

助力乡村振兴

经济作物“种”出致富路

□杜如红 段泓涛

眼下,到了辣椒成熟季节,在舞钢市庙街乡郭洼村村委会前面的广场上,一大片红彤彤的小辣椒正在秋日的阳光下晾晒。看到这火红的场景,脱贫户虽然累得汗流浃背,但是脸上露出了丰收的笑容。

“瓜椒”套种增加收入

今年年初,舞钢市卫生健康委委郭洼村第一书记曹恒举就带领驻村工作队与村委负责人商量,如何让脱贫户在乡村振兴的道路上身体健康、稳定致富的问题。依据郭洼村的实际情况和村民的需求,他们决定围绕“产业兴旺、生活富裕”的目标展开工作。

其间,曹恒举带领驻村工作队与村委负责人经过实地查看,决定尝试

西瓜和辣椒套种循环发展,增加村集体经济收入和脱贫群众收入的新路子。他们先在村里选定20亩(1亩=666.67平方米)种植示范基地,又通过亲友从郑州市、漯河市等地购回优质的线椒种子、小米椒种子等。4月中旬,驻村工作队和村委负责人通过多方联系,购回“8424”“黑旋风”等西瓜苗。至此,“瓜椒”套种在郭洼村安下了“家”。

谁知,进入5月,天气一直干旱。看到庄稼地里西瓜苗和辣椒苗“焦渴”的样子,曹恒举和驻村工作队人员看在眼里,急在心里,立即组织脱贫户和边缘户抗旱保苗。于是,浇灌设备日夜不停地给“瓜椒”田送“营养”。20多天过去了,绿莹莹的秧苗在烈日下迎风生长。两个月后,田

艾草、果树种植大丰收

该村郭西组54岁的郭喜才,是一个种植果树的“土专家”。驻村工作队积极支持他种植25亩油桃。前期,桃子成熟时,不巧赶上全市疫情防控特殊时期,桃子滞销,让他犯了愁。他心想:“有困难,我就找驻村工作队!”驻村工作队了解到他的情况后,第一时间利用微信群等联系买家,半个多月就帮他“解困”了,且收入8万多元。前来协商种植艾草的外来客商姜磊没有忘记,在驻村工作

队的协调下,120亩流转土地很快确定下来,种上了艾草,也种下了希望。今年收割艾草100多吨,给村集体经济增收10万元。“中意”郭洼村的漯河市客商王风光,流转100亩土地种植玉米高效示范田。其间,得益于驻村工作队联系资金、找销路,今年玉米喜获丰收。

这些经济作物种植不仅增加了农户收入,还带动了村民务工。每当农闲时,附近村民就会到基地帮忙种植、除草、采摘、打包等,每月可收入上千元,让村民在家门口就能挣到钱。

送健康助乡村振兴

曹恒举带领驻村工作队在做好村民增收项目的同时,还时刻牵挂着

村民的健康,组织舞钢市妇幼保健院党员志愿者多次来到郭洼村义诊,为村民进行体格检查、听诊问诊,检查视力、听力,免费测血糖、量血压等;根据村民身体状况提出合理诊疗建议,为前来咨询的村民发放健康知识宣传资料,答疑解惑,普及防病知识等。舞钢市妇幼保健院的党员志愿者还深入村民家中,开展环境卫生清洁、健康随访、惠民政策宣传等。

走在田间地头察看秋收秋种情况的曹恒举微笑着说:“下一步,我们将围绕‘农业增效、农民增收’的目标,充分发挥地域优势,不断调整农业产业结构,大力发展特色种植产业,通过土地流转、务工收入等方式增加村民收入,助力乡村振兴。”

如何正确选择保健品

□王文净

保健品≠治疗

目前,有一些老年人混淆了“保健”与“治疗”的概念,认为保健品能够起到治疗作用,甚至有治愈疾病的作用。其实,这是一种错误观念。如果用保健品替代药物治疗疾病,轻则病情加重,重则危及生命。

那么,如何正确选择保健品呢?

