

“垃圾去哪儿了”环保研学活动

见证身边垃圾“变废为宝”全过程



研学活动现场

一路歌声，一路欢笑，一张张稚嫩的脸庞写满了憧憬。为了培养孩子们的环保意识，养成良好的环保习惯，1月2日下午，由汝州老成人爱心驿站和光大环保

能源(汝州有限公司)共同开展的“垃圾去哪儿了”环保研学活动在市静脉产业园举行。活动通过沉浸式、互动式研学，让孩子们在活动中学习、在体验中成长，让垃圾分类成为一种自觉和习惯。

我们生活的城市每天都会产生几百吨甚至几千吨的垃圾，如果垃圾处理不当就会造成大量的污染。那么，如何将垃圾变废为宝，降低污染?此次活动的目的，是呼吁全民参与垃圾分类，让孩子从小树立爱护环境、保护环境的意识，争当绿色环保使者;加深对环保科技的认识，了解垃圾焚烧处理和发电的原理及过程。

参与活动的家长和学生代表排队进入垃圾分类科普展厅，观看了垃圾环保处理宣传片，跟随着解说员的指引，观摩了解了垃圾收集、科学焚烧、发电再利用等工艺流程，并切身领略了机械化在诸多流程中的高效运用;随后并实地参观了中央控制室和焚烧发电车

间，见证了身边垃圾“变废为宝”的全过程。并统一集合为环保宣传作画，分享研学收获。

活动的组织者——汝州老成人爱心驿站负责人李佳欣介绍说，垃圾分类文明风尚之旅将学习实践转移到生活场景中，体现了“在学中游、在游中学”的研学要求。比如，参观垃圾处置场所，可以了解垃圾是如何变成走进千家万户的电能，用这种方式既让同学们“眼见为实”，又能亲自动手操作，直观地了解、掌握垃圾是如何处理的。“垃圾去哪儿了”之旅是让学生在玩中学习、寓教于乐的一种方式，能更加促进他们对垃圾分类的理解，也有助于以后指导他们更好地做到垃圾分类。

同时，由于疫情的原因，大部分当初组织的孩子们暂时没法来到现场参加活动，他们将通过“线上+线下”互动的形式让更多的孩子们参与学习体验。

融媒体中心记者 李晓伟

市第一医疗集团

筑起疫情“防控墙” 全力守好“西大门”



旅客在火车站核酸检测点排队进行核酸检测

本报讯(融媒体中心记者 李晓伟 通讯员 王文璐)“所有来(返)汝州的旅客出火车站，如果不持有48小时内核酸检测阴性报告，都需要在这里进行核酸采样。”1月3日中午12时许，在汝州火车站出站口设置的临时核酸采样点，出站的旅客主动完成测温、亮码等疫情防控步骤，有序进行核酸采样。

在采样点值班的市第一医疗健康服务集团核酸检测突击队队员许世岗告诉记者，他们早上8点就准时到位，完成核酸采样任务，并交由专人把采集的样品送到集团总院进行检测并出具报告。

近日，汝州周边的洛阳新安、许昌禹州等地突发疫情，疫情防控形势异常严峻复杂。1月2日下午6点，接市疫情防控指挥部通知，1月3日上午8点启动火车站核酸检测点，由市第一医疗健康服务集团承担乘火车(返)汝人员核酸检测任务，筑起疫情防控“安全墙”，守好汝州“西大门”。

接到市疫情防控指挥部的通知后，该集团党委书记胡增要求立即行动，周密部署，全力投入。集团疫情防控领导小组办公室主任张浩飞统筹协调，相关部门、科室负责人协同配合，加紧落实。核酸检测突击队队长王延军、副队长路红斌负责组织相关突击队员，做好排班及个人防护的再培训，随时准备到岗;财务运营部部长吴汝平、常务副部长王佩，一站式结算窗口负责人孟润森，李令霞、丁红娟两位组长，根据经验提前计划，做好收费登记表，备好零钱及收款码，确保在无信息化支持的情况下，收费工作能够有序开展;护理部主任连牡丹，集团办公室副主任颜琳琳、转运组负责人马涛，物资保障组负责人张子毅等人分工协作、迅速行动，安排相关人员排班和物资保障。

急危重症界大咖相聚 聚焦前沿动态

本报讯(融媒体中心记者 李晓伟 通讯员 王文璐)2021年12月30日，由郑州大学第二附属医院主办的2021年第三届亚太华人ECMO高峰论坛暨河南省第十届ECMO大会在郑州紫荆山宾馆拉开帷幕，我市第一医疗健康服务集团总院急危重症支部书记魏殿厚、重症医学科执行主任宋冠男、急诊科护士长许敬伟受邀参加会议。

