

长沙出台公积金组合贷款管理办法

购买首套或二套房首付比例不低于20%

长沙晚报6月24日讯(全媒体记者 黄能)长沙市住房公积金管理委员会近日印发《长沙住房公积金个人住房组合贷款管理办法》的通知。通知明确,职工家庭购买首套或者第二套改善性自住住房,首付款比例不得低于购房总价的20%。

住房公积金个人住房组合贷款,是指借款人申请住房公积金贷款不足以支付购买自住住房所需费用时,可同时向承办住房公积金贷款金融业务的商业银行申请个人住房贷款,是住房公积金贷款和商业银行个人住房贷款的组合。

通知指出,借款人申请组合贷款的,必须同时符合现行住房公积金贷款政策及各商业银行个人住房贷款政策规定的条件,并提交相应申请资料。借款人申请组合贷款仅限于

购买期房、现房和二手房。组合贷款总额由长沙住房公积金管理中心和商业银行共同审核确定。

根据通知,组合贷款期限最短为1年,最长为30年,且不超过借款人办理贷款时至国家法定退休年龄延后5年的时限。公积金贷款和商业贷款的期限保持一致。组合贷款中的公积金贷款和商业贷款利率分别按中国人民银行规定执行。

组合贷款由长沙住房公积金管理中心受理申请,管理中心和商业银行分别进行审批,管理中心根据双方最终的审批结果通知借款人签订《长沙住房公积金个人住房抵押组合贷款合同》。

组合贷款担保采取住房抵押加专业机构提供阶段性保证的方式。借款人以其所购房

屋及其上的全部权益办理抵押,作为借款人偿还组合贷款的担保。长沙住房公积金管理中心和商业银行共同认可的同一担保公司提供阶段性保证担保。

借款人提前偿还(含结清)公积金贷款或商业贷款的,须事先向长沙住房公积金管理中心或商业银行提出申请,经管理中心或商业银行同意,可提前清偿部分或全部公积金贷款或商业贷款本息。

通知还明确,在贷款期间内,合同当事人任何一方不得要求变更合同,但经长沙住房公积金管理中心和商业银行同意,借款人可以申请变更组合贷款还款账户。


长沙住房公积金管理中心铁路分中心异地组合贷款可参照本办法另行制定相关规定。本办法自2025年6月23日起施行,有效期5年。

记者注意到,自今年5月中国人民银行下调个人住房公积金贷款利率0.25个百分点以来,长沙市住房公积金管理委员会已多次发布公积金新政,内容包括重点支持青年人才首套房购房贷款,进一步放宽贷款条件,提高贷款额度;支持在校青年人才灵活缴存住房公积金;二孩家庭、三孩家庭购买新建商品房的最高贷款额度分别提高至96万元、104万元;实施“可提可贷”政策;单身职工、异地缴存职工购买首套或第二套自住住房均可以申请公积金贷款等。这些举措可谓持续加力、更加给力,有利于加大对缴存职工住房消费需求的支持力度,支持青年人才来长沙就业创业,更好发挥住房公积金保障作用,更大力度减轻购房压力、提升居住品质,为市场带来积极效应,促进我市房地产市场平稳健康发展。

@湖南考生 “1分段”统计表来了
快来看看你的全省排名

长沙晚报6月24日讯(全媒体记者 张炎炎)为便于考生对自己的成绩准确定位,24日,湖南省教育

育考试院公布了全省2025年普通高考档案1分段统计表,快来看看你的全省排名位次吧。



扫码查看详情

长沙雨水暂歇,气温重回35℃
湘西北、湘北仍有大到暴雨、局地大暴雨

长沙晚报6月24日讯(全媒体记者 舒元臻)虽然长沙这轮雨水已渐弱,但省内部分地区依然有大到暴雨。湖南省气象台预计,27日白天,湘西北、湘北有大到暴雨,局地大暴雨,累计雨量局地可达250毫米左右。

