

# 无偿献血显情怀 热心公益当先锋

——汤阴县城管局开展无偿献血活动见闻



组图为汤阴县城管局干部职工踊跃献血(张德智 摄)

□本报记者 张武杰 通讯员 张德智

无偿献血,血液情浓,无偿献血是一项社会公益性事业,也是精神文明建设的重要组成部分。2月14日下午,汤阴县城管局组织干部职工开展无偿献血活动,用无私大爱传递人间真情,点亮生命之光。

贾文凤是汤阴县城管局办公室的一名工作人员,当天下午,她登上采血车,和同事一起挽起袖子献热血。在市中心血站工作人员的引导下,她和同事有条不紊地进行登记、初筛化验,现场秩序井然。一袋袋热血传递了大家的爱心与责任,为生命接力送上了温暖与

希望。这已经是贾文凤第二十六次参加无偿献血,她还荣获全国无偿献血奉献奖金奖。

当天下午,参加无偿献血的还有一位连续25次参加无偿献血的城管“老兵”——周合成,他先后荣获全国无偿献血奉献奖铜奖、银奖。周合成还有几个月就要退休了,他说:“这是我在职最后一年参加无偿献血,希望能为无偿献血事业多做点贡献。”

活动现场,汤阴县城管局办公室主任王文科,中层干部周健、赵飞、罗丽,后勤负责人李学周,转业士官燕海涛、付帅杰,大学生城管干部李晨光等同志也都积极加入奉献爱心的行列。他们

在市中心血站工作人员的引导下依次献血,大家精神饱满,依次奉献爱心。一袋袋热血汇聚的不仅仅是汤阴县城管局干部职工奉献社会的爱心洪流,更彰显出大家境界高远、热心公益、一心为民的炽热情怀。

多年来,汤阴县城管局党组成员、副局长尧世峰和该局综合执法大队党支部书记韩随庆保持一年两次献血的良好习惯,既有益于公益事业,也健康了自己的体魄。每逢单位组织无偿献血活动,他们总是积极参加。在榜样的模范带动下,越来越多的干部职工加入无偿献血队伍,他们以自己的实际行动,诠释了“我为人人,人人为我”“热血

奉献,温暖传递”的正能量、好风尚、好传统。

通过开展无偿献血活动,汤阴县城管局全体干部职工奉献意识不断增强,使无偿献血成为广大干部职工的一种自发、自觉、自愿的行为。大家纷纷表示,要始终不忘自身肩负的社会责任,坚持不懈参与无偿献血,心系公益事业,为人民群众健康安全贡献坚实的“城管力量”。当天,汤阴县城管局共有25名干部职工参加无偿献血活动。



## 新闻 / 速递 /

### 滑县 举办地掷球小金属球交流赛



比赛现场(李艺琼 摄)

本报讯(记者 张武杰 通讯员 侯世奇)2月15日上午,2023年“体彩杯”社区运动会滑县地掷球小金属球交流赛在该县康乐小区健身广场举行,来自全县10支代表队的80余名地掷球爱好者参加了比赛。

此次比赛由滑县文化广电体育旅游局主办,滑县体育运动中心、滑县掷球协会承办,旨在紧跟时代步伐、响应全民健身的号召,促进广大人民群众的身心健康,提升地

掷球技能。赛场上,参赛队员有的全神贯注掷球、有的认真测量距离,大家兴致高昂,精力充沛,精彩技艺一一亮相,现场观众看得津津有味,喝彩声充满了整个赛场。

通过开展社区运动会,增进了社区居民之间的交流和了解,促进了和谐社区建设,在满足基层群众多样文体需求的同时,推动了掷球运动的普及与发展,让更多的人享受掷球运动带来的健康与快乐。

### 北关区 举办初春老年门球友谊赛

本报讯(记者 张武杰 通讯员 杜连平)2月8日,由北关区老年体工委主办、北关区老年门球协会承办的2023年初春老年门球友谊赛在该区老年门球活动中心门球场举行。

赛场上,参赛的老年人精神焕发、沉着冷静、挥杆对垒,身手矫健,过门、撞击、闪击……赛场上的氛围激烈而紧张。赛场上大家既是对手,更是朋友,充分发扬了“友谊第

一比赛第二”的良好传统。比赛采用五人制循环赛的模式进行。6个代表队经过激烈角逐,北关区代表队取得第一名的好成绩。

此次门球友谊赛的开展,既丰富了广大老年人的体育文化生活,又为老年门球爱好者提供了切磋技艺、交流感情、增进友谊的良好平台,大家在体育锻炼中享受快乐,展示了良好的精神风貌,深受老年人的喜爱。

### 林州市自行车协会 骑行迎亲新风尚



骑行爱好者参加迎亲(马卫华 摄)

本报讯(记者 张武杰 通讯员 马卫华)2月14日,在黄华镇二龙庙村一场简单而温馨的婚礼上,林州市自行车协会骑行爱好者骑着自行车组成了迎亲队伍,让人感受到了与众不同的浪漫。

