

乐清人的高发疾病有哪些？ 看看体检疾病排行榜



来越多市民的健康意识增强了，个人或单位至少一年一次的定期健康体检，大大提高了这些疾病的早期诊断率。

建议 对症治疗定期检查

那人们该如何预防这些疾病呢？医生针对不同病症给出以下建议。

脂肪肝、高甘油三酯血症、高胆固醇血症，皆为脂质代谢异常疾病。市民需要控制各类含脂质的食物摄入量：如食用油每天不多于25克；“白肉”比“红肉”好，动物内脏不宜吃；严格控制饮食，减少外源性脂质进入体内。适度增加运动锻炼，坚持每日有规则的有氧运动。

甲状腺结节的高发与两个因素相关，一与碘的代谢有关，乐清地区为沿海地区，需控制碘的摄入，建议居民避免过量食用富含碘的海产品；二与情绪相关，建议大家生活中保持心情舒畅，避免疲劳。做到这两点，相信甲状腺疾病会远离我们。

胃幽门螺杆菌感染的预防，医生建议多人进餐时，避免混用餐具；注重口腔卫生，定期清除牙菌斑；餐前、便后清洗双手，使用有杀菌抑菌功能的洗手液。

高血压是一种生活方式病，除遗传因素外，其它因素均为可以控制和改变的后天因素。市民应该劳逸结合，放松心情压力，保持良好的心态和快乐的心情；限制摄盐、忌烟限

酒，不要熬夜，避免过多摄入高脂肪、高胆固醇食物。

乳腺疾病的发生与内分泌失调及精神因素有关，建议女性朋友在工作和家庭生活中要量力而行，做好自我调节，适当减压，摆正自己的位置；禁止滥用避孕药及含雌激素美容用品，不吃用雌激素喂养的鸡、牛肉；适时婚育，避免人流，产妇应提倡母乳喂养，能防患于未然。

最后，医生温馨提醒广大市民，为保证身体健康，除了保持良好的生活方式外，还需定期进行检查，了解自己的健康状况，及时查出早期病变，做到早发现、早预防、早治疗，因为身心健康才是干好事业、提高生活质量、家庭幸福美满的根本保障。

副市长沈林杰 周五接待来访群众

本报讯（通讯员 江再福）12月30日上午，市政府副市长沈林杰将在市信访局接待来访群众。群众需要反映的信访事项属于当天市领导接待范围的，请在12月29日17时前到市信访联合接待中心（地点：伯乐东路557号，乐清日报大楼一楼北侧）办理预约，预约凭本人身份证登记并提供相关书面材料。

市政府副市长沈林杰接待范围 交通运输与管理、交通重点工程建设、市域铁路S2线乐清段、乐清湾铁路支线、甬台温高速复线、温州绕城高速北线二期等重点工程建设、海洋渔业、海涂围垦工程。

以下情况本次市领导不予接访：信访事项不属于本周市领导接待范围的；近两个月内有信访并由相关单位已经受理或正在办理的；已经答复、复查、复核终结的或已超过复查、复核期限的。完成预约登记的群众优先安排接待，当天随机来访的群众原则上不安排市领导接待。

“星宝”运动会 玩得很开心



本报讯（记者 李张侃）12月25日，60多名自闭症孩子及其家长参加了由乐清市妇联主办的首届“星宝”亲子运动会。

这些孩子来自乐清市星星儿童家园，虽然平时不易亲近，但是在运动中却表现出了令人惊讶的竞争意识。星星儿童家园柳市园区园长郑淑丹介绍，运动有助于自闭症孩子增加与人交往的兴趣，是一种“快乐修复”方式。

此次运动会共设有两人三足、小猪快跑、勇往直前等7个项目，均是根据孩子兴趣展开的，主要让孩子感受快乐，激发孩子的主动性和社会意识。

赛场上，一个个“星宝”在家长的陪伴下生龙活虎，热情高涨。来自乐清市机关幼儿园、乐清市乐公益协会、乐清市蓝天救援队的志愿者们纷纷为孩子们加油鼓励。“有些孩子在比赛途中落后了，停了下来，在众多老师与家长的鼓励下，又坚持比赛，直到跑到终点，令人感动。”一名志愿者说。

