

## “榜样鹰城”

# 2021年度鹰城经济人物票选开始

本报讯 扛起新使命、展现新作为、再创新业绩。2月14日，“榜样鹰城”2021年度鹰城经济人物推选活动网络投票已正式启动，快来票选你心目中的2021年度鹰城经济人物吧！

此次活动由市委发展和改革委员会、市科学技术局、市人力资源和社会保障局、市市场监督管理局、平顶山日报社联合主办，吸引了众多优秀企业和行业佼佼者的积极参与。来自能源行业、金融行业、科技行业、高端制造业、城建行业等不同领域的70多家企业与个人纷纷报名，充分体现了“榜样鹰城”品牌的丰富内涵和时代价值。

自2月12日报名截止后，在主管单位推荐和企业自荐的基础上，主办方从企业责任理念与战略、管理体系、社会责任绩效、公众形象四个方面进行推选，经活动组委会办公室综合考量，确定梁五星等13人为2021年度鹰城经济人物奖候选人，中国平煤神马集团等24家企业为突出贡献奖候选企业，铁福来有限公司等11家企业为创新品牌奖候选企业，叶元朋等8人为优秀创新企业家奖候选人，李小闯等18人为返乡创业明星奖候选人。网络投票结束后，主办方还将组织专家评审，结合网络投票和专家投票结

果，最终评选出获奖人物和获奖企业。

从候选榜单看，责任担当、勇于创新，是“鹰城榜样”们的共同特点，无论企业还是个人，都在为我市加快建设区域中心城市，努力成为中原城市群的重要一极贡献力量。

本次活动投票时间为2月14日至2月16日，市民可扫描右方二维码或在平顶山微报进行投票。谁是鹰城经济巍巍巨轮的领航者？谁为鹰城经济发展树立时代榜样？请各界人士积极投票，致敬时代经济发展答卷人，共同见证鹰城榜样的诞生！

(张超)



扫描二维码，参与投票



2月14日，北京冬奥会自由式滑雪女子坡面障碍技巧资格赛在张家口云顶滑雪公园举行，图为瑞士选手莎拉·赫夫林在比赛中。  
新华社记者 许畅 摄

## 扭伤、挫伤、骨折怎么办？

这里有一份急救指南

本报讯 当前正值冬奥盛会，观看精彩比赛时，点燃了很多冰雪运动爱好者的激情。享受冰雪运动时，一不小心出现踝关节扭伤、关节脱位、肌肉拉伤等急性损伤怎么办？

华中科技大学同济医学院附属协和医院骨科副教授黄玮说，在冰雪运动中发生踝关节扭伤，即俗称的崴脚。崴脚后常出现脚踝部位疼痛、压痛、肿胀，脚踝关节活动受限，无法负重行走等症状。踝关节扭伤通常伴有韧带损伤，从而使踝关节的稳定性、平衡协调感觉及定向活动能力下降。

“运动中最常见的踝关节损伤是外踝扭伤，而大部分的踝关节扭伤都涉及距腓前韧带损伤，会导致

脚踝关节运动能力大大降低。”黄玮说，反复发生踝关节扭伤会引起反复受伤、长期关节不稳定、早期退行性骨改变及慢性疼痛等临床表现。一项针对篮球运动员的研究发现，踝关节重复扭伤的可能性几乎是首次损伤的5倍。

“通常踝关节急性扭伤要拍X光片，以排除骨折。急性的踝关节扭伤不伴有骨折大多可以保守治疗。”黄玮介绍，保守治疗方法包括使用护具保护踝关节；在充分保护关节的前提下，适当负重行走，有利于扭伤的恢复；进行冰敷；尽早采用弹力绷带加压包扎，有助于减轻肿胀等。

此外，如果在运动中发生挫伤、骨折怎么办？针对挫伤的急救处理措施，北京积水潭医院主任医师赵

斌建议，一旦出现活动受限，应立即给予伤者冰敷，以控制肿胀和软组织的出血。轻微挫伤只需制动、休息、抬高患肢，很快可消肿愈合。重度挫伤除了基本处理外，应及时就医。

“一般来说，在运动中出现的骨折都是闭合性骨折，针对性的急救处理主要是固定和镇痛。”赵斌说，骨折固定可以阻止骨折移位或复位失败，使该部位免受进一步损伤并减轻疼痛。在紧急情况下，移位风险低的骨折首选夹板固定。另外，充分镇痛也是急性骨折的重要处理措施。骨折固定、冰敷、抬高患肢和使用镇痛药物等都有助于减轻疼痛。在进行急救处理后，应及时将伤者送至医院进一步治疗。（新华）

## 导读

市一院新院区普外科五病区  
赓续打造  
强势胃肠健康团队

[B2]

总医院放射治疗科  
副主任陈晓亮  
握好“隐形手术刀”  
精准“狙击”肿瘤细胞

[B3]

反复发作的脑梗死病人  
在市妇幼保健院被成功救治  
一块小黑板  
写满医患情

[B4]



健康视界