1.看标志。药盒上写着食健字、卫食健字、国食健字G和国食健字J4种。其中,国食健字是保健品的缩写。国食健字表示经由中国食品药品监督管理局审批的保健品,其格式通常为“国食健字G或J”出现,字母分别代表国产和进口。同时,卫食健字和国食健字都是国家正规保健品的批号,区别是审批年限和审批部门不一样。

2.看包装标签和说明书。保健品标签和说明书应符合国家有关标准和要求,并标明下列内容:保健功能和适宜人群,食用方法和服用量,储藏条件,功效成分的名称及含量,保健品批准文号,保健品标志,有关标准或要求所规定的其他标签内容。

3.产品禁忌。保健品只适宜特定人群调节机体功能时食用。因此,人们要想正确选购保健品,必须详细查看产品标签和说明书,对照自己的症状是不是该产品的“特定人群”,或者是不是“不适宜人群”。

4.不以价格来衡量保健品效果强弱。因产品剂量、添加物质和品牌不同,价格也不一样。

5.要正确理解广告宣传内容,区别看待广告里的绝对性用语。个别案例不能作为普遍效果进行宣传,因为个体之间的差异很大,所以勿轻信药店、商场、超市里所谓专家或明星的夸大宣传。

不要迷信保健品

一些老年人热衷于购买保健品,以提高抗病能力,这是不明智的选择。众所周知,影响健康的因素为遗传、社会环境、自然环境、医疗卫生水平及生活方式。

(作者供职于中国人民解放军联勤保障部队第九八九医院)



心 灵驿站

男护士的「铁汉柔情」

本报记者 王婷 通讯员 席娜

曾几何时,护士在多数人眼里是女性的“专利”,男护士则是“凤毛麟角”般存在。如今,在精神科病房里,越来越多的男护士走入大众视野。

2001年,学护理专业的张俊峰毕业后被分配到郑州市第八人民医院(以下简称郑州市八院)。起初,他曾一度感到有点难为情,但经过一段临床实践后,张俊峰彻底改变了这种看法。看着一些精神障碍患者从行为紊乱、人格丧失,到重新恢复正常生活,他切实感受到自己工作的真正价值。

因为具有胆量和体力上的优势,精神科男护士通常被安排在风险高、管理难度大的医疗“重地”。这一点,张俊峰深有体会。自入职以来,张俊峰先后在慈善惠民病区 and 封闭男病区轮转。如今,当了16年护士的他面对患者游刃有余,总能在“刚”与“柔”的拿捏间,把大小矛盾化解于无形。

患有精神分裂症的刘先生住院多年,因病情反复发作导致人格改变、社会功能退化,他经常故意把东西放在桌子上,或掉在地上,假装不知道,然后暗中观察。如果有人去拿东西,他就跟别人理论,甚至打人家;如果别人还给他东西,他又重复这种行为,等待下一次“中招”。

一天中午,刘先生偷偷把病友的毛巾、牙刷等从床头柜里拿走,当时被一名患者看见,把这件事告诉了物品的主人。物品的主人找刘先生询问,刘先生不肯承认,他们就争吵起来。刘先生一气之下拿着拖鞋就往对方脸上摔,幸好被路过的护士挡了一下,拖鞋砸在了护士的肩膀上。这时,其他护士也立即跑过来帮忙,共同把他们拉开,并给予刘先生对症处理。事后,张俊峰耐心地帮刘先生树立正确的价值观。

刘先生还有点“絮叨”,同一件事儿找护士会说很多遍,还时常对处理结果不满意,但他就觉得张俊峰最公平,所以大事小事都找张俊峰解决。每次,张俊峰都会和他多聊一会儿,但面对这样的患者,遭受埋怨是常事儿。“我也有想发脾气的时候,但他们是患者,内心敏感,特别是在诉求没有得到满足时,那种失落、无助的样子,让人看了很心疼。所以,再委屈,我也能忍。”张俊峰说。

在封闭病区,儿童青少年患者也是常见的群体,而相比成年人来说,他们特有的心理特点也给护士提出了别样的考验。

11岁的小鹏(化名)因双相情感障碍住院,起初,他母亲在医院陪护,但小鹏经常和母亲发生矛盾。为了避免患者情绪激动,医生让其母亲回家了。处于躁狂状态的小鹏每天在病房里打人、咬人,以及躺在地上打滚等。有一次,小鹏偷偷往病友水杯里吐口水,病友看到了想打他。当时,护士赶紧替小鹏道歉,并买来新的水杯赔偿病友。

张俊峰问小鹏为啥这么做,小鹏说:“我实在无聊!”身为父辈的张俊峰,看着和自己家孩子年龄相仿的小鹏,不由得心生疼爱之情。于是,他经常从家里带一些食品送给小鹏,为了防止小鹏再惹祸,张俊峰就每天带着他上班。这种安全感,让小鹏对张俊峰产生了信任。慢慢地,小鹏积极配合治疗,病情逐渐有了好转。