王俊江和爱人刘海芳均是林州市自行车协会会员及资深骑友,一有时间,两人就会骑上自行车锻炼。王俊江曾参加过法国PBP不间断骑行1200公里挑战赛国内选拔赛,并多次参加国内大型自行车比赛。恰逢家中办喜事,他和众多骑友谈及此事,最后决定用骑行方式迎娶儿媳妇。

婚礼当天,因是工作日,参与者

大都是中老年爱好者。林州市自行车协会骑行爱好者身着统一服装,协会队旗领先,拉风的山地车、缤纷的气球,迎亲的彩旗随风飘荡,这支迎亲车队格外吸引眼球,一路上过往群众纷纷驻足观看、拍照……

附近村民说:“这种迎亲方式绿色环保还健身,比用车辆更接地气,值得提倡、推广。”

此次迎亲活动是林州市自行车协会成立以来第五次参加此类活动。“我们倡导健康文明的生活方式,营造浓厚的全民健身氛围,弘扬艰苦奋斗的红旗渠精神,让节俭办喜事之风吹遍林州大地。”林州市自行车协会会长李娟说。

## 传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办

图说新闻

2月12日上午,滑县老年乒乓球协会春季乒乓球友谊赛在大河乒乓俱乐部拉开帷幕。乒乓球是我国的国球,有着广泛的群众基础。滑县老年乒乓球协会组织本次比赛,目的是希望进一步动员全县老年朋友投身全民健身运动,积极进行体育锻炼,增强体质,保持老年人体育健身常态化,推动全社会形成尊老、敬老、爱老、助老的良好风尚。图为比赛现场。(侯世奇/文 李艺琼/图)



## 专家话健康

# 诺如病毒请远离我们

□包红红

严冬过后,万物复苏的春季已经到来,各种细菌和病毒也活跃了起来,托幼机构和学校也迎来了呼吸道和肠道传染病的高发期,尤其是诺如病毒感染,为了确保孩子的健康,让我们关注一下如何防治诺如病毒感染。

### 一、什么是诺如病毒

诺如病毒,又称诺瓦克病毒,是急性肠胃炎最常见的病原体,该病毒基因多样且高度变异,每隔数年就会出现新变异,但感染后其通常表现为自限性疾病,预后良好。

诺如病毒在托幼机构、学校等人群聚集,且密闭场所中传播速度快,易引起爆发。全年均可发生感染,尤其寒冷季节。

### 二、诺如病毒感染的特点

1. 传染性强:诺如病毒可以通过接触、水源、食物、呼吸等途径传播。
2. 群发性强:多为集体发病,尤其

是学校、托幼机构。

3. 易感人群多:全人群均易感,尤其学龄前儿童和学生。
4. 无特效药或疫苗:目前还未出现针对诺如病毒的特效药或疫苗。
5. 自限性强:诺如病毒感染有明显的自限性,多在1天~3天后康复。

### 三、诺如病毒感染的症状

潜伏期一般为24小时~48小时,最短12小时,最长72小时。最常见的症状是腹泻、呕吐、反胃、恶心和胃痛,其他包括发热、头痛和全身酸痛等。多数患者发病后1天~3天即可康复。

儿童和成人均易感。学龄前儿童多以呕吐症状为主,成人以腹泻症状为主。粪便呈黄色稀水便,每日数次至十数次不等,无脓血与黏液。此外,也可见头痛、寒颤和肌肉痛等症状,严重者可出现脱水症状。

诺如病毒病程和排毒过程较长,症状消失后两天仍具有传染性。免疫期短暂,可能反复感染。

### 四、如何预防诺如病毒感染

诺如病毒感染通过粪口途径传播,尤其是通过污染的水、食物、物品等迅速传播,因此养成良好的个人卫生习惯、做好食品和环境卫生十分重要。

1. 特别注意个人卫生和手卫生,尤其是饭前便后洗手。
2. 正确烹饪食物,尤其是食用贝类海鲜食品应保证彻底煮熟。
3. 接触的玩具、文具以及生活用品等注意清洁、消毒。
4. 温度适宜情况下多开窗通风,进行户外活动。
5. 注意咳嗽礼仪,咳嗽和打喷嚏时不用手擦拭。
6. 确保睡眠充足,提高免疫力。

### 五、感染诺如病毒后如何治疗

一般情况下,诺如病毒会自我治愈,家长不必过于惊慌,但还是要采取一些治疗措施:

- (一)症状较轻,可以采取以下措施:
  1. 少量多次喝水或米汤,让肠胃得到休息。

2. 禁止食用易引起腹胀的食物,如牛奶、豆浆等。
3. 若有脱水现象,注意补水。
- (二)如果出现以下症状,应及时就医:

1. 反复发热、高烧不退。
2. 频繁呕吐,无法进食。
3. 大便呈黏液样或有脓液,气味较臭。
4. 腹痛明显,休息后难以缓解。
5. 精神状态差,皮肤、口唇干燥,眼窝或囟门凹陷,尿量明显减少。

总之,感染诺如病毒不要过分紧张,注意观察症状。老师和家长要做好预防工作,熟悉卫生防病知识,为孩子创造干净安全的学习和生活环境。

(作者系市疾病预防控制中心 传染病防治科科长、流行病学副主任医师)

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办