

【小城大事】

“天空之城”自习室让你与学霸更近一步

比咖啡店更安静 比图书馆更自在

田林的事,我们帮你想到周二
扫二维码或搜索公众号关注

□记者 俞颖

在家学习苦于效率低?图书馆又抢不到座位?如何让学渣们收获自律和成长,今天我们来走进徐汇某高层公寓里的一家自习办公地。

相信你们与小编一样,并不是第一次体验走进教室,直到望见窗外的风景后,终于颠覆了对神仙自习室的认知。

这里位居沪上地平线 25 层,靠窗一排的风景惊艳了众眸。环境雅致、空气清新、光线温和,缘故名为“天空之城”。

这家自习室空间呈狭长型,原木浅色系的装修搭配让人感觉很舒服,加之半拱形窗型设计,南北采光通透,别有一番天地。进入学习区,需要更换拖鞋或戴上鞋套,看得出来店家在细节上的用心。

据说不少自习室一天坐下来,双脚是冰冷的。而“这里全屋地暖供足,与空调双重制热,室内温控、新风系统很是贴心。这里面积大且宽敞,位置间有隔断,私密性强。

此外,自习室还贴心地准备了周边服务,有储物柜可供存放;有微波炉可供加热;其他的自助茶水、充饥零食统统免费。公共区域有泡好的花茶、速溶的咖啡,也有售卖现磨咖啡的机器,一应俱全。

小编观察,“天空之城”的学习氛围甚好,每个人都安静地学习,就连走路也没有脚步声,互不干扰。店家还细心地准备了暖和毛毯,榻榻米的座位能俯瞰高空夜景,视野开阔。

“考研过去来了一段时间,有几周没来这里,还是很留恋的。”在漕河泾园区上班的白

领齐先生下班骑个共享单车,七八分钟就到了。“疫情期间,的确比图书馆方便多了。”

放眼工作日,自习室还是比较空,无需提前预约,就能实现到店选座。五个座位板分区合理,为满足不同的学习需求。高低格子桌、床上桌、临窗榻榻米等,当然后续自由换位,颇为人性化。

店长介绍,目前顾客年龄以 25-32 岁的年轻人为主,是“天空之城”自习室的主要客群。选址繁忙的漕宝路,紧邻地铁站,上班族即便是下班后再赶来,也能有足够的时间学习。

若想七点前开始自修,没有店长也可先行入内。学霸们只需要按照入口处的提示指南,进行自助开锁核销,签到后就会自动开门,待选位灯自动亮起来后,快速进入智能学习状态。

对于选座比较讲究的小伙伴来说,这款自助功能适合提前预约。进入小程序界面,还能控制书桌灯开关,高级感倍增,这里的办公效率比家里绝对高出一个天际。

小编发现对于诸多通勤人士来说,20 次

不限时晚托卡是极优的选择,从夜间 18 点到 24 点都可以使用,一次 22 元聚划算,周末偶尔来买个日卡即可。

“通常顾客会团购各类学习卡套餐,其中抢购单日畅学卡最为热门。”另据店小二介绍,充值 49 元不限时,兑换激活仅限当天使

用,购买后在 180 天内有效,最少自习时间两小时起,计费不低于 24 元。

尽管有地下停车场但不便宜,小编建议地铁前往更佳,1 号线或 12 号线漕宝路地铁站,步行 5 分钟便达,既经济又环保。花点钱买好环境学习,你愿意吗?

南京银行 上海分行
BANK OF NANJING SHANGHAI BRANCH

个人定期存款

安心置财 稳伴未来

三年期1万元起 年利率 (币种:人民币)

4.125%

以100万为例,存满三年 到期可获利息约12.54万元

扫码即购

三年期 锁定长期收益 纳入存款 保险保障范围

产品细则详询经办网点,请以办理时实际利率为准。

健康科普

上海市第六人民医院心内科医师王远龙

射频消融手术解决房颤难题

半年前的某一天,43岁的汤先生因为心慌、胸闷、气短到医院就诊。这些症状显示,他的心脏可能出现了问题,通过心脏彩超、心电图等辅助检查,发现他的心脏确实存在严重的问题,心律异常、心脏扩大、心功能严重下降,汤先生最后被确诊为“扩张型心肌病、持续性房颤、心力衰竭”。

经过专业的诊断,在上海市第六人民医院心内科接受了王远龙医生的射频消融手术。王远龙医生在汤先生的右侧股静脉进行血管穿刺,再分别将一根消融导管和两根标测导管送入他的心脏,通过射频能量使肺静脉和左心房之间形成一道“防火墙”,让肺静脉跟心脏不再导电,手术经过2个多小时顺利完成。射频消融手术是一种局麻下的微创介入疗法,整个手术过程汤先生完全清醒,术后第二天他就能下床活动了。出院后,汤先生定期复查随访,经过半年的随访,射频消融手术的效果显现出来,汤先生的左房前后径从术前45mm缩短到35mm,左室前后径从术前60mm缩短到55mm,左室射血分数从术前35%增加到60%,心肺功能完全恢复正常。汤先生说:“射频消融手术技术相当成熟。术后心慌感没有了,恢复了以前那种明朗坦荡的心境。”

什么是房颤

房颤是心房颤动的简称,是临床较常见的一种心律失常,常见于老年人或有基础心脏病的患者。房颤临床常见的分为阵发性房颤、持续性房颤、长程持续性房颤、永久性房颤。

房颤给患者带来的危害包括脑卒中、心衰和猝死。常见导致房颤的原因有高血压、甲亢、冠心病、贫血、肥胖,以及另外找不到原因的特发性房颤。

如何治疗房颤

王远龙医生提醒,目前针对房颤的治疗方法主要分为药物治疗和非药物治疗。吃药不可能治愈房颤,只可能减少房颤的发作,且抗心律失常的药物存在副作用。总体来说,射频消融手术是比较安全的,且术后效果理想。

王远龙医生建议,应该根据房颤患者的具体病情制定个体化的治疗方案。对房颤患者进行射频消融手术的适应证,首先建议的是阵发性房颤。对于持续性房颤,或持续性房颤合并心衰,也建议通过射频消融手术进行控制。

上海市第六人民医院心内科医师王远龙开展房颤的早期筛查、早期诊断及导管消融等诊疗,并开设心律失常(房颤)导管消融专病门诊。王远龙医生还会为患者建立房颤专病档案,同时提供规范化的房颤综合管理。

专家介绍

王远龙,医学博士,上海市第六人民医院心内科医师,中国医师协会心血管内科医师分会心律失常学组委员,上海心律学会青年委员。长期从事心脏起搏与电生理的临床工作,对心律失常综合管理具有丰富的临床经验,尤其擅长房颤消融治疗。已独立完成快速心律失常的射频消融手术3000余例。参编专著9部,发表SCI论文3篇。(文 吴怡敏)