

外地跑友逛太原 居民义务当“导游”

本报讯(记者 李涛 通讯员 王姝卉)9月22日,2024太原马拉松赛鸣枪开跑。连日来,外地跑友陆续抵达,其中不少人赶在比赛前去各个景点游玩。一些热情的太原市民主动当起义务“导游”,陪着外地客人感受太原最美秋景。

家住恒大滨河左岸小区的朱女士,9月20日上午外出时,遇到一行三人来问路。一听口音就是外地客人。对方说,来参加太原马拉松赛,已领取了参赛物品。趁着还有时间,想去逛

汾河景区。跟着导航来到附近,却找不到入口。

朱女士当即在前面带路,很快进入景区。一路上,她耐心向对方介绍了汾河景区的“前世今生”。随后,他们又顺着滨河自行车道走了许久,感受沿途景致。此时的汾河景区秋意盎然,水面波光粼粼,一幅自然和谐的美好画面。这几名外地跑友感慨地说:“听你讲了‘汾河故事’,再看眼前的风景如画,太原的生态环境真不赖!”两个小时后,双方分别,一行人向朱女士

连声道谢。

9月20日,滨体社区网格员乔文婷在辖区巡查时,也碰到了问路的外地跑友。对方想去食品街,不知道咋坐车。“可以先骑一辆共享单车,到府西街的桃园北路路口,乘坐502路公交车,在解放路的钟楼街口下车;也可以先坐807路公交车,在羊市街西口下车,再步行。”乔文婷详细说了几种乘车方案,并逐一写在纸上。对方很感动,道谢后离去。

21日上午,江西跑友陈先生来山

西博物院“打卡”。他掏出一个本子,让工作人员在上面盖上了纪念章。本子上已有全国很多景点的印章,代表他走过的“足迹”。当时,他遇到同样来盖章的永乐苑社区网格员宋静云。得知陈先生来跑马拉松,随后还会逗留几天,宋静云热情地向其推荐了另外几处景点,建议跑完去感受一下,肯定不虚此行。

滨体社区向居民发出了倡议:大家都是城市形象的代言人,遇到问路的外地客人,请耐心解答,当好东道主。

移动助力太马

“云端”记录精彩

本报讯(记者 张秀丽 通讯员 赵馨)2024年太原马拉松赛9月22日燃情开跑,为确保这场家门口的国际体育盛事网络通信安全畅通,山西移动太原分公司以一系列先进技术手段、网络保障措施,做好赛事网络服务保障等各项工作,并为每一位参赛者“云端”记录精彩瞬间,助力广大跑友畅享这场酣畅淋漓的比赛。

为确保比赛期间网络通信安全畅通,太原移动详细评估了赛事全程5G网络的覆盖需求,对赛事沿线569个站点开展全量满负荷扩容工作,累计开通互联网专线15条、新增保障基站27站、部署11个应急点位,布设应急通信车2辆,布放光缆5.8公里并完成赛道沿线线缆整治。经测试,马拉松赛事沿线4/5G下载速率满足央视直播速率要求,起点、

终点5G下载平均速率达860兆比特/秒,现场各项指标稳定运行、各项业务体验良好,助力赛事“出彩”、城市“出圈”。

依托5G+AI技术优势,太原移动全球通为每一位跑者量身打造专属的“人生视频”,通过智能识别选手号码牌,自动合成个人化的跑马Vlog。参赛者仅需通过“逐马计划”小程序,即可轻松查询并下载这些珍贵的视频资料,更可一键设置为视频彩铃或存储至移动云盘,让这份独一无二、质感满满的太马记忆永久珍藏于“云端”。

此外,在我市各移动营业厅,太原移动为广大跑友和游客准备了舒适的休息区,并可体验《黑神话:悟空》游戏,参加领取“跟着悟空游山西”通关文牒活动等,开启一段充满质感、收获满满的“晋韵之旅”。

喜迎马拉松 社区大扫除

本报讯(记者 韩睿 通讯员 张婧)随着第15届太原马拉松赛的临近,9月21日,我市多个社区纷纷进行大扫除,以整洁的街道环境迎接大赛。大扫除不仅提升了市容市貌,也展现了广大市民对马拉松赛的期待和支持。

