

点亮“微心愿” 架起“连心桥”

与善同行，四平日报社在行动

本报讯(全媒体记者 崔圣驰)7月26日,四平日报社携手四平市溢香阁餐饮咨询管理有限公司,在素有“鱼米之乡”美称的双辽市新立乡开展系列文明实践活动。

点亮“微心愿” 树立大志愿

盛夏七月,在双辽市新立乡,翠绿的麦苗,随风摇曳,如绿色波浪,煞是喜人,远远望去,宛如一幅灵动的油画。而在新立乡便民服务中心内,十名困难家庭的孩子,期盼着他们的“微心愿”。

四平日报社作为省级精神文明先进单位,今年再次与双辽市新立乡新时代文明实践中心结对对接,共同开展“奉献社会,引领文明”主题文明实践活动。得知新立乡里有十个困难家庭的孩子渴望新衣服、新鞋,四平日报社号召全体干部职工为实现孩子们的“微心愿”捐款,他们将捐赠的1万余元现金为孩子们购买了新衣服新鞋子及生活用品和学习用品,送到困难儿童手中。

新立乡党委书记崔永志向记者介绍,四平日报社这次帮扶是承载着困难儿童们的梦想,是孩子们心中最急切、最渴望的需求。

一双运动鞋、一套新衣服、一个新书包……一个个看似不起眼的愿望,一份份充满温暖爱心的礼物,点亮了这十名困难儿童的“心灯”,让孩子们们感受社会大家庭的温暖。收到礼物的孩子们脸上洋溢着幸福灿烂的微笑,他们开心地说道:“感谢叔叔阿姨们的帮助,为我们送来这么好的衣服和书包,今后我们一定会珍惜美好时光,努力学习,争做新时代的好少年。”

“道德银行”闪耀文明乡村

7月26日,双辽市新立乡孙家村欢声笑语,鼓乐齐鸣,由孙家村村民委员会主办、孙家村“道德银行”表彰大会隆重举行。活动当日,四平日报社、双辽市委宣传、四平市溢香阁餐饮咨询管理有限公司以及新立乡的领导,为23户获得“道德银行”的“干净人家、美丽庭院、孝老爱亲、十户联长”家庭颁奖。

实践证明,“道德银行”的设立,唤醒了广大村民孝老爱亲、勤劳致富、向上向善的思想自觉和行动自觉,为迈向文明乡村发挥了重要作用。活动期间,村民们笑容满面,对“道德银行”取得的突出成果点赞。

刚刚获得“孝老爱亲”荣誉称号的高艳萍满脸都是喜悦之情,她告诉记者:

“被评为‘孝老爱亲’我感到很荣幸,今后将不辱这个称号,精心照顾老人,让老人晚年生活快乐得健康幸福。”

值得一提的是,为鼓励优秀家庭、先进个人,并以他们为榜样,引领先进风尚,四平市溢香阁餐饮咨询管理有限公司对23位获得称号的村民进行奖励,激发村民参与度和荣誉感,提高群众思想道德素质,达到“文明改变习惯,美德带动乡风”的效果。

活动中,四平日报社的志愿者还为村民发放遏制高价彩礼宣传单,引导家庭和青年树立正确婚恋观、家庭观,摒弃婚礼陋习,不盲目攀比,不要用金钱来衡量婚姻幸福,拒绝高额彩礼,弘扬婚育新风,推进移风易俗。

丰富馆藏内涵 民俗博物馆成观光打卡地

在结束“道德银行”颁奖后,与会人员走进孙家村民俗博物馆,岁月气息扑面而来……在讲解员的引导下,详细观看了博物馆所展出的物品。馆内设有生

产资料、生活物品、民俗物品、文化传承四个展区,展品包括生产工具、生产物品、民俗物品、物化传播物品共2000余件,通过各种物品的展示,反映了古老的孙家村居民的生活方式、风俗习惯等,展现了东辽河畔千百年来



来的农耕文化特色。千百年来,勤劳勇敢的孙家村居民在东辽河畔这片热土上繁衍生息,在创造历史的同时,也留下了大量的优秀传统文化。随着经济社会的快速发展,城市化建设和新农村建设的日新月异,优秀传统文化遭到不同程度的破坏。为保护关东民俗文化,弘扬农耕民俗传承,孙家村规划成立新立乡孙家村民俗博物馆。

身处民俗博物馆,仿佛回到过去的年代,曾经的生活场景一一再现。如今,新立乡孙家村民俗博物馆已成为当地网红打卡地。活动中,四平日报社邀请四平文学艺术家、书画家为孙家村博物馆义务创作书画作品。并协助搜集、捐赠相关馆藏物品,丰富馆藏内容,提升展品品质,达到“文明之火传递,助力项目提升”的效果。

