

1元洗车 周二10时 开抢!

动动手指
轻轻松松领券

世界青田app车主福利限时放送!



推荐 新闻 视频 直播 图片 原创

• 习之 坚持推进高水平对外开放 习近平服贸会

时政 看图学习 | 携手推动世界经济走上持续复苏轨道

大千项目 干大项目

网络问政 拍客 乡镇部门 瞧·少年 太鹤农场

分类信息 吃货 青 积分商城

点击进入

原创 每日有石·青田 | 《海岳仙踪》文彭作

新闻 服务 教育 活动 我的

商品详情

1元洗车券

1元洗车 (每周二10点)
300积分

商品介绍

商品数量: 0
已兑数量: 100
兑换限制: 一周一次

用户凭兑换券线下需再支付1元给商家, 洗车服务包括车身外部清洗、车内吸尘。服务仅限5座及以下非营运车辆使用, SUV、MPV等车型需另补差价5-10元(差额以洗车点实际公示为准);

兑换次数:
每周二上午10点, 限量50张

洗车地址:
1. 赛浪汽车服务 (西南街道江南大道...)

点击兑换

我要兑换



扫码下载世界青田APP

青田公益广告
QingTian Public service advertisement

浙江有礼 善行青田



青田县创建全国文明城市工作领导小组办公室 宣

青田县人民法院公告

张显光(户籍地浙江省青田县贵岙乡上贵路8号):

本院受理原告邱爱东诉被告张显光民间借贷纠纷一案,已审理终结。现依法向你公告送达本院(2023)浙1121民初1858号民事判决书,判决主文如下:被告张显光于本判决生效之日起十日内偿还原告邱爱东借款299200元。如果未按本判决指定的期间履行给付金钱义务,应当依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百六十条之规定,加倍支付迟延履行期间的债务利息。自公告之日起30日内来青田法院温溪法庭领取民事判决书,逾期则视为送达。如不服本判决,可以在判决书送达之日起十五日内,向本院递交上诉状,并按对方当事人的人数提出副本,上诉于浙江省丽水市中级人民法院;也可以在判决书送达之日起十五日内,向浙江省丽水市中级人民法院在线提交上诉状。

听似睡得香,其实危害健康

平时生活里,咱们老能听见这样一句话“听见你昨晚打呼了,睡得可真香啊”。好像挺多人都觉得,睡觉打呼就是睡得特别沉,睡眠质量特别好,但真是这样吗?其实,打呼不但跟睡得好没什么关系,反而还是一种叫作睡眠呼吸暂停综合症的病。以下就介绍一下这个疾病。

一、睡眠呼吸暂停综合症的定义

睡眠呼吸暂停综合症是一种常见的睡眠障碍,指在睡眠过程中出现部分或完全的上呼吸道梗阻,导致低通气,从而出现呼吸暂停和低通气,主要表现为打鼾、睡眠呼吸暂停、白天嗜睡等症状。

二、睡眠呼吸暂停综合症的危害

1. 影响睡眠质量
睡眠呼吸暂停综合症会导致睡眠质量下降,表现为睡眠浅、失眠、早醒等症状。这些症状会导致白天疲劳、注意力不集中、情绪波动等不良影响。
2. 引发心血管疾病
睡眠呼吸暂停综合症与心血管疾病之间存在密切关系,是高血压发生的独立危险因素。可导致高血压、冠心病、心力衰竭等心血管疾病的发生和恶化。这是因为睡眠呼吸暂停综合症会导致低氧血症和二氧化碳潴留,刺激交感神经,引起血管收缩和血压升高。
3. 影响记忆力和注意力

睡眠呼吸暂停综合症会影响记忆力和注意力。这是因为睡眠呼吸暂停综合症会导致大脑缺氧,损伤神经细胞,影响认知和思维能力。

4. 影响生殖系统

睡眠呼吸暂停综合症会对男性生殖系统产生不良影响,如不孕不育、性功能障碍等。这是因为睡眠呼吸暂停综合症会导致内分泌失调,影响男性激素的分泌,从而影响生殖系统的正常功能。

三、睡眠呼吸暂停综合症的诊断方法

1. 睡眠监测:通过多导睡眠图(PSG)等设备对整个夜间睡眠进行监测,记录呼吸、血氧饱和度、心电图等多个指标,以确

定睡眠呼吸暂停综合症的存在和严重程度。

2. 机器监测:使用家庭睡眠监测设备,如便携式睡眠监测仪等,对夜间睡眠进行监测,可初步诊断睡眠呼吸暂停综合症。

四、睡眠呼吸暂停综合症的预防和治疗

1. 预防措施:
 - (1) 控制体重,减轻体重可降低睡眠呼吸暂停发生的概率;
 - (2) 改变睡眠姿势,如侧卧睡眠可减轻睡眠呼吸暂停症状;
 - (3) 避免饮酒和吸烟,饮酒和吸烟可加重睡眠呼吸暂停症状。

2. 治疗措施:

- (1) 口腔矫治器:适用于轻中度睡眠呼吸暂停综合症患者;
 - (2) 持续正压通气治疗:通过面罩等设备提供持续气流,保持呼吸道通畅,是治疗睡眠呼吸暂停综合症的主要方法。
 - (3) 手术治疗:对于严重的睡眠呼吸暂停综合症患者,可能需要进行手术治疗,如扁桃体切除术、悬雍垂腭咽成形术等。
- 总之,了解上诉知识,可以提高公众对这个疾病的认识,降低风险。如有疑问或症状出现,请及时就医诊治。

青田县中医医院 吕东芝