

卫生院按全镇所有人口比例配备药品,村医带着血氧仪上门为全村老人做检测

# 返乡过年有“医”靠

## 阅读提示

经历过第一波新冠病毒感染高峰,为保障返乡人员尤其农村老人的生命健康安全,春节前夕,村卫生室、镇卫生院、县医院等对可能因人员流动增加而导致的疫情扩散做了充分准备。

本报记者 陈华 本报通讯员 施院生

春节前,天气预报说一场大雪将至,安徽省六安市舒城县山七镇要元村村医苏礼凯要赶在此前下山,去镇卫生院配备一些药品。一来是天气不好,万一大雪封路,下次出来就不知道什么时候了;二来是临近过年,返乡的人已陆续回来,药品不能缺。

1月17日,中国疾控中心发布2023年春节健康提示,春节前后,人员流动增加,返乡、亲友团聚和外出旅行增多,增加了新冠病毒传播扩散的机会,尚未感染的人员存在感染可能,处于感染后康复过程的人员,长途旅行不利于康复,公众仍需要关注和做好新冠病毒感染预防。

经历了疫情防控政策优化调整后的种种状况,苏礼凯对兔年春节可能出现感染情况做了“预案”。

## 山村平稳度过第一波高峰

要元村地处大别山余脉,位置偏僻,山路崎岖,从村里到镇上16公里,开车需要半个小时。这个典型的山区村有人口1149人,65岁以上老人296人,其中有慢性病149人。这些老人也是平时村里的常住人口。

2022年12月23日前后,第一波感染高峰来到要元村。

“买药的、吊水的、转诊的……一天最多接待过三四十名前来就诊的老人。”苏礼凯说,那些天忙完了村卫生室的事情,他还要到一些出行不便的老人家里上门问诊。

苏礼凯的办公桌上摆着一些用纸包着的小药包,这些是给村民免费发放的退烧药,每人六片。“出现第一波感染高峰时,药是有点紧张,但足够村里人用。”

村民感染后,苏礼凯会对症处理,一般三天就有所好转,状况较严重的会立即送到镇卫生院或县医院。

这样的情况持续了近半个月,让苏礼凯欣慰的是,村里没有一位老人因感染新冠病毒去世。

春节假期,为应对可能出现第二波疫情传播风险,苏礼凯在家吃了年夜饭,便匆匆赶回村卫生室值班。

好在春节几天,来村卫生室就医的人很少。“这个好现象,说明现在感染的人少了。”

拿药看病的人少了,春节值班期间,苏礼凯带着血氧仪一家家上门,为全村老人做了一次血氧饱和度检测,同时观察老人们身体状况。

## 手里有药心中不慌

“期盼不会有第二波大规模感染。如果真的发生了,我们相信能应对好。”有了应对第一波感染高峰的经验,山七镇卫生院住院部护士长李金华的语气里透着一份从容和坚定。

元旦过后,山七镇卫生院就诊的人挤满了卫生院的走廊。所有医护人员取消了休假,24小时待命。在这个过程中,医护人员接连感染,医生护士边吊水边接待病人的场景时常可见。

“连一碗泡面都要分几次才能吃完。”李金华说。

春节前,为迎接返乡高峰,镇卫生院的药库里,摆满了各种药品。

“考虑到返乡人群,我们卫生院按全镇所有人口比例配备药。”山七镇卫生院院长胡贵炉告诉记者,春节期间,全院40名医护人员分成两批,每天轮流值班。

好在预想的大规模感染没有发生。“只有初一、初二,两位老人因感染病毒住院,几天后身体恢复就回家了,这比我们预想的情况要好很多。”值班医生赵李诚说。

据舒城县卫健委公布的数据,截至1月

17日,舒城县全县拟返乡人员计23.6万人,已返乡15.8万人,已返乡人员感染过新冠病毒14.4万人,感染率91.0%。

## 村、镇、县织密基层防治网

为保障返乡人员尤其农村老人的生命健康安全,春节前,舒城县成立了新冠病毒感染保健康、防重症、抓救治领导小组等。

同时,县乡医疗机构特别是县人民医院、县中医院实行“一张床”制度,协调外科、妇科、五官科等科室收治病人,专科医生进驻参与治疗,呼吸、感染、心内等科室床位用于收治相对较重的患者。