■记者 杨海虹 叶萌
通讯员 林晓秋 王海方

昨日上午，在乐清市人民医院体检中心，25岁的女职工小徐拿着验血单，拉住身边的同事说：“真害怕抽血。”旁边67岁的退休职工王阿姨接话茬：“查查有好处。你们这些年轻人，以为自己年轻身体棒，不会有什么大碍。但是病可不分年龄呀，体检就等于保养自己。”另一名企业职工说，去年他体检时查出了脂肪肝，就开始注意饮食和运动，希望这次的检查结果会好一些。

随着生活水平的提高，定期体检逐渐成为一种“健康时尚”。许多人不但对自身健康状况愈加重视，还特意到医院挑选检查项目，送给父母一份“孝心体检”。那么，体检时该查什么项目？乐清人体检中查出最多的疾病是哪些？这些病人应该注意什么？近日，乐清日报记者走访了乐清市人民医院和乐清市第三人民医院。

现象 高发病前五名出炉

乐清市人民医院体检中心工作人员介绍，除了常规体检内容，市民最好能根据自己的实际情况增加一些体检项目。

根据乐清市人民医院体检中心2016年数据统计，男性高发疾病前5名分别为：脂肪肝、甲状腺结节、高血压、超重、高甘油三酯血症；女性高发疾病前5名分别为：乳腺纤维腺病、甲状腺结节、高胆固醇血症、胃幽门螺杆菌感染、乳腺结节。不难发现，甲状腺结节和脂质代谢异常均为男女高发的体检异常情况。

乐清市第三人民医院提供的体检数据，情况与乐清市人民医院差不多。

原因 吃得太好动得太少

虽然这些疾病发病率不能代表整个社会群体的情况，但市民不妨通过对这些数据的分析，作为一个样本看看乐清人在体检中常见的一些疾病。根据乐清市人民医院体检中心医生分析，这些疾病的形成，和人们的生活习惯、工作习惯、饮食习惯及所处的环境有密切的关系。

比如外出就餐增多造成营养摄入不均衡，热量和脂肪摄入过量；夜间娱乐生活丰富导致睡眠不足，情绪不稳；机动车的普及以及网络、高科技信息技术的普及造成居民普遍缺乏运动和锻炼等。

有些人可能会为这些疾病的高发而忧心，其实大可不必。体检中心医生认为，只要市民认识到不良生活方式对健康的影响，并通过各种形式的体育锻炼，调节生活起居，就能让身体状况及时得到改善。此外，如今越

更正

本院于2016年12月20日在《乐清日报》第5版刊登的“乐清市超泰电子有限公司、乐清市索亚电气有限公司等”十六个破产清算案件公告中：“经管理人查明上述企业任何财产可供偿付破产费用和共益债务”更正为“经管理人查明上述企业无任何财产可供偿付破产费用和共益债务”。乐清市人民法院

更正

本院于2016年10月27日在《乐清日报》第5版刊登的“温州贤泰科技有限公司、乐清市德而胜电器有限公司”两个破产清算案件公告中：“乐清市德而胜电器有限公司”更正为“乐清市德而盛电器有限公司”。乐清市人民法院

乐清市人民医院体检中心2016年数据统计



·双拥宣传专栏·



我市掀起年终拥军慰问热潮

年终将至，爱涌乐清。近期，市民政等相关部门、社工组织积极开展双拥慰问活动，掀起年终拥军慰问热潮。

近日，乐清市一心社工服务中心的社工对接了乐清市中医院，走访象东社区的18位双拥服务对象，为老人们送去精心准备的党参、枸杞、莲子等冬季滋补品，希望帮助他们更好地应对寒冷天气。考虑到部分对象可能不会熬制滋补品，社工还悉心挑选了全自动的炖锅方便他们使用。在交谈中，社工对老人们嘘寒问暖，在了解近况的同时提醒老人们在冬季应加强锻炼、注意增减衣物、时刻注意气候变化，一旦身体不适要及时就医。

12月12日，市区美乐餐厅里传出阵阵嘹亮歌声，由城东街道旭阳社区壹家亲社会工作室为“老兵之家”举办的集体生日宴会让老兵们倍感温暖，志愿者们带着老兵们自豪地唱起《当兵的人》，老兵们声情并茂地讲述当年在军营里难忘的故事，动情时眼中泛起泪花。随后社工和志愿者们亲

