

多部门联合开展打击非法行医行动

3家无证行医的牙科诊所被取缔

□通讯员 吴昊

本报讯 近日,市卫生监督所联合唐先镇和市公安局等部门,在唐先镇开展打击非法行医专项行动。此次行动取缔了唐先镇市集等地的非法行医点3处。

前期,唐先中心卫生院利用公共卫生工作‘纵向到底、横向到边’的优势,摸清了辖区非法行医基本情况。

本次专项行动组主要对市集周边开展无证牙科诊疗的场所进行了查处,没收药品器械,并立案处罚。

检查过程中,执法人员向围观群众进行现场讲解和劝导,进一步提高群众警惕性。

此次联合执法形成了有效的震慑力,有力打击了非法行医者的气焰。同时,也对广大群众起到了警醒和宣传作用。市卫生监督所将保持

高压严打态势,密切联系其它部门,严厉打击非法行医,确保人民群众的就医安全。



如何调节急性应激反应

□通讯员 王英宁

本报讯 得知亲人意外离世的消息后,紧张、焦虑、自责充斥着他的心里,辗转反侧无法入眠,家人的宽慰也被他隔绝在外……市第三人民医院曾接诊这样一位病人,通过与病人交谈,医生诊断其为急性应激反应,通过心理治疗结合小剂量药物调理后,该患者已走出阴影,重新步入正常的生活轨道。

何为急性应激反应?急性应激反应又称急性心因性反应,是由于突然而来且异乎寻常的强烈应激性生活事件所引起的一过性精神障碍。病程短暂,一般持续几小时至数周,预后良好。

当面临突如其来的应激性事件时,该如何从容地度过这一时期呢?

市第三人民医院医生建议可从以下几个方面着手:

- 1、认识事件本身,接受这一切是真实的。这需要时间和耐心,可以试着与能够给你帮助和抚慰的人倾谈。
- 2、痛痛快快地大哭一场。痛哭不是逃避,而是发泄情绪的一种好方法,让情绪有一个宣泄的出口。
- 3、举行悼念仪式,帮助情绪愈合。用文字记录曾经的美好瞬间,留在心底,将记忆用盒子装起,放在大脑的某一个地方,永远保存。哀悼爱人的过程,有助于治愈悲痛,接受事实,更好地回归现实。
- 4、让自己感受到痛苦,不要强行约束。接纳自己,不要压抑和约束你的痛苦和悲伤,这是不可避免的自然情绪。要懂得感情可以像过山车一样起落,难以控制,也不需要去控制,相信时间会治愈一切。

5、照顾好自己的身体、心灵和精神。躯体反应是情绪反应的转换,注意身体上的反应,如:胃口差、睡眠障碍、注意力难以集中等。认真对待和调节,均衡饮食、足够的休息和适当的运动有助于加快愈合过程。

6、转移注意力,帮助有需要的人。帮助别人可以给你暂时忘却悲痛的机会,同时带给你温暖感和意义感。

7、主动寻求帮助。如果感觉自己不能进行调节,则必须求助专业人员。

公益“心晴”支持热线

13588612320 (739320)

每晚6:00-9:30

老中医柳忠谈食疗

枣仁炒猪舌

主料 酸枣仁15克,猪舌1只,嫩竹笋50克,料酒15毫升,植物油50毫升,姜、葱、盐、味精各适量。

制法 :先将酸枣仁放入锅内炒香,加100克清水煎煮10分钟,滤取汁液。然后将猪舌用沸水煮至六成熟捞起,刮去舌苔切成薄片,竹笋洗净切成薄片,姜切片,葱切段 ;再将炒锅置武火上烧熟,放入植物油,烧至六成熟,下入姜、葱爆香,随即下入舌片、药液、竹笋片、料酒、盐、味精炒熟即成。

虚烦失眠、惊悸怔忡、烦渴盗汗之人可用之。

由柳忠中西医结合诊所提供

解放小学开展“红领巾走读永康”研学之旅

□通讯员 徐红叶

本报讯 近日,解放小学向阳中队来到方岩镇金竹降革命老区及刘英烈士陵园,开展‘ 踏访红色足迹,宏扬民族精神 ’活动。

在金竹降革命老区队员们的思绪被带到了那个硝烟弥漫的年代,心情久久难以平静。在刘英烈士陵园,队员们唱少年先锋队队歌,向烈士致以最崇高的队礼。

伫立烈士墓前,目睹沧桑巨变,他们真切感受到正是因为有无数革命先烈抛头颅、洒热血,才换来今天的生活。

大司巷小学生爱心助农到唐先

□通讯员 朱应俐

本报讯 13日上午,大司巷小学天向上中队第一小队学生化身‘ 爱心小精灵 ’,走进唐先镇岩前村一户农家葡萄园,开展‘ 劳动最光荣 助农献爱心 ’活动。

该农户姓吕,他们家常年坚守着一片葡萄园,虽然收入不多,却也是一份来之不易的收益。去年该农户吕奶奶查出癌症并进行手术后身体大不如前,儿女又常年不在家,葡萄园仅靠年迈的爷爷独自打理。眼看葡萄熟了,采摘和销售成为摆在两位老人面前的

难题。大司巷小学这群‘ 爱心小精灵 ’决定帮该农户摘下已成熟葡萄,用实际行动尽一份微薄之力。

虽然葡萄园里闷热不透风,剪下几串葡萄便满头大汗,但是劳动的喜悦写在同学们的脸上,荡漾在心头。

关于维护方岩庙会期间民俗活动秩序的通告

方岩庙会(农历八月初一至九月初九)具有历史悠久,参与性广泛,内容丰富等特点。庙会期间是方岩民俗活动最为集中的时节。为维护方岩景区安全有序,现通告如下:

一、凡需上山的各类民俗表演等群众性文娱活动,必须在活动前5天,经所在地派出所同意、镇(街、区)政府批准后方可举办。活动时间报方岩景区管理局统一安排。

二、严格按照‘谁主管、谁负责’的原则,由属地镇(街道、区)分管领导带队组织上山,做好安全防范,并服从景区统一管理。景区内不准携带刀、枪、棍、棒等危险物品。

三、参与者须严格遵守《大型群众性活动安全管理条例》《方岩风景名胜区管理条例》等法律法规规定。未经许可进入方岩景区举办民俗活动的,对相关责任人按相关法律法规给予处罚。

永康市公安局
永康市方岩风景名胜区管理委员会
2019年8月12日

公益广告

创建国家森林城市

绿染中国五金之都

眼下正值天气炎热,易发生森林山火,野外游玩、清理杂草切莫携带火源上山。

永康市自然资源和规划局(林业局) 永康日报社 宣