张俊峰这种温和、细腻的风格,除了表现在与患者相处时,对待同事也是一样。在大家看来,不管什么脏活累活,他总是抢着干。“己所不欲,勿施于人。”张俊峰常说,“如果只靠职权发号施令,别人不会真正服气。只有以专业、品德服人,我才能带领团队走得更远。”谈及未来,张俊峰说:“目前,公众对精神疾病的了解还比较少,一部分人对于精神疾病患者仍有偏见和歧视。所以,我们要做的工作还有很多……”

遗失声明

长垣市恼里镇卫生院马国仁的医师资格证书(编码:201341110410728198711197637)、医师执业证书(编码:110410728000229)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

人 物剪影

儿科病区里的“热心肠”

□王正勤 侯林峰 张浩 文/图



牛清涛是温县中医院的儿科主任,毕业于河南中医药大学中医内科学专业。众所周知,儿科是有名的“哑科”,工作琐碎,责任大,任务重,医务人员工作压力比较大。但牛清涛却扎根在儿科,多年如一日,耐心细致对待每一名小患者,用医术和仁心守护着患儿的身心健康。

“小帅哥,怎么啦?”“宝宝不哭,让伯伯看看(如图)……”在哭闹声此起彼伏的儿科病区里,牛清涛温和的话语有着让人安静、信服的力量,手足无措的患儿家长时常说:“他是儿科病区里的‘热心肠’。”对待患儿,牛清涛都是仔细询问,认真检查,在治疗方法上也往往不拘一格。“不管中药西药,还是针灸推拿,只要能以最小代价为孩子治好病,就是好办法。”

牛清涛说。在具体诊疗过程中,牛清涛还十分注重和患儿家长沟通。真诚的沟通,再加上有效的治疗,让这里的医患关系十分和谐。

家住温县招贤乡的李某对牛清涛和藁真诚沟通病情、雷厉风行处置疾病的风格赞不绝口。李某的孩子2岁零3个月时患了肺炎,辗转多地,最后带孩子到牛清涛的诊室就诊。牛清涛在详细了解患儿的病情后,给家长详细说明了患儿的病情,分析了病情反复发生的原因,并建议用中西医结合的方式给孩子治疗。得到家长的同意后,牛清涛多管齐下为患儿治疗。在医务人员共同努力下,患儿的发热很快得到有效控制,一星期后,患儿康复出院。李某感激地说:“牛医生

的办法让孩子少遭罪,他还给我们讲了很多防病知识,我们十分感激他!”

由于治病效果好,待患儿热情周到,不仅家长带孩子来找牛清涛治病,还有一些成年人也来找牛清涛治病。住在温县县城的王某一家就十分感激牛清涛。今年年初,王某在新乡市突发疾病,病情危重,在某医院重症监护室治疗一段时间后,回到温县老家。家人不想放弃治疗,就带患者找到了牛清涛。“当时,患者病情严重,家属想缓解患者的疼痛程度。我就谨慎为其对症治疗。”牛清涛说。针对患者的病情,牛清涛细心问诊,大胆用药,前期采用中西医结合疗法治疗。一星期后,患者的病情有了好转。随后,牛清涛每两天调整一次用药方案,并辅以食疗,经过近3个月的治疗与调理,患者逐渐康复。

牛清涛不仅服务态度好,还十分注重提高自己的治疗水平。牛清涛自身有着很深的家学渊源,他的父亲曾是温县著名的儿科医生。牛清涛参加工作后,多次到上级医院进修学习,带着平时工作中遇到的疑难问题,虚心向资深医生请教,不断学习和掌握儿科疾病的新知识、新技术、新动态。回到医院后,他把学到的新技术适时应用到实际工作中,以减轻患者的痛苦和经济负担。

除了日常坐诊,牛清涛十分注重中医药推广工作,2019年,他挤出时间走进徐堡卫生院进行健康帮扶,提升了该院儿科的诊疗水平;2021年,他被温县医疗健康服务集团作为医共体乡镇卫生院第一院长派驻温泉街道卫生院。其间,他进行查房指导、儿科推拿培训、指导小儿药浴科室建设等。同时,他还热衷科普公益,积极走进学校、村庄,面向学生、群众开展健康科普宣教,普及防病知识和健康理念。

“我就是患者的‘120’,只要需要,随时随到。”对于工作,牛清涛笑着说,“医生就要为患者着想,只要能让孩子满意,医生的口碑不用刻意塑造,只要刻苦钻研医术,真诚关心每一名患者,口碑自然会好的。”