手为老兵们切蛋糕，并一一分给老兵们。已经80多岁的张老伯告诉记者，这已经是“老兵之家”过的第二个集体生日了，他希望每年都能和战友们过上如此有意义的生日。

以上是乐清“社工双拥”服务新模式的一个缩影。近年来，我市积极探索实现优抚社会化的新路子，旨在建立健全政府与社会组织、社区、社工多方联动工作机制，实现优抚服务的多元化、规范化、专业化，从而引导全社会力量参与优抚服务。2014年12月，我市出台了“社工双拥”的相关政策性规定，以盐盆街道盐城社区、城东街道旭阳社区、柳市镇象东社区为试点单位，明确“手牵手”社会工作室、“壹家亲”社会工作室、市一心社工服务中心3家社工机构为2015年双拥工作政府购买服务的试点组织，确定了辖区内96名重点优抚对象为服务对象。迄今为止，这种模式取得了很好的成效。

在探索实现优抚社会化的新路子同时，我市还不断深化科技拥军活

动。

12月15日上午，乐清市民政局杨云彪局长、郑良义副局长、周秋莲副局长带领双拥办工作人员慰问某驻乐部队，为官兵们添置了空调、电脑等物品。杨云彪局长在此次慰问中详细了解部队军官的生活、工作等情况，认真听取他们的意见。他表示，希望部队官兵坚守岗位、加强训练、再创佳绩，并表示民政局会一如既往地关心和支持部队建设，大力支持部队改善工作和生活条件，为部队建设提供优质服务，共同推动军地双拥工作新发展。

据了解，近年来我市以不断创建学习型军营为载体，为部队开办电脑、英语、厨师、养殖、修理培训班，并积极为军队科技培训提供设施保障，为驻乐基层连（中）队建立流动图书室等，受到部队欢迎。此外，我市还进一步提高优抚对象抚恤标准，开展“爱心献功臣活动”，全面落实退伍军安置及义务兵优待金政策，双拥工作取得了长足的发展。（田文 丽琴）

「在路上」 如此晒腊肉



电线杆上晒腊肉、香肠，绿化带上晒被褥，行道树上晒衣服……冬日的大晴天，乐清的街头像是一个“大晒场”，乱挂、乱晒现象较普遍。

日前，记者在市区东云路上看到，两根电线杆之间悬挂着不少腊肉，还不时往下面滴油，行人如不小心就会被油渍弄脏衣服。虽说冬天晒腊肉是乐清的习俗，但这里是市区主干道，这样晒腊肉既不美观也不安全。 记者 杨海虹 摄

乐清市城东街道晨怡花园16套住宅转让拍卖公告

乐资产权告字〔7〕号

根据乐清市人民政府〔2015〕57号专题会议纪要规定，经乐清市国有资产监督办公室、乐清市住房和城乡规划建设局批准同意，乐清市公共资源交易中心受乐清市康居工程开发有限公司委托，对其坐落在乐清市城东街道晨怡花园16套住宅以拍卖方式进行公开转让，现将有关事项公布如下：

一、拍卖标的基本情况：									
序号	转让标的	房产面积(m ²)	土地面积(m ²)	用途	不动产产权证号	车位编号	起拍价(万元)	竞买保证金(万元)	
1	晨怡花园3号楼1单元101室	138.53	22.37	住宅	0009103	1	113.5946		
2	晨怡花园3号楼1单元102室	138.06	22.29	住宅	0009106	2	110.448		
3	晨怡花园3号楼2单元103室	138.06	22.29	住宅	0009113	9	110.448		
4	晨怡花园3号楼2单元104室	138.06	22.29	住宅	0009112	10	110.448		
5	晨怡花园3号楼3单元105室	138.06	22.29	住宅	0009109	13	110.448		
6	晨怡花园3号楼3单元106室	138.53	22.37	住宅	0009124	14	116.3652		
7	晨怡花园3号楼1单元201室	140.33	22.66	住宅	0009123	3	119.2805		
8	晨怡花园3号楼1单元202室	139.86	22.58	住宅	0009122	4	117.4824		
9	晨怡花园3号楼2单元203室	139.86	22.58	住宅	0009121	11	117.4824		
10	晨怡花园3号楼2单元204室	139.86	22.58	住宅	0009099	12	117.4824		
11	晨怡花园3号楼3单元205室	139.86	22.58	住宅	0009120	15	117.4824		
12	晨怡花园3号楼1单元302室	139.86	22.58	住宅	0009119	6	118.881		
13	晨怡花园3号楼2单元303室	139.86	22.58	住宅	0009116	28	118.881		
14	晨怡花园3号楼2单元304室	139.86	22.58	住宅	0009117	29	118.881		
15	晨怡花园3号楼3单元305室	139.86	22.58	住宅	0009114	17	118.881		
16	晨怡花园3号楼3单元306室	140.33	22.66	住宅	0009115	18	126.297		

