

新疆“集善·乐享健步”助行计划公益项目走进昌吉州

免费筛查+全免治疗,为他们带来“行走希望”

本报讯 通讯员**贾金艳、马瑞华、杨玲**报道:为减轻肢体残疾人士家庭经济负担,帮助患者得到更好的医疗救治,近日,新疆“集善·乐享健步”助行计划项目分别走进阜康市、吉木萨尔县,为肢体畸形残疾人进行筛查,实现早发现、早治疗、早康复的目标。该活动旨在推广专项基金项目,切实减轻肢体残疾人士家庭经济负担,帮助患者获得优质医疗救治服务。

在阜康市残疾人联合会筛查点,来自阜康市各乡(镇)、街道的肢体畸形残疾人在家人的带领下有序等待专家检查。筛查过程中,项目组成员通过病情诊断、询问登记,对符合肢体矫治手术的患者进行检查和诊断,并详细回答了家属们关心的后续治疗和项目救助等问题。同时,阜康市残联现场宣讲了残疾人惠民政策,还围绕残疾人教育、就业、社会保障等方面进行详细解读。

活动当天,阜康市共筛查肢体畸形残疾人患者35名,符合手术指征人员10名;吉木萨尔县共筛查肢体畸形患者29名,符合手术指征人员4名。

患者们表示,在党和政府的关怀

下,安排专家给他们提供免费看病、治疗,很开心,更暖心。

新疆“集善·乐享健步”助行计划项目由新疆残疾人福利基金会联合广东省残疾人公益基金会共同发起,重点为帮助肢体畸形残疾人患者重新恢复正常行走,提高生活自理能力,为四肢畸形、家庭困难的残疾人患者开展筛查、矫形手术和康复治疗资助工作,帮助预防残疾的发生或减轻残疾程度,凡是符合手术条件的患者,手术和治疗费用全免。

广东省崇爱康复医院骨科主任医师王全介绍:“这次筛查主要是针对四肢畸形和脊柱侧弯的患者,我们组织这些患者到定点治疗机构进行手术治疗,进行畸形矫正,让他们的肢体形态和功能都能达到一个接近正常的状态,重新融入社会。”

据悉,新疆“集善·乐享健步”助行计划项目,为符合资助条件的肢体畸形残疾人患者做肢体矫正手术及康复治疗按照资助标准提供资助。康复治疗 and 手术项目可申请交通补贴4000元,低保、五保或是孤儿、军烈属的,救助手术费可以做到百分百救助,此外,一级至四级的残疾人可享受部分医疗费用补贴。



近日,广东省崇爱康复医院骨科主任医师王全通过病情诊断、询问登记,对患者进行初步检查。
□贾金艳摄

容缺办+上门办+快速办

吉木萨尔县政务服务有速度更有“温度”



本报讯 通讯员**杜雨龙、吴永秀**报道:“真没想到,在家里就能把手续全办好!”近日,家住吉木萨尔县紫鼎雅胜小区98岁的王爷爷在家中完成房屋过户手续后,家人连连感叹。

原来,王爷爷的家人在办理过户时发现户口簿信息不全,需本人签字,但王爷爷因行动不便,无法前往吉木萨尔县政务大厅,正当家人一筹莫展时,政务服务中心公安窗口的民警带着材料来到他家,通过“容缺受理”机制,仅用半小时便解决了难题,让“办事难”变成了“零跑腿”的暖心服务。

据了解,容缺办是非关键材料缺失时先行受理,后续补交;上门办是对行

动不便老人提供“入户服务”,签字按印一次办结;快速办则是从咨询到办结半小时完成,告别长时间等待。王爷爷的案例正是这一机制的生动写照——民警带着设备上门,现场补全材料、签字确认,真正实现“困难留给我,方便留给您”的服务理念。

政务服务一小步,民生幸福一大步。吉木萨尔县政务服务公安窗口不断创新,从“窗口内”到“家门口”,针对高龄、患病群体,民警化身“移动办事厅”,带着公章、指纹仪上门服务;从“技术赋能”到“细节关怀”,优化流程减少材料,用“一张表格、一次沟通”替代反复奔波,不断提高为民服务的满意度。

▲因为吉木萨尔县政务服务中心公安窗口民警上门为98岁的王爷爷在家中完成房屋过户手续。
□吴永秀摄

雨+大风+升温!

