

学检测”，通俗的讲就是对宫颈上皮细胞的分析，看看它有没有病变。TCT+HPV联合筛查是目前宫颈癌的主要筛查方式。



易腐垃圾分类越精准奖金越高

我市首创生活垃圾分类“以奖代补”模式

本报讯(记者 蔡玲玲 邵象富)日前，家住侨信大楼的潘纯洁拎着两个垃圾袋，分别投进了相应的垃圾分类箱。对她来说，在家就对生活垃圾实行分类、再拿到楼下垃圾房集中投放的行为，已经成为一种习惯。“虽然刚开始觉得有点麻烦，但长久来看肯定有好处，垃圾正确分类可以实现资源高效回收再利用。”她说。

为进一步提高生活垃圾减量化、资源化、无害化处理水平，推动经济社会绿色发展和可持续发展，去年底，市城乡生活垃圾分类工作领导小组办公室(以下简称“市分类办”)率先全省之先，制定了《瑞安市生活垃圾分类试点小区以奖代补实施方案》，今年1月1日起，在市区的侨信大厦、侨联大厦(同一个小区)，银都花园，瑞安大厦，虹北锦园共4个小区启动“以奖代补”试点工作。

据悉，在实行生活垃圾分类“以奖代补”前，市分类办对全市垃圾分类试点小区采用的是运维补助的方式，补助金每年3.4万元以上。“以奖代补”后，4个试点小区的易腐垃圾是否精准投放将纳入考核，易腐垃圾收运总量和准确率越高，奖励额度越高。

试点小区物业需设置清运点，建立易腐垃圾分类直运体系，杜绝混收混运现象；实行日产日清和定时定点收运，对易腐垃圾的收集准确率、去向、重量，由收运方和交付方确认，并作台账记录。考核方法采取每周定期一次考核加不定期暗访的形

式，检查小区内易腐垃圾收集准确率、交付的重量和台账记录情况。考核单位由市综合行政执法局与试点小区所在街道办事处共同执行。

“1月1日以来，我们小区垃圾分类精准率更高了，准确分类率达到七成以上。居民的分类意识也比较高，个别没做好分类的，我会提醒纠正，对方也能接受。”侨信大厦、侨联大厦垃圾分类倡导员曾大姐告诉记者。

侨联大厦物业委员会委员林方方介绍，自我市开展垃圾分类工作以来，他们在小区内开展了多次活动，鼓励居民积极尝试，迈出垃圾分类第一步。小区纳入生活垃圾分类“以奖代补”试点后，餐厨垃圾回收车每天凌晨4时多来清运一次易腐垃圾，小区也更加干净了。

据了解，这些小区里被清运走的易腐垃圾，将由瑞安市伟明餐厨环保能源有限公司进行专业化处理，“变废为宝”。该公司管理人员魏雷雷介绍，1吨餐厨垃圾发电76.7度，1吨耗电量39.6度，1吨餐厨垃圾上网电37.1度，分解出来的油脂可提炼出做生物柴油。厌氧发酵形成沼气和沼液，沼液脱水后进入污水站进行水处理后再循环使用，真正实现垃圾的无害化、减量化、资源化。“居民能做到精准分类易腐垃圾，对于我们的工作十分有意义，一来有利于保护我们的处理机械，二来实现能源高效转化。”魏雷雷说。

“一个学期看了100多本书”

“阅读存折”让书香伴随孩子成长

本报讯(记者 林晓)“我的‘阅读存折’记录了我看过的很多书。我最喜欢的书是《蚯蚓日记》，因为蚯蚓从不嘲笑别人，还喜欢帮助别人……”1月17日是东都实验幼儿园孩子们期末离园的日子，大班孩子夏梓萱拿着“阅读存折”，高兴地讲起了这学期的“阅读储蓄”。

记者获悉，为了帮助孩子养成爱阅读的良好习惯，市实验小学、东都实验幼儿园都精心设计了“阅读存折”，让书香伴随孩子成长的每一天。

“存折是我们定制的，得到了老师和家长的广泛好评。学生把阅读的书目、时间记录在存折上，可以找老师兑换奖品。期末，我们还会组织开展‘阅读之星’评比活动。”市实验小学教导处副主任鲁周璇说，“阅读存折”还详细记录了

学生参加各项读书活动的成果，极大地方便了学生阅读的动态管理，加快书香校园的建设。

“一本‘阅读存折’就是孩子的一笔‘阅读资产’。”东都实验幼儿园园长陈美娜说，每天阅读记录、每周交流、期末盘点、兑换抽奖……孩子们读得津津有味，到了期末，“阅读储蓄”就可以兑换“阅读币”，换回自己心爱的礼物了。

在采访中，不少家长对这一做法点赞。“一个学期下来，存折里大概记录了100多本书，阅读种类多样，有故事、童话、寓言、科幻以及百科知识等。”市实验小学(2)班学生陈开心的妈妈说。还有家长表示：“在孩子的带动下，我结束工作回到家里，也会把手机丢到一旁，全身心陪伴孩子阅读，享受那份清静和愉悦。”