记者24日从长沙市气象台了解到,未来一周长沙晴雨相间,气温有起伏,虽然24日依旧有雨水影响,但强度明显减弱,接下来就是降雨“间歇期”,雨停转晴气温将重回35℃高温线。市气象台预计,25日到26日,降水间歇,多云到晴天,最高气温将升至35℃,其中25日阵雨转多云,气温24℃至33℃;27日到29日,多阵雨或雷阵雨;6月30日到7月1日,晴天间多云。

“预计7月上旬初,长沙主雨季将结束,迎来高温天气,其中7月中旬到8月中旬为主要高温时段,极端最高气温39℃至40℃,有中度到重度高温热害发生。”市气象台工作人员建议,市民朋友及时关注气象部门的天气预报信息,合理安排作息,做好防暑降温措施。此外,外出记得做好防晒措施并及时补充水分。

同时,省气象台24日下午发布了暴雨蓝色预警,预计到25日20时,湘西北地区将出现暴雨。

从街头奔波到有“家”可依
雨花区东塘街道启动“新”融e家关爱服务

长沙晚报6月24日讯(全媒体记者 周游)24日,雨花区东塘街道在鑫融国际广场前坪举办“新”融e家·融城共治新就业群体关爱服务暨美团骑手夏季关怀冰饮车活动,为穿梭于城市大街小巷的骑手们送上夏日清凉,同时搭建起党建引领下的基层治理新平台。

活动现场首次亮相的“新”融e家党群服务中心,70平方米的空间内藏着对骑手需求的精准回应。一楼“红色之家”配备暖心热茶、应急药品、充电插座等基础服务,墙上悬挂的“友好商户导览图”标注着50家覆盖医食住行的服务点位——骑手凭工装可在大米先生享八折就餐,到指定维修点享受电动车检修优惠,每月还能在3家省属医院及街道卫生服务中心参与健康证集中办理,单证费用较市场价降低40元。而二楼作为美团新入职骑手培训基地,每周2至3次的职业技能培训正在为更多新人铺设成长路径。

肾衰竭患者病情恶化,天心交警6分钟火速送医,家人称现已平安

“看到交警同志,心就定了一半”

长沙晚报6月24日讯(全媒体记者 张洋子)车内,肾衰竭患者生命体征急剧下滑;车外,晚高峰道路车多难行,千钧一发之际,天心交警用警车开路,开辟一条“生命道路”,仅用6分钟将患者火速送医。“谢谢你们,家人现在平安了。”24日,患者家人向天心交警大队五中队致电道谢,感谢他们的及时相助。

这一幕发生在6月22日19时许,正值长沙晚高峰,湘南路上车流如织。天心交警大队五中队执勤警力汤鑫荣、薛昊、王甄奕巡逻至湘南路殷家冲路口时,突然接到群众紧急求助:车上有一名肾衰竭患者病情急剧恶化,需火速转往湖南省人民医院抢救!

时间就是生命,每一秒的延误都可能造成不可挽回的后果。面对晚高峰的密集车流,开辟快速通道刻不容缓。执勤警力薛昊没有丝毫犹豫,立即驾驶警车,亮警灯、鸣笛笛,为载有患者的车辆开道护航。与此同时,天心交警大队分控中心迅速响应,远程精准调控沿途多个路口的信号灯,为救援车队一路开启“绿灯”,

在拥堵的车流中硬生生开辟出一条畅通无阻的“绿色生命通道”。

警车引领,绿波保障,救援车队在晚高峰的车流中疾驰而过。原本在晚高峰时段至少需要30分钟的路程,在交警争分夺秒的护送下,仅用时6分钟便安全抵达湖南省人民医院。下车后,交警背着患者快步奔往医院。这场与时间的赛跑,为危重患者赢得了极其宝贵的黄金抢救时间,患者被迅速送入急诊室接受治疗。

“当时路上堵得根本动不了,我们急得不行。看到交警同志过来,心就定了一半。没想到这么快就到了医院,真的太感谢了!”求助群众对天心交警的果断处置和高效救援表达了深深的感激。

长沙交警提醒,市民群众如遇紧急送医等突发状况,在确保安全的前提下,可第一时间拨打122或向路面执勤交警求助。长沙交警将持续优化急救救援联动机制,竭力保障市民生命通道畅通无阻。



