



管网装神器 黑水不乱流

桂城智能拍门装置上线,实时遥测遥控雨污管网,污水治理痛点得到解决

珠江时报讯(记者/曾蓉 通讯员/欧东儿)河涌为什么时清时黑?大雨时水浸街怎么办?这些难题多年来困扰着我们的生活。现在,一样“隐藏”在河涌的“神器”将很好地缓解以上困境,那就是智能拍门。记者从桂城生态监督管理局获悉,已在马基涌、三圣河、环秀涌、高桥西涌、旧公路坑涌、叠滘等河涌安装智能拍门装置,在一定程度上实现拍门不再漏黑水。

采用的是雨污混流制的管网,即雨水和污水都会合流进入排水管网,管网重建难度非常大,所以仍需采用拍门装置解决“晴天截污 雨天排涝”的问题。

拍门安装在通往河涌排水管道的尾端,单向排水,并防止河涌水倒灌,拍门平时是关闭的,启闭力来自水源压力,不需人工操作,当门内的水压大于拍门外侧压力,就会开启。拍门标高,等于一个水位线,水位到达一定高度,拍门就会开启。

正常情况下,在管道水位较低、没有超过拍门底高的

时候,污水正常输送至污水处理厂。如果拍门底高偏低,有时尽管是晴天,污水也会冲开拍门,黑水流入河涌,成为河涌水的污染源。

那能不能把拍门底高调高,那拍门就不容易开了?答案是不可以的,因为水管除了截污还要承担排涝的功能。下雨的时候,雨水流进雨污合流的排水系统内,管的压力会骤增,水体不能及时从拍门流出,就会从其他井口涌出,造成内涝,即水浸街现象。为了平衡多方利弊,拍门的底高位于一个既不会引起内涝,又不

会随意泄水的高度,当管网的水位到达一定高度后,拍门才会开启,将雨水泄到河涌里,减少对市民生活的影响。

智能化解治水痛点

为了时刻监测拍门是否正常运作,避免其在晴天时将污水流出河涌,桂城采用了智能拍门装置,杜绝了拍门漏水的情况,维护站工作人员可通过视频监控、气象数据收集等方式,对每一个拍门进行控制。

“利用实时自动化控制、信息化技术制造的智能拍门

装置,可根据实时监测数据动态调整控制策略。”桂城生态监督管理局相关负责人表示。

目前,桂城已在马基涌、三圣河、环秀涌、高桥西涌、旧公路坑涌、叠滘等河涌安装智能拍门装置。智能化方案可以有效地解决了拍门漏水的问题,结合数字运维系统,可以大大提高了运维效率,节省运营成本;通过智能化管控,可以纠正复杂城市管网的标高缺陷;结合大数据分析,可以分析市民的排水习惯,为社会治理提供有效的数据支撑和决策。

雨污混流问题多难度大 目前,桂城大部分区域

在桂城也能体验 户外极限运动

中国国际户外影像嘉年华 将在千灯湖活水公园举行

珠江时报讯(记者/曾蓉 通讯员/周月明)国内外户外大片带来视觉震撼,刺激户外极限运动表演High翻全场,30多家知名户外品牌集聚户外市集……12月4日至6日,来桂城千灯湖活水公园,在OUTDOCS 2020 中国国际户外影像嘉年华,开启属于你的三天两夜狂欢之旅。

中国国际户外影像嘉年华(以下简称“OUTDOCS”),是用纪录片定格与致敬壮美的世界景观和人类不断进取的运动与探险精神,将镜头聚焦山川日月,用影像领着你攀高峰、游长空、潜深海。

本年度OUTDOCS将在桂城千灯湖活水公园举行,从1228部作品中精选甄选的9部国内外户外大片轮番上阵,更有纪录片导演现场分享他们的创作故事,将镜头对准大众视野外的地域和人群,一起洞察纪实影像。

现场将开展16场分享会、5场论坛,探讨分享登山者的自然热爱精神、潜水者的海洋环保理念,户外纪录片拍摄者的人文情怀。

此外,你还可以在体验嘉年华感受刺激的户外极限运动表演,亲身体验攀岩、扁带、桨板、皮划艇、瑜伽、飞盘等户外运动。现场还有30多家知名户外品牌齐聚户外市集,热爱户外运动的一定能买到你喜欢的装备。

个体化运动处方促乳腺癌患者康复

省医乳腺科领精英团队下沉省医南海医院,为佛山市民提供高品质医疗服务

珠江时报讯(见习记者/邹韵斯 通讯员/黄壮裕)乳腺癌术后,除了使用放化疗方式治疗,辅助运动方法康复效果亦佳。最近有研究表明,智能运动手环+个体化运动处方联合干预能显著改善乳腺癌患者术后的康复效果。

