

我县开展“政府为民办实事,产前筛查已免费”宣传活动

本报讯 为提高孕产妇免费产前筛查率,降低出生缺陷发生风险,提高人民群众对产前筛查与诊断服务的知晓率、认知度,增强广大孕妇参与项目的自觉性、主动性和积极性,7月27日,绛县妇幼保健计划生育服务中心在电影院广场组织了“政府为民办实事,产前筛查已免费”的大型宣传咨询活动。

活动现场,通过摆放宣传版面、设立咨询台、发放宣传资料进行宣传。前来咨询的群众络绎不绝,医务人员的服务热情高涨,对群众和免费产筛对象

提出的疑难问题进行了耐心细致的解答,对免费产筛的相关政策和具体要求进行了科学专业的指导,鼓励广大群众和妇女朋友积极动员身边符合孕周的孕妇进行免费筛查。

活动现场接受前来咨询300余人次,发放免费产筛宣传资料200余份,悬挂横幅1条,发放妇女、孕产妇健康知识手册、《黄河晨报》和《绛县妇幼》报纸共500余份、围裙200个和扇子及手提袋共600余份。



高温热浪来袭 如何应对



连日来,高温天气话题刷爆网络,“酷热难耐”成为街头巷尾热议的话题。

热浪是指天气持续地保持过度炎热,也有可能伴随有很高的湿度。中国气象局规定日最高温度35℃以上为高温,持续的高温天气(3天以上)被称为热浪。

中暑类型不同应对方法各异

据测定,当气温在35℃~39.9℃时,人就会感到奇热;当气温高于40℃时,人们就

环境健康防护措施。高温热浪对人们最直接的健康影响就是中暑。根据病情程度不同,中暑通常分为热痉挛、热衰竭和热射病。不同类型的中暑,症状和急救措施有所差别。

热痉挛

肌肉疼痛,多发于腿部、胳膊或腹部,常在结束持续性运动时发生。对应急救措施:立即到凉爽的地方休息,多喝水或电

解质饮料,舒展肌肉并轻轻按摩,如症状持续1小时以上需就医。
热衰竭
面色苍白、流汗、心率加快、虚弱、肌痉挛、头晕、头痛、恶心、呕吐,但精神状态正常。对应急救措施:将患者移至阴凉处躺下,脱去外衣,用湿毛巾或喷水降温,并请专业医生进行处置。
热射病
有与热衰竭相似的症状。此外,皮肤干燥无汗,精神状态改变,抽动性头痛,恶心,头晕或眩晕,体温可达41℃或更高,严重者可失去意识。对应急救措施:立即叫救护车,同时将患者移至阴凉处躺下,脱去外衣,持续用湿毛巾或喷水降低体温。
预防中暑要多管齐下
空调温度应控制在26℃~28℃,室内外温差不要超过8℃。空调运作时,尽量避免送风口冷风直接吹着头部或长时间对着身体某一部位吹。定时打开门窗,通风换气。
室外劳动时应戴上草帽,穿浅色衣服,并且应备有饮用水和防暑药品。如感到头晕不舒服应立即停止劳动,到阴凉处休息。
白天用窗帘遮挡强烈的日光照射,夜晚有凉风时将门窗打开降低室内温度。
浑身大汗时,不宜立即用冷水洗澡,应

先擦干汗水,稍事休息后再用温水洗澡。

不要将儿童、老人或宠物独自留在关闭的汽车中。
白天尽量避免或减少户外活动,尤其是10时~16时不要在烈日下外出运动和劳动。
避免温度的急剧变化,如从高温的室外立刻进入温度较低的空调环境。
注意饮食卫生。要多饮水,每日补充2000毫升以上的水,以温淡盐开水或茶水为主,兼食瓜果和新鲜蔬菜。避免饮用含咖啡因、酒精和大量糖分的饮料,这些饮料会导致脱水。适当摄入盐分,补充因大量出汗导致的电解质流失。
不宜在阳台、树下或露天睡觉,适当晚睡早起,中午宜午睡。
避免皮肤被蚊虫咬伤、开水烫伤等,预防因气温高、细菌繁殖迅速而造成感染。
要提高防范中风的意识。少食多餐,切忌过饱过腻,以防胃肠道消化食物时与大脑争血流,增加脑缺血性中风的发生概率。凡有心脑血管疾病、糖尿病者,应坚持服药。一旦出现心慌气短、头昏眼花、手足不灵、走路不稳、精神萎靡等症状,应及时就医。