昌吉天气开启“过山车”模式



本报讯 实习记者**耿雅薇**、通讯员**陶笑笑**从昌吉州气象台获悉,未来五天,昌吉州天气相对多变,4月9日夜间至10日白天,全州将迎来降水大风天气,其他时间气温快速回升,其中平原大部地区日最高气温将升至18℃—29℃,山区日最高气温将升至12℃—20℃,风力不大。气象部门提醒,本次降水大风天气过程,对春耕春播和设施农业略有影响,需做好防范。

据昌吉州气象台气象员预报,4月9日夜间至10日白天,昌吉州部分地区有小雨(海拔1800米以上山区为雪),玛纳斯县至昌吉市平原部分地区有中雨,玛纳斯县、昌吉市、奇台县至木垒县山区局地有中到大量的雨转雪,西北风5至6级,平原地区最低气温将降至3℃—10℃,山区最低气温将降至-6℃—1℃。4月10日夜间至13日白天,昌吉州大部地区天气晴好,其中11日夜间至12日白天,昌吉市三工滩附近、奇台县北部及木垒县

部分地区将断续出现6至7级偏东风,气温快速回升,平原大部地区日最高气温将升至18℃—29℃,山区日最高气温将升至12℃—20℃。

眼下,部分农作物即将开始播种,昌吉州气象台提示,本次降水大风天气过程对春耕春播和设施农业略有影响,各农区应避开不利天气时段,合理安排农事进度,已播种的农户需做好防风压膜的防御工作。4月11日后,昌吉州气温回升较快,玛纳斯县至吉木萨尔县5厘米日平均地温将稳定在14℃以上,气象条件对春耕春播、冬小麦生长、春小麦出苗较为有利。

昌吉州气象台提醒:

- 1.本次降水天气易造成部分路段道路湿滑,驾驶人员需注意行车安全。
- 2.降水天气叠加4月12日至13日快速升温,零度层高度将升至2000至2500米,中山带积雪消融加快,建议防汛部门加强山洪沟洪水防范工作;建议旅游部门提醒旅游景区加强安全管理工作,完善各项应急管理措施;建议进山游客避免在危险地段滞留。

» 落实安全责任 推动安全发展



近日,吉木萨尔县林业和草原局联合兵团第六师红旗农场农业发展服务中心,开展森林草原防灭火联防联控实战演练,提升兵地协同应对森林草原火灾的综合能力。
□胡雅榕摄

» 科普帖

国际护胃日

超9成人存在胃健康问题

专家呼吁护胃要趁早

4月9日是第20个“国际护胃日”。现如今快节奏的生活时代下,人们的工作压力剧增,生活和饮食习惯越来越不健康。据近年来统计,中国胃病发生率高达85%。中国医师协会等机构的一项调研数据显示,慢性胃炎等消化道疾病发病呈现明显的年轻化趋势,中国23—34岁慢性胃炎患者的比例逐年上升。

超九成打工工人受胃健康问题困扰

胃肠道疾病已成为我国人群的常见病、多发病,俗话说“十胃九病”,这也是当代打工人的胃健康现状。94%的受访人群(曾)有过胃部不适症状,比如消化不良、胃部饱胀、反酸烧心、胃痛等;73%的受访人群(曾)确诊过功能性消化不良、胃炎、幽门螺杆菌感染、胃溃疡等胃肠道疾病。可见,胃部健康问题已成为困扰打工人的普遍健康问题之一。

当前经济社会飞速发展,打工人的生活节奏快、压力大,饮食不规律已经成为生活常态。近90%的受访人群有不良饮食习惯,例如饮食凭喜好不重营养搭配、爱吃宵夜或晚间加餐、爱吃辛辣刺激食物、三餐无序无固定饭点等。

研究表明,胃部疾病的发生发展与胃黏膜屏障受损密切相关,而不良的饮食习惯正是导致胃黏膜损伤的一大因素。

专家提醒:“对于胃黏膜的损伤,过去大家更关注不良饮食习惯的影响,但另一方面,情绪压力对胃黏膜屏障的影响也要警惕。”报告显示,高焦虑、高紧张、高压力的情绪“三高”打工人中,有过胃部不适的占97%,确诊过胃病的占76%,均高于全人群整体水平,可见胃病也是“情绪病”,焦虑紧张情绪和精神压力会影响胃健康。

胃痛忍忍就算了不可取,专家提醒:当心小病变大病

当代打工人的胃所面临的难关,除了饮食因素和情绪因素外,还有认知误区。约82%的受访人群对胃健康存在认知误区,其中60%的人群认为胃病很常见,只要调整饮食作息就能缓解。年轻人总认为胃痛忍忍就过了,事实上,胃不舒服是胃发出的“求救信号”,提示着可能某种原因造成了胃黏膜的损伤,如果每次都是忍一忍、熬一熬,长此以往,小病就会变成大病。

专家建议,“针对生活中常见的胃痛、胃胀、反酸、烧心等胃部不适,居家可以常备胃黏膜保护剂、抗酸剂、抑酸剂等药物,在清楚症状的情况下合理使用。如果只是胃痛,可以优先使用胃黏膜保护剂,这类药物会在胃部表面形成一层保护膜,抵御多种侵蚀;如果除了胃痛还有反酸、烧心的症状,则需在胃黏膜保护剂的基础上加上抑酸药物。”