“大寒”不寒 阴雨不断

本报讯(记者 蔡玲玲 通讯员 潘文菁)“大寒时处三四九，天寒地冻冰上走。”1月20日迎来二十四节气中的最后一个节气“大寒”。同“小寒”一样，“大寒”也是表示天气寒冷程度的节气。过了“大寒”，又将迎来新一年的节气轮回。不过“大寒”并没有为我市带来极端的寒冷天气，却捎来一段连续多日的阴雨天气。

随着暖湿气流相对活跃，冷空气较弱，未来我市将会多阴雨天气。据气象台最新预测，未来一周我市云系增多，周五夜里起以阴雨天气为主，需注意防范周后期持续阴雨天气对交通的不利影响。市区周五，多云到阴，夜里阴局部有时有小雨，8℃至13℃；周六，阴有小雨，10℃至13℃；周日，阴有小雨，局部中雨，12℃至16℃。

大寒是一年中阴阳转换的重要时机，

因此大寒期间应养阳，通过节气养阳暖心，促进血液循环。这个时节，桂圆是暖血补血的佳品，建议经常在家炖些桂圆粥。

在这个承前启后的时节里，大自然阴气极盛，阳气沉降到极点并准备生发。所以，这个阶段要兼顾养肝，为开春阳气生发、肝气调达打好基础。此外，一些血管弹性较差的高血压患者，在大寒时节一天之内的血压波动往往会增大，而很多患有老慢支的病人只要稍不留神，也容易在此时节旧疾复发。这就更提示我们要在日常习惯中多加注意养护血管，例如适当吃橘子、苹果等酸性食物，很有益处。

看看天气

RUI BAO

分类天地

服务热线 65917777

求购

■高价购各种旧设备：发电机组、机床折弯机、剪板机、冲床、旧锅炉、制鞋设备、罗拉车、下料机五金化工设备等，13157759176。

转让

■挖掘机转让：沃尔沃210型、卡特315型、小松220型，价格面议，电话：15067893188。

■变压器、造粒机转让：(1) 800千瓦全套干式变压器1台；(2) 双螺杆塑料造粒机，型号：95型1台、65型1台、52型3台、单螺机2台。联系电话：13705780065陈总。

定制门窗

■佳恩门窗：专业为您定制中空门、断桥窗门、淋浴房、阳光房、金刚网纱窗。电话：18106782333，540588(市府网)。

家政

■百姓家政：瑞安专业搬家，钟点工服务，专业管道疏通，专业清理化粪池，专业空调维修，电话：66615820。

■三通家政：瑞安专业管道疏通，专业清理化粪池，专业空调、水电安装维修，专业搬家，提供钟点工服务，15356267199。

疏通补漏

■清理化粪池、马桶、下水道、阴沟，空调拆装，钻孔，提供钟点工，18205778338。

■高压清洗管道、化粪池、马桶、阴沟，空调拆装，钻孔、提供钟点工，17816302188。

■专业疏通马桶、下水道，维修水电、高压清洗、疏通管道，清理化粪池，13968936321。

■专业疏通清理：疏通马桶、浴缸、阴沟，专业清理化粪池，高压清洗、疏通管道等服务，13388579754。

■高压车清洗管道、阴沟，通马桶、下水道，空调拆装、修、加液，82395069。

■清理化粪池，通下水道、马桶、各种管道，价格低，15869696136。

■专业疏通马桶、下水道，高压清洗大小阴沟，专车抽粪，65680798。

家电维修

■30年专业经验，安装、精修、清洗：大小空调、冷库，工业冷水机，国产、进口机组，制冷设备疑难故障排除。承接各单位品牌电器整体包修，15867741252。

■瑞丰制冷：空调故障专业维修、鉴定机构，联系电话：18267767246。

搬家

■瑞安百姓搬家公司：居民搬家，长短途搬家、搬运，货运出租，空调拆装等，13967736316。

遗失

遗失瑞安林孝里内科诊所的原公章一枚，声明作废。

遗失瑞安市拓新投资有限公司的财务专用章(上附号码：3303810021778)、法人章(蔡雪梅)各一枚，声明作废。

遗失瑞安市塑料化工厂的财务专用章、合同专用章各一枚，声明作废。

关于对瑞安市G228瑞安大桥实施交通限制的通告

因瑞安市G228瑞安大桥(桥梁中心桩号为K4086+424)施工需要，为确保车辆及行人安全，根据《中华人民共和国道路交通安全法》第三十九条规定，于2022年1月23日至2022年5月30日，对上述施工路段实施二类占道施工，占用非机动车道及第三车道一半进行全过程占道施工，原第一、第二车道通行。过往车辆请按交通标志指示通行。敬请广大群众、沿线各单位予以支持配合，并服从交通管理人员指挥。

瑞安市公路与运输管理中心

瑞安市公安局交警大队

2022年1月21日