中国人寿

借助金融保险力量传递艺术之美

□王平 刘富安 王清 菲菲 文/图



近期,中国人寿保险股份有限公司(以下简称中国人寿)在国家大剧院举办了“乐享人生”艺术沙龙系列活动,吸引众多家长带着孩子前往参加。

据了解,为了助力青少年美育实践,提升青少年文化艺术素养,中国人寿与国家大剧院积极整合线上线下资源,自去年以来,陆续开展了一系列丰富多彩的品牌与艺术推广活动,借助金融保险力量让文化艺术广泛惠及社会公众。

配音朗诵 声动人心

朗诵是一门有声语言艺术,朗诵者通过对作品的理解和情感的表达,把文字作品再创作成带有音韵美的有声语言形式。此次“乐享人生”艺术沙龙以充满趣味性的亲子配音朗诵活动拉开帷幕。在首场“声动人心”配音朗诵活动上,富有教学经验的老师带领孩子们和家长从基础发声练习开始,层层递进体会朗诵与配音的艺术魅力(如图)。在学习如何正确发声后,老师引导鼓励亲子之间敞开心扉,用配音朗诵的发声技巧进行对话,向彼此传达内心的感受。家长与孩子们起初都有一些羞涩,但声带的打开逐渐带来了心灵的敞开。家长和孩子开始分享彼此最深刻的记忆,运用活动中学到的发声技巧和情绪表达方法真诚地交流。现场气氛十分温馨,一对母女将彼此藏在内心深处

的爱勇敢地表达了出来,感动了全场的观众,将活动推向高潮。在充满爱和温暖的氛围中,不仅展示了朗诵的魅力,还让参与者在朗诵中表达了真实感情。

互动戏剧 亲子同乐

面对广阔世界中的无限可能,每个人都需要演讲沟通、肢体表达、团队协作等综合能力。而戏剧是一门综合性艺术,调动多感官进行学习模仿、体验不同的角色及与其他角色进行互动,有助于孩子们开发想象力和表现力,学会理解和共情,提升表达能力和协作能力。本次“乐享人生”艺术沙龙设置了精彩的“童你嬉戏”互动戏剧体验活动。在现场,戏剧老师首先引导家长和孩子进行了基础语言训练和声音塑造训练。在练习的基础上,家长与孩子一起体验了肢体游戏和角色扮演。老师引导大家去回想、重现生活中的情景,体会声音背后的情感变化,用语言和肢体去展现情节。活动现场气氛热烈,家长和孩子们都积极参与、相互配合,沉浸在欢乐的亲子时光中。活动虽然短暂,但与戏剧艺术的亲密接触对孩子们的影响是深远的。戏剧表演实践丰富了孩子们的想象力,锻炼了孩子们的肢体表现力,一部分孩子更是萌生了对戏剧表演的

兴趣和热情。

听音抚琴 得遇知音

本次“乐享人生”艺术沙龙还邀请了多位知名艺术家,举办了多场演奏会,为观众带来了精彩的视听享受。在青年古筝演奏家程皓如的演奏中,观众们走进了古筝的世界,在琴声中寻找知音。在现场互动环节,程皓如与听众分享了自己一心学琴的往事。她说,一曲《我和我的祖国》使她坚信,古筝的魅力不仅在于传统古典,更在于破圈与跨界的新尝试。面对取得的成绩,程皓如保持谦逊心态,心怀感恩,始终认为是导师的教导、父母的支持和中央音乐学院

的培养,把她从一个只识古筝之美的小女孩培养成一名愿以古筝为笔书写新时代国乐辉煌的青年学者。程皓如真诚动人的分享在现场听众的心中荡起了涟漪,很多学习古筝的孩子都表示受到了鼓舞,坚定了不断练习精进技艺的决心。“乐享人生”艺术沙龙系列活动还邀请了“天才演奏家”陈曦、“黄梅戏皇后”吴琼等多位著名艺术家,带领大家体验戏曲、交响乐等艺术形式,深入了解艺术的魅力。

此次“乐享人生”艺术沙龙系列活动的举办,让观众们走近艺术、感受艺术,收获了颇多好评。未来,中国人寿将继续积极践行社会责任,为丰富人民群众的文化生活做出更多贡献,为人民群众对美好生活的追求提供更优质的服务

携手好乡医 共建一个家
中国人寿 CHINA LIFE
广告
协办:中国人寿保险股份有限公司河南省分公司