此次高峰论坛采用“线上+线下”方式进行，设置主会场和3个分会场，邀请到了来自全国各地ECMO领域70多位专家学者，旨在通过共同学习、交流、探讨、分享ECMO的基础理论和实践经验，推动ECMO领域技术突破创新和产学研发展。高峰论坛上，著名专家学者们分别从NRIS在ECMO中应用、清醒呼吸衰竭患者的ECMO治疗、VA-ECMO心脏移植的时机、ARDS患者的床旁驱动评估、ECMO抗凝策略、ECMO在重症患者的应用、基层医院开展ECMO的思考等专业领域，展开学术交流。

魏殿厚以“基层医院开展ECMO的必要性与迫切性”为题，进行交流分享。他说，通过分享经验、探讨问题、研究应对措施，ECMO技术必将在基层医疗实践中得到更好的应用。

自“双减”政策出台以后，塔寺小学教育集团紧紧围绕“正心致和尚善臻美”的办学理念，以“聚焦课堂、关注质量、张扬个性、凸显特色、规范管理、促进发展”为教学工作重点，认真贯彻落实“双减”和课后服务5+2政策，加强教学常规管理，积极开展特色课程，认真做好相关工作，以促进全体学生全面发展为目的，做到有目标、讲方法、求实效，认真完成各项教学工作。

日常教学规范化。为了规范教学行为，该学校从教师的备课、上课、作业批改等方面提出了具体明确的要求，并建立了相应的考核内容，采取强化检查、分层管理的有力措施，使常规管理工作更加规范化。

课程文化显特色。该学校以“学生有特长、学校有特色”的原则开设了“6+1”课程体系，即六大校本课程：绘美时光美育课程、经典晨读国学课程、特色阅读课程、读写绘写作课程、梦想课程、和美好少年德育课程和一班一特色的班本课程。特色课程的设置旨在课堂活动中培养学生动手、动脑、健体和创新能力，发展个性特长，彰显孩子们的聪明智慧和高雅的审美情趣，促使学生得到全面发展。

课后服务暖人心。该学校本着对每位学生负责、让每位家长放心、满足家长合理需求的原则，以“放学后延时服务”为平台，组织学生开展形式多样的活动，让学生在校园学习生活中享受幸福、健康成长。同时，为了使课后服务课程保质保量地开展起来，该学校还按照“自主选择”“统一管理”的原则，确定了由“学科辅导+体质锻炼+多彩课程”组成的多元化课后服务形式，制订翔实的方案和计划，狠抓落实，提出了明确的课程要求，实现了有计划、有调整、有总结的高质量课后服务课堂。

下一步，该学校将继续本着“勤学、善思、实干”的准则，围绕“立德树人”的目标，着力培养学生的综合素养，为全面提高教学质量而不断努力。

融媒体中心记者 李浩然 通讯员 范鸽子

融媒体中心记者 张亚萍

紧急手术后体力不支 口服葡萄糖坚守岗位

“左侧踝关节开放伤、骨盆疼痛……”2021年12月30日凌晨2时许，市骨科医院急诊收治一名车祸患者，急诊医生立即联系创伤骨科二病区值班医生，并报告医院，开通急诊绿色通道。

创伤骨科二病区值班医生王昭根据患者检查结果诊断为“左侧踝关节粉碎性骨折、左胫后动脉断裂、骨盆骨折”，伤势严重，需要立即进行手术。王昭将情况上报至大骨科主任李智伟，并讨论病情及治疗方案，最终决定与手足显微外科病区联合，先为患者进行保肢治疗。

“由于患者是粉碎性骨折，并动脉血管断裂，如若不及时对断裂血管进行吻合的话，会导致患者左脚趾缺血坏死，从而截肢……”对于患者的病情，王昭非常重视。

手术开始，先由创伤骨科医生为患者进行左踝关节开放性骨折并脱位扩创、复位，外固定架固定术。由于这场手术关乎着患者后半生是否可以正常生活，参加手术的医生精神始终处在高度紧张的状态。

凌晨5时许，手术告一段落，开始由手足显微外科医生丁向辉为患者进行左胫后动脉断裂吻合术。交接后，由于长时间精神高度集中，加上本就身体不适，王昭突然感到头晕、胸闷、体力不支。旁边护士看到他脸色不对，赶紧将他搀扶到旁边的椅子上，打开一瓶葡萄糖让他喝下。