舒城县卫健委卫生应急与疾病预防控制股股长陶海林介绍,上门或通过村(社区)医疗机构为10.38万名65岁以上老年人发放退烧药品,共计发放60多万片(粒)。

全县385所村卫生室、20所社区卫生服务站配备制氧机和或小氧气瓶(包)和不少于2只指夹式脉搏血氧仪。

春节后,村里的年轻人陆续返城复工,留守老人的健康,成为压在苏礼凯身上的责任。

“家里老人的身体状况是外出年轻人最大的牵挂。”苏礼凯说,他们把家人交给我们,我们也要让他们信得过、靠得上。

从村到镇再到县,一张基层卫生健康网拧丝为绳,结成屏障,守护群众生命安全和身体健康,守护外出游子的牵挂。

北京市第六医院神经内科主任医师刘阳解答

# 如何呵护青少年心理健康?

人的健康不仅指生理上没有疾病,还应包括心理健康。近日,青少年心理健康问题引发关注。如何呵护青少年心理健康?北京市第六医院神经内科主任医师刘阳在采访中表示,青少年处于个体发展的重要转折期,容易出现以下几个方面的心理健康问题:

- 1.学业问题。过重的学业压力常导致青少年厌学心理,进而造成亲子关系、师生关系紧张,青少年容易出现焦虑、紧张、恐惧、厌学等;
- 2.情绪问题。青少年自我意识不断增强,若家长、教师长期忽视、压制甚至不尊重、不理解其独立意识,也易积蓄烦恼、焦虑、抑郁等负面情绪,进而可能发展为抑郁症、强迫症等心理疾病;
- 3.生理心理发育问题。青春期存在性生理、性心理及性道德发展不平衡的矛盾,因而易产生性困惑、性压抑、性敏感等性心理卫生问题;
- 4.人际关系问题。青春期易产生叛逆心理,给师生和亲子关系带来一定程度的挑战。

刘阳建议,守护青少年心理健康,首先应发挥家庭教育作用,父母应积极了解青春期孩子独特的心理状态;学习如何教育孩子,改善教育方式;提高自身修养并以身作则;营造和谐的家庭氛围。

其次,引导青少年建立良好的同伴关系。青少年时期同伴影响力较大,可通过合理有效的外部干预,指导并提高青少年的人际交往能力,帮助其建立良好的同伴关系。

第三,开展心理咨询。专职心理老师通过定期对全校学生进行心理测评和开展心理拓展活动,用以观察一段时间内学生心理状态稳定情况,可及时发现有潜在心理问题的青少年,并以专业知识及时给予疏导。

第四,加强青少年心理健康教育。学校应积极开设心理健康教育课程,帮助学生维持心理健康,保持良好心态。课程应包含理论部分和实践操作两个部分。此外,学校应重视并加强学校心理健康教育方面相关人员如心理咨询老师、班主任、校医等的精神卫生知识培训,提高其早期发现学生心理异常的能力,并及时指导学生寻求医疗帮助或为学生进行心理疏导,帮助学生解决心理问题。

刘阳还认为,青少年要妥善地看待压力,学着合理安排压力。可以尝试一些做法改善自身心理状态,例如,多听音乐,看音乐剧和电影;多给自己一些放松的时间,用十几分钟的时间进行冥想,等到睁开眼睛时,或许就会看见另一个世界,看问题角度或许会有所不同;积极参与体育锻炼,运动能培养人格更加健全的个体,能让人的精神面貌焕然一新,给人带来更多自信,也是缓解压力的最佳方法;青少年还可以通过做一些简单的事情,形成成就感,打破恶性循环等。

## 职工维权找工会,“娘家人”就在身边

(上接第1版)

同时,山东各级工会积极与人社、法院、司法等部门建立了劳动争议调处协作机制,全省市县两级工会全部建立“法院+工会”诉调对接室,积极探索“劳动争议案件诉前调解、与法院调解平台对接,开展在线调解,已入驻调解组织143家,调解员732人,山东工会线上调解案件数量连续两年保持全国工会第一”。

与此同时,为降低职工群众法律维权成本,山东最大限度简化工会法律援助审批手续、审核流程。针对农民工申请支付劳动报酬或者请求工伤事故人身损害赔偿等方面的合法维权诉求,工会提供“零门槛”法律援助服务,真正做到“应援尽援”。

## 打造工会工作品牌

数据显示,2022年,山东全省各级工会为职工提供法律咨询6.2万余人次,调解、代理仲裁和诉讼案件2万余件。许多职工因为接受了工会法律援助服务,真正认识工会、了解工会、记住工会,发自内心的感受到工会是职工之家,工会干部是职工的“娘家人”、贴心人。

山东省总工会顺势而为,将普法宣传教育纳入工会法律援助服务实体阵地的功能模块之中。依托实体阵地场地资源和专业力量支撑,以““尊法守法·携手筑梦”服务农民工公益法律服务行动”为载体,面向职工尤其是新就业形态劳动者,开展“菜单式”普法宣传教育活动,打造工会普法工作品牌。截至目前,山东各级工会组建了279支法律服务队,2022年开展普法宣传870场次,发放各类宣传资料30.1万份,提供法律咨询4.1万人次,惠及职工15.1万人次。

