

漯河市“最美献血者”候选人风采展示

用鲜血架起生命桥梁

——记“最美献血(造血干细胞捐献)者”张兴旺



■本报记者 刘彩霞
张兴旺, 55岁, 市农业局农艺师。从2000年参与无偿献血活动后, 一直坚持至今, 累计献全血29次, 曾多次荣获全国无偿献血奉献奖铜奖、银奖以及无偿献血奉献奖一等奖、二等奖。

18年来, 张兴旺从未间断过无偿献血。每当接到急需献血的通知, 他总是第一时间赶到血站献血。特别是2008年汶川地震和2010年玉树地震期间, 血站急需A型血, 张兴旺第一时间到指定献血点献血, 以实际行动奉献爱心。

2012年8月23日, 张兴旺参加了由中央宣传部、中央文明办主办的“学雷锋、在行动”全国道德模范与身边好人现场交流活动, 从中受益匪浅。“一个人的力量是渺小的, 只有千万个人的力量汇聚起来, 才会成就伟大的爱心事业。”张兴旺说, 无偿献血是一项公益活动, 全社会都要行动起来参加, 才能帮助更多的人。

献血格言: 能参加无偿献血挽救他人生命, 我感觉很荣幸。

用热血呵护他人生命

——记“最美志愿者”王占斌



■本报记者 刘彩霞
王占斌, 36岁, 市金海岸混凝土公司职工。

参与志愿服务活动以来, 累计服务2000小时, 累计献血182次, 其中全血5次, 机采169次, 曾被河南省委宣传部授予河南省优秀志愿者称号, 多次荣获全国无偿献血奉献奖金奖和全国无偿献血志愿服务五星级志愿者称号。

2014年11月, 王占斌发起组建

了我市第一支无偿献血志愿服务队并担任队长, 现有210多名爱心人士报名加入。队员们以“我献血、我健康、我奉献、我快乐”为宗旨积极开展无偿献血公益性咨询、宣传、引导等社会服务工作。

三年来, 在王占斌带领下, 大家坚持利用节假日在市区无偿献血点开展志愿服务宣传活动。他给自己定了一个小目标: 到2020年累计献血200次。他表示, 只要身体条件允许, 会把献血一直坚持下去。

献血格言: 我献出的是爱心, 他人收获的是健康。



诚信二院·健康万家

“三伏贴”——冬病夏治良方

“三伏贴”是根据中医“冬病夏治”“春夏养阳”的原则, 在一年中最炎热的三天(三伏天), 采用中药贴敷穴位疗法, 将时令、药物、穴位相结合, 治疗秋冬易发疾病的一种传统治疗方法, 可以更好地发挥扶阳祛寒、扶助正气、祛除顽疾的作用。

随着人们健康意识的增强, “三伏贴”也越来越受到重视, 市二院中医针灸科具备多年临床实践经验, 其研制的“三伏贴”具有以下特点:

1. 针对性强。“一病一方”, 不同的病症采用不同的配方, 针对性更强, 效果比市面上的“三伏贴”更明显。
2. 安全性高。选穴精准, 选药精当, 加入麝香、藏红花等名贵药材, 力专效强。因人因病制宜, 力求做到不起泡、不过敏, 安全性强, 病人更容易接受。
3. 配比合理。每种药物分三型: 即辛燥力强的浓缩型药、温阳散寒的普通型药、辛香走窜的滋补型药, 患者可自行选择刺激强度。
4. 涵盖面广。对呼吸系统、消化系统、免疫系统、生殖系统、儿科、妇科、骨科等多种反复发作、顽固性、慢性疾病均有良效。
5. 经验丰富。具备多年贴敷经验, 赢得数以万计患者信赖及称赞, 同时, 配合“三伏灸”、“三伏罐”效果更佳。
6. 现场调制。“三伏贴”药物现场调配, 姜汁现榨现用, 名贵药材现场加入, 药材地道, 疗效可靠。

市二院2018年贴敷时间表:
初伏贴: 7月17日——7月26日
中伏贴: 7月27日——8月5日
中伏加强: 8月6日——8月15日
末伏贴: 8月16日——8月25日