七旬乳腺癌患者 运动康复效果良好

76岁的陈阿姨,2017年12月发现右乳房肿块一周后,到广东省人民医院就诊,经B超等检查后确诊为乳腺癌,开始化疗治疗。2018年1月,陈阿姨再次胸闷、胸骨后压榨性疼痛3天后入院手术治疗,术后省医肿瘤中心乳腺科主任廖宁给陈阿姨加用个体化运动康复处方,目前定期随访,陈阿姨日渐康复,并对个体化运动康复处方非常满意。

据悉,用智能运动手环帮助乳腺癌患者康复的个体化运动康复处方是由广东省人民医院与美国科罗拉多州立大学、明尼苏达大学、中国华南理工



患者接受个体化运动康复指导。

大学、广东省医学科学院等的学者进行为期一年的研究结果,该项研究2020年6月8日于瑞士巴塞尔《临床医学杂志》在线发表。研究表明,智能运动手环+个体化运动处方联合干预,可改善中国乳腺癌患者某些健康结局。

“该研究项目以具备运动监测、睡眠监测和心率监测功能的智能运动手环为监测硬件,指导乳腺癌患者的运动康复。研究从广东省人民医院入

组乳腺癌患者95例,进行为期12个月的‘智能运动手环+个体化运动’处方联合干预。对患者进行干预的前中后期分别进行血糖、血脂、乳腺癌生物学指标、体能测定。结果显示,33例乳腺癌患者成功完成干预后,与干预前相比,血糖显著降低、起立往返八英尺时间显著缩短、两分钟站立抬膝次数显著增加、左右两侧指尖触足尖次数显著增加。”廖宁介绍道。

个体化运动康复 要在指导下进行

同时,廖宁表示,虽然适当的体育运动可促进乳腺癌患者康复,但若未经科学指导,自行体育运动往往过犹不及。该个体化运动康复处方包括力量锻炼和有氧锻炼,平日很少参加体育活动或者很长时间没有参加体育活动的患者,可从初级开始训练,进行为期2周的运动锻炼,每周4次每次大约一小时。同时,患者要在医生指导下使用感知力量表来决定运动强度级别。

那乳腺癌患者术后最佳的运动时机是什么时候呢?“手术后第3-7天就可以进行即刻运动,如屈指屈臂、旋肩耸肩、抬高上肢、挤压肩胛等,锻炼灵活性;第一阶段康复是手术后2-6周,同样以灵活性锻炼为主,第二阶段康复是手术后6-8周,即拔除引流管、拆线后可进行有氧运动、力量型运动,例如普拉提等。”廖宁指出,先做增加肩和上肢灵活性的运动,而后才做增强上肢力量的运动是运动处方的原则。而且,禁止在虚弱状态、

肌肉共济失调、血常规未恢复正常时运动。

若对个体化运动康复处方感兴趣的,可到省医肿瘤中心乳腺科就诊咨询。同时,广东省人民医院南海医院(原平洲医院)乳腺专科近日开科,来自省医乳腺科的廖宁教授带领精英团队全面下沉,将省医乳腺疾病诊疗常规技术以及学术前沿的新技术、乳腺癌精准化综合治疗理念带到省医南海医院,打造与国际接轨的乳腺专科,全面实现省医乳腺科的诊疗技术平移与专家团队共享,为佛山市民提供省医高品质乳腺医疗服务。

目前,省医南海医院每个工作日都会安排省医乳腺科专家定期坐诊,每周六上午则安排省医专家开展乳腺癌筛查门诊。首批常驻省医南海医院的乳腺专家之一张国淳能同质化开展省医现有的优质诊疗服务,包括乳房肿物微创诊断治疗、乳腺癌保乳手术、乳腺癌改良根治术、乳房脂肪移植术、以及乳房重建等,佛山地区乳腺癌患者可以不出“家门”就能享受到省医的优质医疗服务。

活动地点

佛山市南海区桂城街道千灯湖活水公园(桂澜中路海三路路口)

交通资讯

地铁:乘广佛地铁至涌岗站,再转乘公交或以其他交通方式抵达。

公交:乘公交桂03,桂03高峰线,沥15路等可达。

驾车:至南海千灯湖活水公园停车场或桂城美术馆地下停车场。



扫码一下,领取活动入场券



扫码一下,了解更多活动资讯

在桂城, 喜出望 Wild.

周五 周日
12/4-6
佛山·南海桂城千灯湖活水公园

OUTDOCS 南海桂城
2020 中国国际户外影像嘉年华

《山脊》This Mountain Life
©格兰特·鲍德温 Grant Baldwin Peg Leg Film
2020 中国国际户外影像嘉年华终评入围影片、展映影片