太原马拉松赛作为我市的一项重要体育赛事,已经成功举办了14届,吸引了众多跑友参赛。今年,赛事规模进一步扩大,参赛人数创下历史新高,这无疑对城市管理和环境卫生提出了更高要求。为支持赛事举办,我市多个社区积极响应号召,组织居民和志愿者开展大扫除。在乾泽园社区,社区联合太原市城市学院的学生成志愿者们,对

辖区道路、花坛、休闲广场等公共场所进行了全面清扫。大家手持扫把、铁锹,有的清扫落叶,有的铲除杂草,还有的清洗公共设施,使得环境焕然一新。矿机社区很注重精细管理,致力于打造宜居环境,社区专门成立了环境整治小组,对辖区街道小巷卫生死角进行了彻底清理。同时,还组织鼓励小区居民自发清扫楼院公共区域,共同维护环境。新华西社区则组织志愿者对赛道附近沿线的部分墙面进行了清洁维护……

各社区的大扫除行动还得到辖区环卫工人的大力支持。参与者纷纷表示:大家一起努力,创造干净整洁的环境,让更多人爱上锦绣太原城。

别把外耳道胆脂瘤当耳屎处理

一周前,60多岁的唐阿姨出现耳痛、耳部憋胀,以为是耳屎堵塞,自行“掏耳”后出现血性分泌物,耳部症状越发严重。唐阿姨前往北大医院太原医院就诊。经检查,被诊断为右侧外耳道胆脂瘤。9月20日,北大医院太原医院耳鼻喉头颈外科主任王文超提醒,外耳道胆脂瘤早期症状不明显,一旦有不舒服的症状,要及时就医,早发现、早治疗是预防外耳道胆脂瘤的最好方法。

“外耳道胆脂瘤属于少见病,各年龄段均可发病,中老年人多见,多为单侧发病。”王文超表示,外耳道胆脂瘤是由外耳道皮肤脱屑、胆固醇结晶、上皮包裹等形成的囊状团块。乍一看,外耳道胆脂瘤有点像耳屎,常堵塞于耳道骨部。该病早期一般无明显不适,后期可出现耳堵塞感、听力下降。若继发感染,还会出现耳痛、流脓(血)性分泌物,伴特殊臭味等症状。

“由于该病早期多无症状,患者一般在周围炎症或耳内进水诱发胆脂瘤周围感染,出现耳痛、耳道潮湿和流脓等表现,才来就诊。”王文超提醒,外耳道胆脂瘤不是真性的肿瘤,其实质是侵袭性的炎症,随着病变的发展,可以侵蚀周围神经和骨质,进一步发

展为中耳胆脂瘤,可能发生听骨链破坏、面瘫、迷路瘘管、脑膜炎和脑脓肿等严重并发症。

生活中如何预防外耳道胆脂瘤的发生?王文超表示,要注意耳部卫生,戒除挖耳等不良习惯,凡有耳部湿疹、耳疖肿、化脓性中耳炎者,要格外注意耳道局部的洁净与干燥,耳痒时不要搔抓;耳部有阻塞或炎症时,切忌水洗,若有污物或痂皮堆积,要及时到医院找医生取出;外耳道阻塞并有外耳道炎症时,禁止游泳;耳朵进水后,会把耳屎泡涨堵住耳朵,如不及时取出,会出现闷胀感,引起耳鸣、耳痛、听力下降,严重的会引起鼓膜穿孔、中耳炎等,建议在游泳前先清理耳屎,以防耵聍栓塞。

“要定期体检,早发现、早治疗是预防外耳道胆脂瘤的最好方法。”王文超特别提醒,如果耳部出现不舒服的症状,如耳部堵塞感、慢性耳痛等,要及时就诊,明确诊断,这样才有利于及时治疗。

记者 刘涛



9月20日晚,由省文旅厅主办的《樱桃好吃树难栽——山西民歌赏析》音乐会在山西大剧院音乐厅上演。一曲曲经典的音乐、一首首耳熟能详的歌曲,唱响对祖国的热爱,传递着对家乡的祝福。

刘敏 平原 摄影报道



扫码看视频