专家链接
朱青霞, 市二院中医针灸科主任, 主任医师, 世界中联经方委员会常务理事、漯河市医学会康复学会副主任、漯河市专业技术拔尖人才。

获市科研成果奖8项, 漯河市自然科学奖2项, 主治中风偏瘫、截瘫及其后遗症、颈椎病、腰椎间盘突出症、面神经麻痹、头痛、眩晕、骨质增生、肩周炎、膝关节、带状疱疹、风湿病以及各种疼痛、慢性软组织损伤、小儿遗尿、中医内科、妇科等疾病。

漯河市二院 市儿童医院
全国百姓放心医院
市重点专科 中医针灸科
地址: 漯河市交通路201号 电话: 2124537-2166752

市中医院

冬病夏治“三伏贴”即将开贴

一年一度的冬病夏治“三伏贴”时间又快到啦, 有呼吸系统疾病以及腰椎、颈椎、关节等疾病的病友们, 请注意市中医院2018年冬病夏治“三伏贴”贴敷时间:

第一次: 7月17日——7月26日(头伏)

第二次: 7月27日——8月5日(中伏)

第三次: 8月6日——8月15日(润中伏加强)

第四次: 8月16日——8月25日(末伏)

市中医院开展“冬病夏治”已有20多年, 积累了丰富的经验, 深受广大患者欢迎。

什么是“三伏贴”
“三伏贴”又称发泡灸、三伏天

灸, 以“冬病夏治”为原理, 在每年三伏阳气正旺之时, 将中药贴敷在特定穴位上, 可疏通经络、调理气血、健脾和胃, 不仅达到防治疾病的目的, 而且还能调节机体免疫, 增强抗病能力。

“三伏贴”的适应范围

1. 支气管哮喘、慢性支气管炎、慢性咳嗽、反复感冒、慢性鼻炎咽炎、过敏性鼻炎。
2. 风湿与类风湿性关节炎等, 多种遇风寒湿气流作或加重的颈、背、腰、腿、关节怕冷或疼痛等疾病。
3. 慢性胃肠炎、慢性腹泻、慢性胃炎、脾胃虚寒、消化不良。
4. 肚子疼痛(胃脘痛或腹部)怕冷, 受凉或吃生冷后疼痛发作加重或拉肚子、痛经。

5. 产后后遗症(月子病): 产后出现全身或局部怕冷、多关节疼痛或肚腹怕冷疼痛或抵抗力下降等。

6. 小儿反复感冒厌食、消瘦、遗尿、尿床。

7. 由免疫力低下和内分泌失调导致的各种疾病。

“三伏贴”的禁忌症

1. 肺部各种感染性疾病急性发热期、恶性肿瘤患者以及肺结核活动期患者。
2. 强过敏体质者、接触性皮炎、有疮等皮肤病和皮肤破损感染者。
3. 孕妇和2岁以下儿童。

“三伏贴”的注意事项

1. 中医治疗讲究时令, 该治疗是三伏天里, 每伏贴一次, 其他时间疗效不确定, 所以应按时贴敷。

2. 贴敷期间12小时内不宜受凉, 贴敷后6小时内不洗澡, 不要在空调房间内待的时间过长。

3. 贴敷时间: 成人2~4小时; 儿童1~2小时。

4. 贴敷后局部皮肤微红或有色素沉着以及轻度搔痒均为正常反应, 不影响疗效; 若贴敷后局部皮肤出现刺痒难忍、灼热、疼痛感时, 可提前揭除药贴, 防止灼伤皮肤形成水泡。

5. 如果出现水泡, 不要抓挠, 在水泡处拍一拍, 小泡会自行吸收, 大泡则要找医生处理。

温馨提示: 持教师资格证、学生证可免费体验一次。

地址: 市中医院门诊大厅
咨询电话: 0395-2198021
0395-2512012

践行新思想 实现新作为

市中医院举办专题党课

本报讯(记者 刘彩霞 通讯员 张改修)在新时代, 医院怎样贯彻落实党的十九大精神? 怎样抢抓新机遇? 要实现怎么样的发展?“七一”前夕, 市中医院举办以“不负新时代, 践行新思想, 实现新作为”为题的专题党课, 对上述问题做出回答, 全院190余人聆听了党课。