依托实体阵地持续深入开展工会劳动法律监督。山东各级工会以《山东省工会劳动法律监督条例》出台为契机,对劳动关系矛盾多发、职工法律援助个案较为集中的用人单位,通过实地检查、网络巡查、风险评估等方式开展劳动用工“法治体检”活动,排查劳动关系风险隐患。2022年,山东各级工会深入8230家企业开展劳动用工“法治体检”活动,出具体检报告3414份。

“从实体阵地由无到有、法律援助工作由弱到强的过程中,我们体会到党委、政府对工会的关注度显著提升、职工群众对工会的认可度显著提升、社会各界对工会的知晓度显著提升,职工有事找工会、解决问题靠工会的观念日益深入人心。”山东省总工会党组成员、副主席李东风说。



## 欢喜迎元宵

2月3日,在山东省临沂市郯城县郯城街道龙泉社区,社区志愿者(左一)与居民一起猜灯谜。元宵节将至,各地举办丰富多彩的活动,欢庆佳节的到来。新华社发(张春雷摄)

## 冰雪盛会铸经典

京冬奥会和冬残奥会上,中国运动员创造历史最佳,书写“冰雪荣耀”。

北京冬奥会的成功举办和优异的运动成绩,对中国竞技体育产生深远影响,不仅积累了经验,更鼓舞了士气。北京冬奥会后,中国体育健儿持续巩固优势项目,不断补齐短板弱项,继续在多个项目上争金夺银,取得突破。

在2022—2023赛季速度滑冰世界杯第二站荷兰海伦芬站男子1000米比赛中,中国选手宁忠岩为中国速滑队收获了新赛季的第一金。“给好运一点时间,它不会离我太远的。”在北京冬奥会上,宁忠岩没能登上领奖台,但是他一直没有服输,已经把目标瞄准了下届冬奥会。

1月19日和21日,中国选手谷爱凌在2022—2023赛季国际雪联自由式滑雪U型场地技巧世界杯分站赛连夺两枚金牌。这位在北京冬奥会上收获两金一银的天才少女,正用她的精彩表现带动更多年轻人喜爱冬季项目。

在普莱西德湖举行的2023年世界大学生冬季运动会女子冰壶决赛中,中国队以6:4逆转战胜韩国队,夺得金牌。这是自2009年在哈尔滨举行的世界大冬会之后,中国队再次摘得世界大冬会女子冰壶金牌。

在冰岛雷克雅未克举行的2023年U20男子冰球世锦赛乙组B组比赛中,中国队以五战全胜的成绩夺得冠军。自2011年国际冰联实行新分组规则以来,中国队首次升入U20男子冰球世锦赛乙组A组,中国冰球的青年力量正快速增长。

……冬季项目不断进步,夏季项目也在创造历史。

2022年女足亚洲杯,中国女足在半决赛“点杀”日本队,又在决赛逆转击败韩国队,时隔16年重返亚洲之巅。

2022年女篮世界杯,王思雨在半决赛终场前投进的最后一个罚篮,不仅被球迷选评为2022年亚洲杯最佳进球,更是把中国女篮带进决赛,亚军也追平了女篮在世界杯的历史最好成绩。

2022年田径世锦赛,男子跳远选手王嘉男凭借最后一跳的8米36逆转夺金,成为首位获得男子田赛世界冠军的中国选手。在网球大满贯赛事中,郑钦文、吴易昺等多位中国网球新秀取得突破……

国家体育总局竞技体育司发布的《2022年我国运动员取得成绩报告》显示,2022年中国体育健儿共在21个项目上获得93个世界冠军、创11项世界纪录,其中既有强势夺冠,也有崭新突破。

2023年,2024年巴黎奥运资格赛将全面开启,2026年米兰-科尔蒂纳丹佩佐冬奥会也将迎来倒计时1000天,而今年的杭州亚运会则是继北京冬奥会之后我国举办的又一重要主场体育盛事。

国家体育总局局长高志丹说,2023年是全面贯彻落实党的二十大精神的开局之年,是实施“十四五”规划前启后的关键之年。体育战线要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻落实党的二十大精神 and 党中央国务院重大决策部署,高质量推动体育各领域发展,加快推进体育强国新实践。

励他们多创新、多出成果。”

实习技术员高航看到仪表车能够远程操控压裂车,就一直在研究如何让仪表车远程操控混砂车。“混砂工是我们很重要的岗位之一,负责的上液、排液、加砂都需要零失误操作,我们经过自动化改造,实现了仪表车的远程操控,现在大型压裂施工混砂工从3人减至2人。”高航说。