天心交警背着患者前往医院就诊。长沙晚报通讯员 吴莎 供图



扫码看辣视频
交警开辟
“生命通道”

健康

年轻的心,为何也会“衰竭”

专家提醒:心力衰竭一旦确诊,应积极配合医生,早期进行规范治疗

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 周燕 张维夏

“扑通扑通”,有节奏的心跳,奇妙又美好。但对一部分人来说,心跳却变得沉重。近日,长沙30岁的李先生因咳嗽、发热、气促、夜间呼吸困难等症状到医院就诊,却被查出急性心力衰竭。流行病学调查显示,我国≥25岁人群心力衰竭患病率为1.1%,约为1210万人。什么原因促使心力衰竭呈年轻化趋势?出现哪些症状要警惕心力衰竭?哪些人是高危人群,如何预防?湖南省人民医院心血管内科主任医师张翼进行了详细解答。

发病年龄提前,心力衰竭防治要尽早

心脏是一个收集和排出血液的“泵”,也像一个“发动机”,推动着血液在血管里运转,然后输送全身。当心脏负荷加重或心脏肌肉损伤时,心脏就像一只弹性减退的“皮球”,泵血功能降低,输出的血量不能满足器官及组织的需要,器官及组织中的血液也不能顺利地回流到心脏,这种状态称为心力衰竭,简称“心衰”。

“所有的心血管疾病,如果没有好好控制,没有规范治疗,长此以往,都会导致心功能的下降,最终导致心衰。”张翼解释,心衰是一种由心脏结构和心功能异常引起的临床综合征,是心血管疾病发展到严重阶段的一种表现。

临床研究表明,许多疾病或因素都会导致心脏结构、心功能发生改变,从而引发心衰。其中,心肌损害和负荷过重是引起心衰的原因,特别是高血压、冠心病是导致心衰的主要原因。此外,感染、心脏病变加重、心律失常、肥胖、焦虑等不良生活方式,长此以往,心脏衰竭的发生就有可能提前。”张翼说。

如此,在疾病的发展过程中,心衰患者常常合并其他疾病,给治疗又增添了一定的难度。

出现哪些症状要警惕心衰?张翼表示,心衰常见的表现为活动后呼吸困难、夜间阵发性呼吸困难、胸闷、气促、咳嗽、咳痰、乏力、少尿、下肢水肿等。因此,长期有高血压、糖尿病、冠心病、心肌梗死病史及肥胖、不良生活方式的人,是心衰高危人群,平时要关注自己是否有心衰的症状。如果有的话,需尽早去医院检查,医生会通过血液检查、心电图、X胸片、心脏彩超等检查作出准确判断。

由于心衰的症状多种多样,这些症状也可能出现在日常生活中,尤其劳累时加重,因此容易被忽视。一旦错过最佳治疗时机,心衰将严重威胁患者的生命健康。“心衰是一种进展性疾病,患者每经历一次心衰加重事件,心功能就很难再恢复至上一阶段,呈断崖式进展。因此,心衰一旦确诊,应积极配合医生,早期进行规范治疗,长期定期随访,以期改善预后、延长生命。”张翼提醒。



漫画/何朝霞

预防心衰的关键在于改变不良生活方式

目前,心衰尚无法治愈,长期规范药物治疗很重要,主要以控制症状、预防症状加重或恶化、减少再住院、降低死亡率为主要目标。因此,心衰患者应长期服药,并按照医嘱剂量用药。另外,心衰患者常常合并其他疾病,如肾功能不全、贫血、营养不良、血糖控制不佳等,均会加重心衰,需要尽可能地纠正这些因素。

如何预防心衰的发生呢?张翼提醒,预防心衰的关键在于改变不良生活方式,年轻人应保持规律作息和适量运动,避免熬夜,调节好情绪,不要经常焦虑、紧张,戒烟限酒,保持清淡、低盐、低脂饮食;严格控制血压,降低血脂、血糖、尿酸,以及减重;定期体检和及时就医,对于早期发现并处理潜在的心脏问题至关重要;对于有心脏病家族史的年轻人而言,更要提高警惕,建议每年进行心脏超声检查。