党课始终围绕“不忘初心, 牢记使命”这一主题, 通过对“新时代、新思想、新矛盾、新战略、新部署、新要求”的解读, 深入阐述了党的十九大精神, 重点强调了习近平新时代中国特色社会主义思想、“五位一体”总体布局和“四个全面”战略布局的

重大意义。同时, 结合当前市中医院面临的形势和任务, 提出了“紧抓一个机遇(中医药发展新机遇), 围绕一条主线(中医院多元化创新发展), 实现一个梦想(二次创业新梦想), 达到一个目的(服务健康漯河建设, 满足群众中医药新需求)”的新时代市中医院发展的整体思路。

新时代是奋斗者的时代。为顺利实现市中医院“二次创业”新梦想, 该院全体党员干部以钉钉子的精神持续抓落实, 以实实在在的举措持续去践行, 以时不我待的激情抢抓新机遇, 确保医院各项工作在新时代取得新突破, 努力创造属于新时代的光彩业绩。

健康课堂

哪些人不适合吃鱼

鱼是我们喜欢进补的水产食物, 不仅味道鲜美, 而且营养价值高。有研究证明, 经常吃鱼可以有效预防心脏病, 吃鱼的好处很多, 但有部分人不适合吃。

1. 创伤者急性期不宜吃太多鱼

创伤者急性期优于应激反应, 肠胃功能减弱, 对高蛋白食物不能完全吸收, 食用过多的鱼类容易造成消化不良, 降低营养物质的吸收, 不利于

创伤者伤口愈合。

2. 痛风患者急性期不要吃鱼

鱼虾贝壳类海鲜中含有的嘌呤物质比较多, 痛风患者急性期不能吃鱼, 而慢性期可以吃少量鱼肉。

3. 严重肝肾功能损害的人少吃鱼

鱼虾贝壳类海鲜中含有较高的蛋白质, 如果过多摄入会加重肝肾负担, 所以部分肝肾功能损害的人, 应在医生的指导下正确吃鱼。 李建



6月26日下午, 市三院心内科医护人员和社区服务中心的医务人员到海河小区开展义诊活动。 梁煜 摄



近日, 市二院召开专题会议, 学习健康扶贫相关政策要点。

张丹萍 摄



6月28日上午, 柳江医院开展“天使减贫行动”, 组织医生到分包乡村开展医疗帮扶工作, 并为村民进行免费体检。 张伟 摄

健康时评

让阳光下随处都有奔跑的少年

青少年健康频频敲响警钟。近视、超重肥胖只是显而易见的部分, 脂肪肝、2型糖尿病、高血压等慢性病发病率, 在青少年群体中悄无声息地迅速增长。保障孩子们的健康, 卫生健康行业义不容辞, 但更重要的是让孩子们动起来, 在运动锻炼中重塑健康体格, 把这些“成人病”挡在成长的门外。

运动本质是守住健康上游关口, 其重要性无须赘言。但却难以点燃有的青少年的参与热情。前有学业压力、父母过度保护, 后有手机、电脑

等争夺注意力, 但追根究底还是社会对于运动、体育的价值认识不够, 由此带来运动锻炼氛围和环境的缺失。而只有当运动真正得到自上而下的重视, 成为社会文化和生活的一部分; 只有当孩子运动的意愿得到各方的认可和鼓励; 运动、锻炼才能蔚然成风, 才会成为一种自觉和习惯, 青少年体质增强才能水到渠成。

《“健康中国2030”规划纲要》明确提出, 要实施青少年体育活动促进计划, 培育青少年体育爱好, 基本实现青少年熟练掌握1项以上体育运动

技能, 确保校内每天体育活动时间不少于1小时。改变了国家顶层设计, 但意识的转变、主流文化的形成, 非一朝一夕之功, 需要创造条件、营造氛围, 更需要全社会的配合。比如, 父母可否身先士卒, 带着孩子打球、跑步, 让运动成为家庭传统? 教育部门可否改变评价机制, 不仅拿运动指标去考核学生, 而是充分调动孩子爱玩的天性, 让他们感受运动带来的乐趣, 激发运动的兴趣? 健康城镇建设过程中, 能否充分考虑青少年运动锻炼的诉求和需要, 建设更多适合孩子

们的场馆和设施? 卫生健康行业能否提供更多方案、策略和技术指导, 为孩子们开出运动处方?