据介绍,近一年来,压裂一队像这样围绕解决生产难题,提高施工效率,提升安全环保

## 向着春天再出发

### 群众体育彰显活力

2022年10月,国际奥委会发布的《北京冬奥会市场营销报告》显示,本届赛事吸引全球20.1亿电视观众和数字平台观众,成为转播时长最多、收视率最高、数字化互动最广泛的冬奥会。北京冬奥会的影响力,更在于让冰雪运动从原来的小众项目成为大众新时尚。

兔年新春,冰雪热让年味更浓。在北京什刹海冰场,大红灯笼点缀其间,中国短道速滑奥运冠军武大靖头戴熊猫帽、身着军大衣,与大爷们进行滑冰竞速。他说:“从小就是跳溜滑高手,到什刹海冰场,发现高手老多了。”

在河北崇礼,各大雪场酒店房间基本均处于“爆满”状态。春节假期,崇礼区六大滑雪场游客达15.69万人次。雪场“人满为患”的消息,让国内雪圈为之一振。

北京冬奥会种下的冰雪运动种子已经生根发芽。来自新疆石河子的小朋友聂宸辰是苏翊鸣的铁杆“迷弟”,只有6岁的他如今已有4年“雪龄”。这个冬天,他每周至少有10个小时“泡”在雪道上。未来,他希望像苏翊鸣哥哥一样进入国家队。

随着“南展西扩东进”步伐加快,冰雪运动画卷也在我国南方铺开。新年伊始,为期3个月的四川全民健身冰雪季开幕,涵盖了竞技类冰雪赛事、亲子群众类体验等项目;湖北省第三届冰雪大会在恩施巴东绿葱坡滑雪场举行;在北回归线以南的广西南宁,每个周末都有约2000至4000人次踏上冰雪溜冰场……

神州大地绽放冰雪运动之花,大江南北涌动全民健身热潮。岁末年初,2023北京冰雪消费节拉开帷幕;浙江江山一年一度的乡村运动会举办;中西部地区县城乡村足球赛在全国5个省区、26个县域内展开较量……

党的二十大报告提出,广泛开展全民健身活动,加强青少年体育工作,促进群众体育和竞技体育全面发展,加快建设体育强国。在年初召开的各地两会中,有关“全民健身”“体育强国”的部署和规划,真招和实招陆续推出。

北京市提出,扎实做好后冬奥文章,持续普及冰雪运动,加强青少年体育工作,广泛开展全民健身活动,新建或更新一批群众身边的体育设施,新增各类森林步道100公里、健康绿道50公里,推动京张体育文化旅游带建设;河北省提出,大力发展后奥运经济和文旅产业,实施冰雪运动、冰雪文旅、冰雪产业融合发展行动,加快冬奥场馆市场化开发,抓好京张体育文化旅游带建设;浙江省提出,2023年要举全省之力办好杭州亚运会、亚残运会,加快建设省全民健身中心,新建省级基层体育场地设施1000个、“浙新步道”2500公里;四川省提出,要把群众体育健身需求纳入城市规划刚性要求,大力推动新建改建体育公园;广东省提出,广泛开展全民健身,推进公共体育场地设施建设和免费低收费开放……

### 区域发展齐头并进

“本趟列车由清河站始发,经停八达岭长城站,最终到达崇礼站。”春节期间,北京清河站人山人海,携带各式各样雪具的游客们正兴冲冲地搭乘列车。京张高铁和京礼高速串联起了京津冀一小时交通圈,真正实现了路通人聚。

质量等方面的革新创新应用至少有5项。

压裂施工正式开始后,值守在室外加砂岗、混砂岗等员工紧盯设备,已经忘记了寒冷。他们将员工分成两班,压裂一层进行一次倒换,施工快速推进。

这天上午,压裂一队终于顺利完成塔斜1302井6层压裂施工任务。收工时,压裂班长胡庆打开“智慧井下”软件,指着上面的记录向刘阳汇报:“你看,压182年已经工作420小

时了,得和润滑站预约换液压油的时间了。”过去,这些数据都是由司机们自己每次施工完手工记录在设备台班表上,现在在软件上一目了然,还配有相应的保养、换油等提醒。

“咱们队10台压裂车施工时间都差不多,趁着常规压裂施工,车辆能互相倒换,在春节前都换了一遍液压油,节后就直接上生产了。”压裂一队早就为节后的生产做好准备,力争在新的一年里创造更优异的业绩。

(参与采写:张眺 夏子麟 杨帆)

(据新华社北京2月3日电)

(上接第1版)

“压裂是体力和脑力相结合的工作。近年来,随着压裂工艺、设备的不断创新突破,员工的劳动强度在降低,但对技术的要求越来越高。”压裂一队党支部书记刘辉说,“我们以干代训,建立了‘师傅带徒’和‘三个一’提升平台,即每天1项小任务、每周1个小课题、每月1次大轮岗,同时充分发挥队里技师金宁涛的技术带头作用,让青年员工快速成长,鼓