休息片刻后，恢复了一些力气的王昭，就又投身工作中，首先向手术室外焦急等候的家属告知手术情况，安抚家属后，赶回医生办公室整理值班记录、书写病历。



王昭(左一)坚守在工作岗位

据创伤骨科二病区护士长姬利利介绍，医院现阶段正在创建二甲的关键时期，科室医护人员均是压缩了自己的休息时间，而王昭从去年7月份到现在，已有近半年时间没有休过一天假。听闻王昭身体不适，大家劝其回家休息时，王昭则是不好意思地笑笑，说：“做了一个心电图，还好心脏没事，我现在已经好了，以前从来没有出现过这种情况，看来真的是年纪大了……”

当天上午9时许，本该下夜班回家休息的王昭仍在忙碌中……

融媒体中心记者 李浩然 通讯员 宋晗

图说汝州



望嵩小学3000余名学生在每天下午第一节课，伴随着悠扬的古乐，凝神静气地进行硬笔、软笔书法练习，在练字的过程中还进行“双姿”训练。据了解，这是望嵩小学坚持了15年的“听民族乐、写中国字”习字活动。

赵子豪 摄



传统的观念里，冬季是蛰伏、休憩的季节，但随着人们健身观念改变，冬季全民健身的场景随处可见。冬天若能坚持适宜的体育锻炼，有利于增强各组织器官的免疫功能，以及身体对外界寒冷刺激的抵御能力。因为健身爱好者相约在朝阳路和凤穴路交叉口东南角的地矿游园里，或跳健身操，或练太极拳，一派朝气蓬勃的景象。

李浩然 摄



日前，市妇幼保健院孕妇学校举办了《分娩吧，爸爸》公益活动，让准爸爸们使用镇痛仪体验真实体验了妻子分娩时的疼痛，懂得了妻子怀孕的不易、坚强和伟大。《分娩吧，爸爸》公益活动通过角色互换，不仅让准爸爸们学到了健康分娩知识，还增进了夫妻感情。图为准爸爸们在妻子的陪伴下体验分娩疼痛。

李浩然 范鸽子 摄

冬季小儿易咳嗽 中医施治疗效佳

冬季来临，孩子们感冒咳嗽这样的疾病发病率是非常高的，这让家长们都会感到很揪心。对于小儿咳嗽，在医生的指导下采用中医疗法也有很好的治疗效果。近日，市妇幼保健院中医科医师李志辉接到了市民吴女士的咨询电话，称其儿子这段时间总是咳嗽，之前去医院检查后服用西药，但是药吃完了还是咳嗽，感觉效果不大，想咨询一下有没有合适的中医疗法。电话中李志辉了解到，吴女士的儿子今年6岁，基本上一到秋冬季就容易咳嗽，遇到骤降天气症状更加明显。

针对患儿的情况，李志辉告诉吴女士，婴幼儿正处在生长发育阶段，由于肾

气未充，肝常不足，脾常有余，脏腑轻灵，因此容易外感六淫邪气发生疾病。中医治疗儿童慢性咳嗽历史悠久，且临床疗效较好，副作用小，是很多家长选择的治疗手段。对于儿童慢性咳嗽的中医治疗方法主要有中药汤剂治疗、针灸治疗、推拿治疗、三伏贴和三九贴等治疗方法。家长们应在医生的指导下，根据儿童自身差异选择适合的治疗方法。

中药汤剂治疗

对于儿童慢性咳嗽，常用的中药汤剂有止咳散、桑杏汤、桑菊饮、玉屏散、三拗汤、黄芩汤、沙参麦冬汤等，根据患儿证型不同，选方用药有所不同，根据患儿体质差异，用药用量亦

有所加减，对于有其他基础疾病的儿童应把握急则治标，缓则治本的原则进行处方用药。

针灸治疗

针灸治疗疾病的历史悠久，对于儿童慢性咳嗽的疗效较好，常用穴位有风池、风府、列缺、合谷、尺泽、曲池、肺俞、肾俞、脾俞、足三里、阴陵泉、外关、内关等等，根据咳嗽性质、时长不同而选穴有所差异。但对于晕针的儿童则不适用针灸治疗。

推拿治疗

推拿治疗手法有很多种，常用于治

疗儿童慢性咳嗽的有揉法、捏法、推法、震法、摩法、按法等等，一般对于儿童正气恢复有帮助，推拿治疗可扶正祛邪，对于治疗儿童慢性咳嗽具有较好临床疗效。

三伏贴、三九贴治疗

三伏贴是指在一年之中的三伏天里定期外用敷贴的治疗方法，三九贴是在一年之中的三九天里进行外用敷贴的治疗方法，对于增强儿童体魄，正气恢复效果较好。

融媒体中心记者 李浩然 通讯员 范鸽子

健康知识

塔寺小学教育集团 落实双减助成长 提质增效促发展