“灯笼王”王国金老师捐献了他的

艺术作品竹编挂件和“红星照我去战斗”的小小竹排,书画家郭赤业老师根据博物馆主题正在构思创作书画作品,四平战役纪念馆捐赠了100余册历史书籍。这些物品进入孙家村博物馆后,将丰富馆藏内涵,提升博物馆品质,吸引更多的游客观光游览。

孙家村民俗博物馆相关负责人表示,四平日报社捐赠的这批精品力作,将为今后开展文博研究、学术交流,以及专业人才队伍的培养,提供积极的指导意义。

奉献社会,引领文明。接下来,四平日报社将持续推进与结对共建联系点双辽市新立乡紧密对接,在继续开展好“道德银行”“同心助学”“馆藏提升”活动的基础上,计划开展“文明经济”活动,帮助新立乡文明家庭养殖户、种植户销售他们的农产品,为增收致富开辟新的渠道,达到“文明之风劲吹,经济助力民强”的良好效果。与此同时,将适时谋划更为符合实际需求的诸如“兴农宣传”“同心铸魂”文明实践活动,确保“奉献社会,引领文明”主题文明实践活动的开展取得实实在在的成效。

社区医生王蕾

全媒体记者 邢天笑 实习生 于子洋

早上七点,在铁西区英雄社区卫生服务站便民诊所里,王蕾大夫开始了她忙碌的一天。“我出诊去了,一会儿就回来!”王大夫提着刚兑好的吊瓶,骑着她的小车去给预约好的患者上门打针。

“这些患者都是年纪较大的,或是行动不便,或是有基础病,他们不方便自己过来,我就上门给他们打针。”王蕾说。

不论多远,只要是患者有需要,王大夫风雨不误。一家忙完接着一家,每个患者的过往病史她都能熟记于心。在上门打针的过程中,王蕾会记录好患者的身体状况以及恢复情况,她说:“这样方便回诊所整理好他们的个人健康档案,了解他们的身体近况以及做好日后的跟踪回访工作。”回到诊所后,王蕾根据刚出诊的记录做好每个人的健康档案登记。

王蕾严谨认真、乐于助人的工作态度赢得了社区群众的一致好评,“我们附近的居民偶尔有头疼脑热都来王大夫这里,王大夫医术高明、对症下药,她能记得我的过往病史和药物过敏史,而且待人热情,身体上的不舒服她能帮我缓解,生活上的事情她也能为我排忧解难、出谋划策,相当于我的心理医生了。为了感谢王大夫,我有时

候把家里煮的玉米、饺子装一份送过来,她忙起来也顾不上吃饭。”社区居民刘大哥说。

与王蕾一起工作的护士向记者介绍说:“王大夫每天早上第一个来,上午去出诊,回来做记录,对待病患的事情一丝不苟,下午为到诊所的患者开药、配药,对于心情不好的患者,在他们输液的过程中也会多和他们沟通交流,引导他们打开心结。对待患者,她总是那样有耐心、那样不厌其烦,保持一股热情一股真情。晚上我们正常是七点左右关门,但有的患者因为下班时间晚等原因,来得比较晚,她不管多晚都会等着患者来,给患者扎上针才开始。”

社区群众都很依赖王蕾,他们用自己的方式表示感谢之情。王蕾也在用自己的方式去帮助群众,更是在用心服务每一名患者。



百姓故事

科普之翼

四平市科协 四平日报社



胃癌都是吃出来的？ 有些片面（一）

说胃癌都是吃出来的,这种说法有些片面,太绝对了。胃癌的癌变是一个多因素、多步骤、多阶段发展过程,导致胃癌的因素也有很多,包括遗传因素、环境因素和生活方式因素等等,饮食只是一方面。

一、导致胃癌的原因常见有这 5 个方面：

1 幽门螺杆菌感染

幽门螺杆菌是非常明确,且是胃癌独有的高危因素。幽门螺杆菌是一种革兰氏阴性菌,主要分布在胃黏膜组织中,成人一旦感染机体无法进行自我自愈。

中国有 7.68 亿的感染人群,几乎是每两个人里面就有一个为幽门螺杆菌携带者。幽门螺杆菌感染患者中 15%~20% 会发生消化性溃疡,5%~10% 发生幽门螺杆菌相关性消化不良,1% 最终会发生胃恶性肿瘤。《中国幽门螺杆菌根除与胃癌防控专家共识》明确指出,幽门螺杆菌感染是我国胃癌的主要病因。