感觉酷热难当。炎热天气持续的时间过长,会给肌体的正常活动带来严重危害,需要特别注意防暑降温。对于局部地区出现的高温热浪,敏感人群尤其需要注意采取

颈椎病 8 大危害,8 个动作可预防

颈椎病引起心脏病

有可能!有一种心脏病就叫做颈源性心脏病,主要症状包括如胸前区作痛,心律失常,还会有胸闷不适感、心悸、气促等。

颈椎病有多要命

更可怕的是,医学上还发现颈椎病至少可引致全身70种病症,以下是几种常见的病症。

吞咽不畅

吞咽时有梗阻感、食管内有异物感,少数人有恶心、呕吐、声音嘶哑、干咳、胸闷等症状。

视力障碍

视力下降、眼胀痛、怕光、流泪等,甚至还可能失明。

腹胀便秘

部分颈椎病患者因邻近的颈交感神经受到刺激和损伤,使其支配的内脏器官胃肠道蠕动减慢。

高血压

血压明显升高,称为“颈性高血压”。由

于颈椎病和高血压皆为老年人的常见病,故二者常常并存。

胸痛

单侧胸大肌和乳房疼痛,检查时有胸大肌压痛,这与颈六和颈七神经根受颈椎骨刺压迫有关。

猝倒

站立或者走路时因突然扭头出现身体失去支持力而猝倒,倒地后能很快清醒。

下肢瘫痪

早期表现为下肢麻木、疼痛、跛行,个别患者还有排便、排尿障碍,如尿频、尿急或大小便失禁等。

老年痴呆

一旦颈椎间盘突出导致横突孔变细、变形,会致使所供应的脑区发生供血不足,慢性脑缺血引起了遗忘等认知功能下降,长期以往最终会出现痴呆。

这颈椎病看着不起眼,可对我们的生命健康的威胁可是非常大!

奉劝颈椎不好的朋友千万要当心,不

要耽误自己。在这里提醒你,也希望你能到后提醒身边的人:一定要关注自身的颈椎健康!

而很多人认为颈椎病不是很要紧的病,休息休息就好了,但是拖延下去,治疗会越来越难,有的甚至要做手术治疗。所以劝大家及早预防,尽早治疗!

下面介绍简单易学的保护颈椎,甚至可以治好颈椎病的方法,大家一定要记住了!

滚一滚,滚出好颈椎

站立歪斜或坐姿不端正、习惯性翘脚、长时间玩手机或者坐在电脑前,都会造成我们脊椎歪曲不直。脊椎一旦弯曲歪斜,很多毛病会跟着来。

中老年朋友可以常常做滚背的动作,矫正脊椎,甚至有人长了骨刺也可以治愈哦!每天勤快108下(来回一次算一下),不用快慢慢做,矫正脊椎自己来!

(一)



本报讯 7月31日晚,由共青团绛县委员会举办的“清凉绛县 避暑胜地 长寿之乡”绛县第二届“共享青春”啤酒音乐节在陈村镇农民公园隆重开幕。县领导薛玉马、丁格、董宏运、程海龙、何文东、柴广胜等出席活动。

共青团绛县委员会书记靳钰盛致开幕词。

据了解,整个啤酒音乐节从7月31日开始到8月9日结束,共分为“走进绛县”“味道绛县”“舞动绛县”“玩转绛县”“回忆绛县”“青春绛县”“醉美绛县”“音乐绛县”

“展望绛县”“美丽绛县”十个专题,内容丰富、形式多样、精彩纷呈,集吃、喝、玩、乐为一体,包涵了晋南特色名优小吃、啤酒冷饮、文艺演出、游戏互动等多项内容,让到场游客流连忘返。旨在以节庆促旅游、促开放、促发展,诚邀各届嘉宾在绛县多走走、多看看,感受文化积淀,欣赏秀美风光,度过清凉一夏,真正游在绛县、美在绛县、醉在绛县,在深化交流合作、促进互利共赢中开创“走进新时代,建设‘两乡五区’”新局面。

近年来,共青团绛县委员会在

中共绛县县委、县政府的领导下,在团市委的指导下,积极服务全县中心工作大局,以建设美丽幸福绛县为目标,凝聚青年人才力量,关心青年人才成长,开展青年人才联谊系列活动。按照“产业兴旺、生态宜居、乡风文明、治理有效、生活富裕”的总要求,组织动员全县青年深入开展服务乡村振兴战略“双争双兴”工程。围绕乡风文明,兴盛乡村优秀文化,努力推动全县文化旅游业成为战略性支柱产业。

开幕当晚,干部群众自编自演的文艺节目迷醉现场观众。



省妇联来我县调研绛县妇女“十三五”规划和绛县儿童“十三五”规划工作

本报讯 7月26日,省妇联党组成员、省政府妇儿工委办公室主任任晋阳,市妇联党组书记、主席王凤婷到我县调研绛县妇女“十三五”规划和绛县儿童“十三五”规划工作。县委副书记丁格,政府副县长、县妇儿工委主任程海龙陪同调研。

任晋阳一行到县妇幼保健计划生育服务中心,对妇女“两癌”筛

查进展情况进行了深入了解,对提高婚前检查率和孕期筛查率,预防出生缺陷提出了建设性意见。并围绕设施配备、活动安排及进一步做好妇女儿童工作等提出了具体指导。

调研中,任晋阳肯定了我县妇联工作所做出的成绩。就下一步我县妇女儿童工作,他强调,要提高政治站位,按照省、市妇联要求确

保工作落实到位,创新机制,加强考核,动员社会各方力量,多方位、多角度地采取相应措施,并建立起一套行之有效的机制,推进妇女儿童服务管理制度化、规范化,为妇女儿童创造一个良好的生活环境;要强化责任担当,发挥主力、善于借力、形成合力,不断开创妇女儿童工作新局面,切实增进妇女儿童获得感和幸福感。 彭闫钊



