



# 程朱昌程育全奖教助学基金首次发放 永康中学150名学生喜领奖学金

融媒记者 章芳敏 通讯员 李娅

本报讯 2日,永康中学举行2020学年第二学期开学典礼暨程朱昌、程育全奖学金颁奖仪式。永康中学名誉校友、浙江神雕集团创始人程朱昌和永康中学名誉校友、浙江神雕集团董事长程育全应邀参加活动。这是程朱昌程育全奖教助学基金的第一次发放,共有150名学生获奖。

93岁高龄的程朱昌老先生和广大学生分享了瑞安籍科学家陈景润开

界级的数学难题和温岭籍航天人陈中参与探月后又探测火星、为2亿公里外的“天问一号”导航这两个振奋人心的故事,告诫学生们要学会自学、学会时间管理、要立志。勉励大家一起进步,成为一名德智体美劳全面发展的五好学生,成为国家所需要的人才。

奖学金获得者代表陈秀向程朱昌、程育全父子致谢,同时感谢学校、老师为学生们搭建了锻炼的场所、施展才华的舞台以及谆谆教诲之情。她说:在新学期,我们将会用信心作桨、

用努力作帆,保持积极的心态,认真踏实、努力学习,勇攀高峰。

永康中学校长胡德方希望全体师生珍爱自己、相信自己并超越自己,做品德好、成绩好、身体好、艺术好、劳动好的“五好学生”,做能上好课、能管学生、能出成绩、能写论文、能主动学习的具有永中特质的“五项全能”教师,鼓励大家上下齐心,为继续把永康中学建设成百姓家门口的“五有名校”(即有历史、有文化、有英才、有特色、有成果的名校)作出自己应有的贡献。

## 春季养生 从睡好觉开始

通讯员 胡芳珍

中医言:春季养生,讲究借阳气上升、人体新陈代谢旺盛之机。也就是说,通过适当的养生方式,与大自然相适应,力求身心和谐,可为一整年的健康打下基础。殊不知,睡眠不足会导致人体过早地衰老。市三院睡眠门诊专家胡医生告诉我们:春季养生,从睡好觉开始。

睡眠是新陈代谢活动中重要的生理过程。中医学认为“劳则气耗”,意思是长期过度的劳累、疲乏可使人体精气大量消耗。良好的睡眠能消除疲劳,尽快恢复精力。此外,睡眠有利于保护大脑。睡眠不足者通常表现出烦躁、激动或精神萎靡、注意力分散、记忆力减退等神经精神症状,长期缺少睡眠则可能导致幻觉。良好的睡眠可以使大脑在睡眠状态中大大减少耗氧量,有利于修复脑细胞和贮存能量,提高大脑的使用效率。

长时间睡眠不足,身体的各器官得不到休息,会导致机体免疫力下降,加重各器官的负担,使器官提前进入衰老阶段,出现皮肤松弛、脱发、白发等现象。睡眠不足对女性的影响会更大,因为睡眠可以改善皮肤的光泽,形成丰富的微血管,使肤色更加红润有光泽。

睡眠除了对大脑有重要的调节作用外,还影响身体的各个系统。举例来说,心血管系统:如阻塞性睡眠暂停综合征常可诱发高血压,成为难治性高血压的重要病因之一,也可引起动脉粥样硬化和冠心病。消化系统:消化系统在睡眠过程中存在比较明显的改变,睡眠不足或睡眠障碍导致大脑皮质功能失调,胃的自我修复能力下降,胃黏膜变薄,容易发生胃溃疡及浅表性胃炎。免疫系统:睡眠不足或睡眠障碍者会出现免疫力下降,容易感冒生病。神经系统:睡眠过程有利于脑内神经元的代谢废物的清除,降低罹患老年痴呆的风险。

良好的睡眠还有利于改善胰岛素抵抗和维持血糖的稳定,降低人体罹患糖尿病的风险。

市三院提醒大家一定要重视睡眠,想方设法睡好觉,才能避免过早衰老,达到养生效果。

## 公园里听故事 书店中看党史 国旗下说誓词 解放小学思政课走出校园

融媒记者 叶宁 通讯员 李霞

本报讯 近日,解放小学开了一堂特殊的思政课。与以往在教室内讲理论的方式不同,解放小学党总支书记田凌艳把思政课开出了校园外,开到了英雄前,开进了书本中。

2月28日,一群解放小学的少先队员,来到抗美援朝主题公园。90多岁的抗美援朝老兵朱焕厅现身说法,在英雄雕塑前,为学生们讲述革命英雄故事(如图)。朱焕厅语言朴实,情感真挚,激动时声音颤抖,动情时眼含热泪,他的讲述让学生们经受了又一次革命精神的洗礼。

在新华书店,该校少先队员们还举办红色读书沙龙。通过挑书选书看书说书,田凌艳分享了什么叫中国共产党,帮助学生们树立正确的价值观、党史观、革命观,向学生们灌输信仰的



力量。

在国旗下,田凌艳带着少年队员向国旗致敬,分享蒸蒸日上的国内生活,讲述中国和中国共产党在当今世界上日益重要的国际地位,描绘未来党和国家的宏伟愿景,大大增强了学生们的自豪感和使命感。

经过校园外一天对党的过去、现在、未来的精神之旅,解放小学这堂思政课最后一站落回了校园。对孩子来说,现在最重要的还是学习,但是我希望孩子们能够秉承着信念去学习,怀揣着梦想去读书,这才是思政课的真正目的。田凌艳说。

## 小小心愿挂树梢

近日,人民幼儿园开展“新年微愿望,人幼暖心圆”活动。每位教职员工把心中的愿望写在卡片上,再挂到“心愿树”上。幼儿园对大家的心愿进行了登记和汇总,并在接下来一年里为教职工创造机会、搭建平台,实现他们心中的微愿望,真正做到想教师所想。

通讯员 方婷慧 融媒记者 潘燕佳 摄

## 切实维护百姓健康权益

# 我市提升口腔诊疗规范化水平

融媒记者 章芳敏 通讯员 吴昊

本报讯 为进一步规范我市口腔种植技术的临床应用,保障医疗质量和安全,连日来,我市开展了口腔种植技术管理专项提升行动。

近日,市卫生监督所执法人员在检查某口腔诊所时,发现3名患者的就诊信息记录中有“种植”字样。但该诊所《医疗机构执业许可证》的诊疗科目为口腔科(不含口腔种植专业),遂对该诊所立案调查。

执法人员通过对患者、该诊所执业医师及护士的进一步调查核实,该

诊所为3名患者进行口腔种植诊疗,累计收入1.5万元。

该诊所超出核准登记的诊疗科目,违规开展口腔种植诊疗活动,违反了《医疗机构管理条例》第二十七条规定,依据《医疗机构管理条例》第四十七条及《医疗机构管理条例实施细则》第八十条的规定,给予该诊所罚款3000元、吊销《医疗机构执业许可证》的行政处罚。

如今,种植牙修复已成为一种趋势。口腔种植收费较高,一些口腔诊疗机构为谋取暴利,未按照《口腔种植技术管理规范》要求开展口腔种植技

术,存在极大安全隐患。

市卫生监督所将持续开展口腔种植技术管理检查,对违规开展口腔种植技术的医疗机构坚决依法予以查处。同时,该所还将培育相关行业示范机构并向社会公示,提升我市口腔诊疗规范化水平,切实维护人民群众健康权益。



公益 心晴 支持热线

13588612320(739320)

24小时开通