护胃要趁早,做自己健康的第一责任人

熬夜睡眠不足的人群,对胃健康无认知误区的比例达到21%,高于整体水平;但在饮食方面却人均有最多的不良习惯。

早餐不能少,但如何吃得营养健康?根据《中国居民膳食指南》,早餐如果包括谷类、动物性食物(肉类、蛋类)、奶及其制品、蔬菜水果等四类食物,则为营养充足。针对快节奏生活的打工工人,专家认为“护胃要趁早,早餐很重要”,并给出了“理想早餐”的清单:“营养均衡的早餐,应该包含富含优质蛋白质的食物,可以吃点蛋、喝点牛奶或豆浆,配合一部分主食为身体提供充足的能量,此外还可以添加一些蔬菜水果,补充维生素和膳食纤维。”

来源:新华网

昌吉市滨湖河景区:7.2公里河道“梳妆”迎注水

本报讯 通讯员**贾兴旺、聂艳玲**报道:为了使滨湖河景区变得更加清洁、美丽,昌吉市园林绿化管理中心从3月27日开始,组织人员对河道里的淤泥、垃圾进行清理,为滨湖河后续注水做好充分的准备。

连日来,在河道清淤现场,马达轰鸣,一派繁忙景象,十几名手拿铁锹、扫帚的园林工人对河道里的淤泥、垃圾、塑料瓶、纸屑等进行全面清理。

据悉,昌吉市滨湖河景观带南起三屯河东干渠二道闸,北至滨湖干渠,全长7.2公里,共有中央公园、世纪园、和畅园等7个园子组成。每年冬季之前河水清干之后,河床里都会留下大量沉积的泥沙以及垃圾等杂物。

昌吉市园林绿化管理中心养护科科长朱绪东说:“我们每天投入100余名园林工人、3辆铲车和7辆翻斗车,整个河道的清淤工作预计在4月中旬全部结束,4月25日左右将对滨湖河景区河道进行全面注水。”



4月2日,在昌吉市滨湖河景区世纪园的河道里,工人在对淤泥进行清理。
□聂艳玲摄

“体重管理”催生消费新业态 新疆“瘦身经济”日渐火爆

□石榴云/新疆日报记者 黑宏伟

在社交媒体上,大数据自动推送着各种“封嘴”套餐;春日的乌鲁木齐街头,24小时智能健身房的灯光彻夜不熄;轻食餐厅的定制餐单标注着精确的卡路里;羽毛球馆的场地预订已排至周末……眼下,新疆各地“体重管理热”催生了“瘦身经济”的日渐火爆。

美团数据显示,今年以来,新疆“运动健身”相关搜索量同比增长68%,其中,泰拳运动的订单量同比增长260%,网球订单量同比增长202%,篮球订单量同比增长195%,乒乓球订单量同比增长176%,运动消费呈现爆发式增长。

阿克苏市民王瑜在春节后发现自己的血糖、血脂等指标超出健康范围,于是立刻在家附近找了一家健身房,并在电商平台购买了智能手表。“先是把

运动所需要的运动鞋和套装配置齐全,然后在运动APP里的智能减脂计划上记录体重、查看推荐食谱。”王瑜说。

“体重管理年”行动的实施,进一步催生了涵盖餐饮、零售、运动的健康产业生态。

“今年日均人流量同比增加五、六成,周末场地都是满的。”乌鲁木齐市杨军羽毛球俱乐部经营一中心运营总监周杰介绍,俱乐部针对不同群体开设了零基础班、青少年班等,最近还策划了女职工羽毛球联赛。与此同时俱乐部还推出了“薅羊毛”次卡、青少年羽毛球比赛等。

当健身成为生活方式,“吃动平衡”的理念也在催生餐饮革命。

乌鲁木齐暖疗健康餐(会展店)负责人范静怡介绍,该店3月份的销量比

去年刚入驻外卖平台时增长了50%,店面还设置了身材管理餐周餐、月餐、年餐,销量也显著提升。

今年她还计划扩店并开展培训业务,教授顾客如何制作健康美食。“未来,我们会利用AI智能技术辅助调理饮食,推出一对一餐食定制服务,提高效率和服务质量。”范静怡说。

体重管理风潮与春季运动热也带动了运动户外消费市场的增长。从日常饮食到健康消费的转型升级,再到相关产业领域,“瘦身经济”的热潮已经超越了简单的“减肥”诉求。

除了传统的健身项目,室内蹦极、室内攀岩、射击、击剑、射箭、网球等运动也相继在新疆吸引了大批粉丝。

乌鲁木齐动感客体育健身教练侯奇

表示,现在不仅成人注重健身,许多家长也带着孩子一起锻炼,针对少儿的体能训练、减肥课程也备受欢迎。

高性价比也成为健身消费的新趋势。在乌鲁木齐、伊宁、哈密等地,出现了一些计费更灵活、全程无推销、24小时营业、小而简的新型自助式健身房。这些健身房为健身者降低了健身成本,提供了更加灵活的健身时间和私密的健身空间。

随着互联网技术的发展,一些健身场所还把健身房“搬”到了线上。通过线上线下融合的方式,让更多人随时随地得到专业化健身指导。

“现在瘦身方式越来越丰富又方便了,今年一定响应国家号召,健康生活。”乌鲁木齐市民张亮说。