丁格检查指导县委党校改扩建项目建设情况

本报讯 7月27日,县委副书记、县委党校校长丁格到原职业高中检查指导党校改扩建项目建设情况。

在项目现场,各相关单位分别汇报了工程进度、存在问题及下一阶段工作安排。丁格指出,各相关单位要

任;要倒排工期,继续攻坚克难,确保项目顺利开工建设;要认真协调抓好园林绿化、排水排污、环境卫生、设施设备

王琪

迴马岭县级爱国主义教育基地揭牌成立

本报讯 7月31日,我县迴马岭县级爱国主义教育基地揭牌成立,县委常委、宣传部长解伟龙出席活动为基地揭牌。

仪式上,磨里镇党委书记赵长江介绍了基地的基本情况。迴马岭作为全县首家党性教育基地,素有“绛县的延安”、“西柏坡”之称,朱德同志曾在此中转河南。回顾历史,1932年9月,绛县县委做出了“建立以迴马岭为中心的红色革命根据地”的决定。1938年10月,绛县县委转移到迴马岭村,以迴马岭村为根据地,成立了抗日游击大队,建立了抗日政府。从此,迴马岭村成了绛县抗日战争、解放战争的指挥部和当时绛县的政治活动中心。

解伟龙在讲话中要求全县各级党委、政府要站在讲政治、谋大局、促发展的高度,充分利用好迴马岭爱国主义教育基地这一平台,发挥和拓展爱国主义教育基地的功能,深入开展群众性爱国主义教育活动,真正使教育基地成为党员干部了解党的历史、加强党性锻炼的重要场所,成为广大群众培养爱国热情、培养民族精神的主要阵地,成为青少年学习革命传统、



陶冶道德情操的重要课堂。各级领导干部当好讲解员和宣传员,大力弘扬革命传统和老区精神,充分发挥红色资源教育、资政育人的作用,深入推进社会主义核心价值观宣传教育,进一步激发群情,唱响爱党爱国爱社会主义的主旋律,沿着革命前辈的足迹,从新的历史时期不忘初心使命,广泛凝心聚力,为新时代,建设“两乡五区”提供强大的精神动力。 县委宣传部常务副部长陈国栋主持揭牌仪式,县委宣传部副部长王威、磨里镇机关干部、各乡镇宣传委员、磨里镇机关干部等参加。

我县举办干部驻村帮扶工作培训会

本报讯 7月30日,我县举办干部驻村帮扶工作培训会,政府副县长李鹏奇参加。

李鹏奇希望:参训学员通过学习、交流,准确把握脱贫攻坚各项工作的新部署新要求。要珍惜培训机会,全身心投入到学习中,仔细听、认真记、勤思考、多总结,学好学深学透培训内容,切实提高思想认识和理论水平,争

做扶贫工作的“明白人”。要学以致用,勇于担当,把理论与实践,学习与实用结合起来,提高自身工作能力,积极带领基层干部群众,做好脱贫攻坚各项工作,切实提升脱贫攻坚成效。

随后,县扶贫办工作人员就贫困户精准识别、精准退出等方面的应知应会知识点和驻村帮扶应该注意的五个方面的内容进行了讲解。 李宁芳

绛县文物旅游局运城南风广场推介“清凉绛县”



本报讯 连日来,运城南风广场20余块制作精良、宣传绛县文物、旅游景点的展板吸引了许多市民驻足观看。

为进一步提升“清凉绛县、避暑胜地、长寿之乡”品牌形象,自7月28日至8月10日,在绛县第二届音乐啤酒节之际,绛县文物旅游局在运城南风广场设置展板20余块,从人文绛县、生态绛县等各个方面展示了绛县文物、旅游资源。7月30日,绛县文物旅游局工作人员还在现场设立咨询台,悬挂条幅,

向过往市民介绍绛县景点特色,发放绛县旅游宣传册。许多市民、游客前来咨询并表示想前往看看。

绛县东南高峻,西北平缓,素有“七山二岭一分川”之称,属大陆性季风气候,昼夜温差大,夏无酷暑,清凉宜人,年平均气温11.4度,在炎热的夏季,均温25度。绛县境内山峪纵横,水库众多,峪内山奇水秀路美林密,移步换景,四季不同,万千气象,丽艳胜画,被人们誉为山西的“张家界”,晋南的“九寨沟”。

据悉,绛县第二届音乐啤酒节于2018年7月31日至8月9日在陈村镇农民公园举行,旨在打造绛县旅游品牌,深入挖掘绛县文化底蕴,活跃广大群众的精神文化生活。啤酒节围绕十大主题,现场精彩纷呈,是包含啤酒、音乐、旅游、美食的惠民乐民夏日狂欢,将带给您全新的音乐时尚体验。