2 遗传因素

胃癌患者中约 10% 与家族遗传相关,如果家族中有胃癌患者,那么后代得胃癌的风险就会高一些。

3 年龄

一般来说,年龄越大,胃癌的风险越大,中老年人应尤其注意。

4 情绪

长期处于紧张和焦虑情绪的人,容易发生胃黏膜的损伤和溃疡,可能会间接促进胃癌的发生。

5 生活习惯

比如不健康的饮食习惯、抽烟喝酒等,都会增加胃癌风险。

二、预防胃癌,应该怎么做？

1. 幽门螺杆菌治疗

前面说了:幽门螺杆菌是非常明确且胃癌独有的高危因素,也是我国胃癌的主要病因。

研究表明,根除幽门螺杆菌可以有效地预防胃癌,可以使人群的胃癌发病率降低 39%,并且对重度癌前病变人群和老年人群也具有预防胃癌的作用。

每年体检时,可以进行幽门螺杆菌的检测,如果结果呈阳性,建议遵医嘱进行根除治疗。

2. 养成健康生活和饮食习惯

长期的不良饮食和生活习惯会增加胃癌的发生风险。尽量做到“四多三少”:

四多

食物多样,均衡饮食,保证营养平衡。多吃新鲜肉类,尤其是鸡鸭鱼虾肉类,少吃加工肉制品。

三少

少吃食用腌制的食物。少吃烧烤、熏制食品。戒烟、戒酒。

3. 定期体检,发现不适及时治疗

癌症难治,很多时候是因为大家平时忽视了检查,等有症状常常已经有点晚了。胃癌的发生一般要经历从慢性胃炎到肠上皮化生,再到异型增生和癌变的过程。所以,最好养成定期体检习惯,如果体检发现了胃病的早期症状,要及时检查和治疗。如果有慢性胃溃疡、胃息肉、萎缩性胃炎,伴随腹痛、消化道出血等症状,一定要规范治疗并定期复查,别把小毛病拖成了大问题。

(来源:科普中国)



为提高广大居民的交通安全意识,传播“安全驾驶、文明出行”的交通理念,日前,市交管支队铁西大队走进爱民社区,为居民们普及“一盔一带”安全知识。全媒体记者 崔圣驰

斩断网络直播“黑产业链”

街谈巷议

重庆警方近期侦破一起特大网络直播跨境赌博案,查证涉案资金流水4亿多元。上海警方此前也曾侦破一起利用网络直播“打赏”实施洗钱犯罪案件,捣毁一条寄生于网络直播平台、清洗转移非法资金的新型洗钱犯罪产业链。

数字经济的快速发展催生诸多新业态,网络直播便是其中之一。直播间里精彩纷呈,用户稳步增长,流量急剧攀升,内容日益丰富。众多传统行业及从业者依托互联网技术、借助直播间赋能,实现了企业发展和经营效益提档升级。数

据显示,截至去年12月,我国网络直播用户规模已达7.51亿。主播在方寸屏幕间面向万千用户直播带货、表演才艺、交流互动,满足了人们的各类精神物质需求。

不过,当前的直播间并非“伊甸园”,其中虽有“买买买”高声喧哗的热闹,但也有见不得光的网络黑产,如直播带赌、打赏洗钱等违法违规行为。黑产从业者盯上网络直播跨越空间限制、互动往来便捷、自然流量高企的优势,在直播间里摇身一变,披上主播的外衣,干起非法的勾当,严重妨害经济社会秩序,危害群众财产安全。

然而,网络直播绝非法外之地,仍处于有关部门重点监管范围内。针对藏匿在直播间里的洗钱等乱象,各地

区各部门持续开展一系列行动予以打击,有力维护了网民利益、清朗了网络风气。但直播带赌、打赏洗钱等网络黑产具有较强隐蔽性,肃清并非一朝一夕之功、一人一域之力,需要社会各界协同发力、久久为功。

职能部门要形成合力,指导网络直播平台优化重点功能、规范重点环节、健全制度机制,督促各平台履行企业社会责任,依法依规打击直播间乱象。还应强化宣传引导,发布网络直播犯罪典型案例,广而告知其危害性、隐蔽性,帮助用户树立自我保护意识,增强应对能力。更要拓宽举报方式,畅通举报渠道,鼓励网民参与监督。

直播平台要主动作为,在技术上先行一步,借助人工智能、大数据

等新兴技术,堵上系统漏洞,形成对网络黑产的技术代差优势,提高对问题账号的甄别能力、对异常行为的识别能力、对跨境直播的鉴别能力。在管理上,要多行一事,把好准入关,加强对入驻主播资质、信用、行为记录等方面信息的审核力度;守牢安全线,坚决剔除直播行为不端的主播,并标记账号信息,形成主播“黑名单”。坚持以用户为中心的经营理念,积极回应用户投诉及举报,保护用户正当合法权益,营造平台良性发展生态。

对于网络主播而言,要提高认识,牢记“侵权黑手伸不得、不义之财要不得、流量陷阱入不得”。应始终遵守法律法规、规范自身行为,以品质内容、贴心服务、良心产品等谋求发展。 (雷雨田)