服药期间监测血压、心率。服药期间出现血压降低、心率增快或变慢等情况,应及时反馈,由医生决定药物是否需要调整。服用利尿药的患者,排尿多时不要过度限盐。若出现精神差、血压低、食欲不佳等症状,可能是由于钾盐或钠盐的摄入不足,应到医院检查电解质。

张翼表示,良好的心理状态是治疗成功的开始,要乐观豁达,积极配合治疗。家属提供情感支持,给予患者理解和关心。

口腔溃疡反复发作? 这些措施可止痛防复发

长沙晚报6月24日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 刘小娟)吃饭刺痛、喝水灼热、说话都疼,这恼人的口腔溃疡为何反复发作?长沙市口腔医院牙周黏膜科副主任、副主任医师罗小良表示,口腔溃疡虽可以自愈,但容易反复发作,给日常生活带来不便,需科学应对。

罗小良介绍,口腔溃疡是口腔黏膜表面出现的破损或小伤口,表现为局部组织坏死脱落形成的圆形或椭圆形凹陷。它可能发生在舌头、牙龈、颊部或嘴唇内侧等部位,通常会有明显的疼痛感,尤其在进食或说话时。虽然大多数溃疡在一至两周内可自行愈合,但容易反复发作。

口腔溃疡的治疗方案通常根据疼痛程度、发作频率、临床分型来综合判断。第一,轻度口腔溃疡最常见,疼痛较轻,一般一至两周(多数一周左右)可自愈,无需特殊治疗。若疼痛影响生活,可局部使用药膏或喷剂缓解症状。第二,中度口腔溃疡,在溃疡前期可能出现刺痛或肿胀感,可使用含漱液、凝胶等局部药物止痛。若因免疫力下降引起,可适当使用免疫调节剂。对于反复发作的溃疡,医生可能会短期(不超过5天)给予小剂量糖皮质激素。第三,重度口腔溃疡,局部治疗与中度类似,但若病情顽固或频繁复发,可能需要全身治疗。对于免疫功能异常的患者,需结合免疫学检查调整治疗方案。

口腔溃疡频繁发作的原因,主要有这些:局部刺

激损伤、烫伤、过硬食物刮伤口腔黏膜;不合适的假牙、牙套摩擦黏膜;刷牙用力过猛或使用刺激性牙膏;免疫力下降熬夜、压力大、疲劳导致免疫力降低;感冒、发热等疾病期间易发溃疡;营养缺乏维生素B12和铁、叶酸、锌缺乏可能增加溃疡风险;长期偏食、节食者更易反复发作;激素变化女性经期、孕期激素波动可能诱发溃疡;其他因素某些药物(如非甾体抗炎药、化疗药);自身免疫性疾病(如白塞病、克罗恩病);过敏(如某些食物过敏)等。

预防措施得当,能有效缓解不适并促进愈合。如局部护理,含漱消炎药;饮食调整避免刺激性食物,以免加重溃疡;选择温和软食,推荐粥、蒸蛋、酸奶、土豆泥等易吞咽的食物;补充关键营养素,B族维生素(全谷物、瘦肉、绿叶蔬菜)、维生素C(猕猴桃、西兰花、草莓)、锌(牡蛎、坚果、豆类);保证充足睡眠,避免熬夜,压力过大可能诱发或加重溃疡;使用软毛牙刷,避免用力刷牙刺激溃疡;饭后可用淡盐水漱口消炎。若溃疡持续超过2周、反复发作或伴随严重疼痛,建议就医排查其他病因(如免疫异常、营养缺乏等)。

平时,还应均衡饮食,多吃蔬菜水果,避免挑食。避免口腔创伤,细嚼慢咽,矫正尖锐牙尖或不适假牙。适当运动、冥想,缓解焦虑。罗小良提醒,口腔溃疡虽是小问题,但反复发作可能是身体的警示信号,不要掉以轻心,需及时就医。