备注：①本次转让标的均按现状转让（具体详见转让项目房地产平面图），详见乐永评〔2016〕第095号资产评估报告书（房产面积以市国土资源局确权为准），转让标的有不动产权证书（有房产证和土地证），每套住宅转让后，其土地出让金和出让契税由乐清市康居工程开发有限公司负责缴纳，每套住宅配一个车位（详见地下室车位示意图），每户需另向乐清市康居工程开发有限公司缴纳2.65万元车位补差款（车位无产权证）。②竞得人在办理房产过户时产生的相关税费由转让双方按国家有关法律法规规定各自承担，其他水、电、通信、物业管理费由转让人承担。③竞买人缴纳一份竞买保证金只能竞得一个标的，如未竞得的竞买人可以继续参加另一标的竞拍，如竞买人要竞得多个标的，则必须缴纳相应份数竞买保证金。

二、成交款支付方式：

本次标的成交款分二期支付。第一期成交款的50%（含50%及以上）于签订《拍卖成交确认书》之日起3个工作日内支付，第二期剩余成交款在签订《不动产转让合同》起60日内一次性付清。《不动产转让合同》于《拍卖成交确认书》签订之日起3个工作日内签订。

三、竞买人条件：

凡具有完全民事行为能力之自然人及企事业单位均可参加竞买。

四、转让方式：

本次标的转让不设底价，采用增价拍卖方式转让，按

价高者得原则确定竞得人。

五、本次拍卖的详细资料和要求，见《拍卖文件》，申请人可于2017年1月16日至2017年1月18日到乐清市公共资源交易中心产权交易科获取。

六、报名有关事项：

1.报名时间：2017年1月16日至2017年1月18日16时止。

竞买保证金截止时间：竞买保证金到账的截止时间为2017年1月18日16时。自然人必须用本人名义以转账方式交纳竞买保证金，企事业单位必须从其账户以转账方式交纳竞买保证金。经审查，申请人按规定交纳竞买保证金，具备申请条件，乐清市公共资源交易中心将在2017年1月18日17时前确认其竞买资格。

报名地点：乐清市公共资源交易中心国有资产产权交易科（乐清市市府路1号行政管理中心西南附属楼4楼）。

2.报名时需提供相关资料：

(1)竞买申请书原件（自然人、法人或其委托代理人申请报名时，须当场在申请书上签字、盖章）。

(2)若申请人为自然人的提交自然人居民身份证原件；若申请人为企事业单位的，提交企事业单位登记证书和法人居民身份证原件。若申请人联合申请的提交联合申请各方的有效身份证件及联合竞买协议原件。

(3)申请人委托他人代为申请的，应提交经过公证的授权委托书原件及委托代理人的居民身份证原件。

(4)竞买保证金交纳凭证原件。

(5)拍卖文件规定需要提交的其他文件。

3.拍卖时间：2017年1月19日下午3时。

七、联系方式与银行账户如下：

联系地址：乐清市公共资源交易中心国有资产产权交易科

联系电话：0577-61882632 61525132 13867785905（董先生）

网址：http://www.yqztb.gov.cn

开户单位：乐清市公共资源交易中心投标保证金专户

开户行：农行乐清市支行营业部

账号：19-270101040011289

开户行：中信银行温州乐清支行

账号：7335210182600027880

开户行：中国邮政储蓄银行乐清市支行

账号：100536784440010001

开户行：中国建设银行乐清支行

账号：33001627535059789789

开户行：乐清农商银行营业部

账号：201000127275140

乐清市公共资源交易中心
乐清市康居工程开发有限公司
浙江浙商拍卖有限公司
2016年12月27日