少年强则中国强, 青年兴则民族盛。让更多的孩子拥有强健的体格、阳光的性格、蓬勃的朝气, 关乎国家和民族的未来, 是家庭责任, 更是社会责任, 需要全民携手, 让运动与健康理念深入人心, 并转化为行动, 最终形成自觉和习惯。届时, 校园里、社区中、运动场上, 随处可见阳光下肆意驰骋的少年。 《健康报》

公告 漯不动登公(2018)第362期

根据房屋产权人的申请, 登记在漯河高新技术开发区通安房地产开发有限公司名下的土地分割转让预登记证遗失, 用途: 批发零售用地, 使用权类型: 出让, 清单如下:

序号	房屋产权人	宗地坐落	使用权面积(m ²)
1	靳会玲	燕山小区香山路3号楼103室	128.91
2	靳会玲	燕山小区香山路3号楼105室	128.91

我中心已初步审查, 现予以公告, 有异议者请自公告发布之日起15个工作日内持书面材料至我中心提出申请, 逾期没有提出异议的, 我中心将注销原证书, 并办理补发手续。
漯河市不动产登记中心 2018年6月29日

拍卖公告

我院定于2018年7月30日10时至7月31日10时, 在河南省漯河市源汇区人民法院网络司法拍卖平台, 公开拍卖位于漯河市源汇区嵩山路灯具市场内房产两套, 产权证号: 20090016290。有意竞买者请登录 http://sf.taobao.com, 搜索户名: 河南省漯河市源汇区人民法院。

漯河市源汇区人民法院
2018年6月29日

拍卖公告

我院定于2018年7月30日10时至7月31日10时, 在河南省漯河市源汇区人民法院网络司法拍卖平台, 公开拍卖位于漯河市源汇区嵩山路灯具市场内房产两套, 产权证号: 20090016291。有意竞买者请登录 http://sf.taobao.com, 搜索户名: 河南省漯河市源汇区人民法院。

漯河市源汇区人民法院
2018年6月29日

公告 漯不动登公(2018)第360期

薛全良持2002年5月29日与漯河市金汇房地产开发有限责任公司签订的商品房买卖合同及购房票(票号: 0009668, 金额: 20000元; 票号: 0002549, 金额: 31295元; 票号: 0002518, 金额: 10000元; 票号: 3231867, 金额: 75000元)申请办理不动产登记, 我中心已初步审查, 现予以公告。有异议者自公告发布之日起15个工作日内到市行政服务中心不动产登记咨询台提出异议申请, 逾期没有提出异议的, 我中心将办理不动产登记。房屋坐落: 郾城区辽河路辽河花园7号楼, 图幅号: 180-499-IV-11, 丘号: 1, 幢号: 7, 户号: 19, 建筑面积: 134.32平方米。

漯河市不动产登记中心 2018年6月29日

遗失声明

- 漯河市源汇区大刘大陈小学公章(编号: 4111010078821)丢失, 声明作废。
- 漯河市绿鑫农业开发有限公司营业执照副本(统一社会信用代码: 91411103MA3XE5B45)丢失, 声明作废。
- 漯河市中鼎运输有限公司豫L2779(挂)道路运输证(证号: 411102006854)丢失, 声明作废。
- 漯河市实验幼儿园开户许可证(核准号: J5040000238802、Z5040000065501)丢失, 声明作废。
- 杨君尧丢失就业协议书(编号: 20184987), 声明作废。
- 漯河日报社广告部开户许可证(核准号: J5040000420702)丢失, 声明作废。