

消防宣传进商铺 筑牢安全“防火墙”

——“仁兴里”沉浸式文旅街区消防安全宣传工作记事

全媒体记者 崔圣驰

“仁兴里”沉浸式文旅街区自开街以来，迅速成为市民与游客的热门打卡地。为营造安全有序的游玩环境，市消防救援支队以“防风险、保安全、强意识”为目标，全方位开展消防安全宣传工作，为街区筑牢消防安全“思想防线”。

源头治理 拧紧责任“安全阀”

开街前期，铁西区站前街道与仁兴街道消防救援委员会联合行动，对街区周边115家商户及摊位开展“拉网式”消防安全检查。重点核查灭火器、灭火毯等器材配备情况，规范电气线路铺设标准，打通疏散通道“生命线”。针对检查中发现的隐患问题，现场督促商户立行立改，并组织步行街重点单位及商户签订《社会单位落实消防安全主体责任“十项要求”告知承诺书》。铁西大队及街道消防救援委员会同步开展集中约谈，通过案例警示与法规讲解，推动商户切实履行消防安全主体责任，从源头消除思想麻痹与管理漏洞。

多维宣教 织密安全“防护网”

开街前，消防宣传员深入街区开展“沉浸式”消防安全培训。向街区摊主发放图文并茂的宣传彩页，并结合典型火灾案例，系统讲解火灾预防、初期扑救及逃生自救知识。针对商户日常经营中高频使用的灭火器、灭火毯等，进行“手把手”实操教学，确保从业人

科技赋能 打造宣传“新载体”

为适应街区复杂地形与高密度人流特点，市消防救援支队在消防宣传驿站部署四轮消防摩托车。这

款“灵活尖兵”不仅具备快速响应初期火灾的救援能力，更搭载消防知识标语，化身“移动宣传站”。同时，



宣传员通过车载消防器材普及了用火用电安全常识，实现“巡逻即宣传、出警即教育”的一体化效能。截至目前，消防摩托车已累计巡逻50余小时，覆盖街区全区域，成为兼具实用性

体系构建 夯实应急“硬根基”

针对街区运营特点，消防部门构建“前置执勤+常驻备勤+辅助力量”三位一体的保卫体系。辖区消防救援站提前开展“六熟悉”工作，对街区建筑结构、消防设施、水源分布及交通环境进行全方位摸底，制定针对性应急预案。此外，通过定期组织商户开展消防演练，模拟初期火灾处置与疏散逃生场景，强化“第一目击者”应急能力。从宣传教育到应急准备、从静态隐患排查到动态巡逻防控，立体化宣传体系的构建，让消防安全意识深植街区每个角落，为我市文旅经济健康发展提供坚实安全保障。



为庆祝中国共产党成立104周年，7月1日，市武术协会在英雄广场举行“全民习武庆‘七一’”活动。吉林省非物质文化遗产梅花螳螂拳进行了百人展示，全市近千名太极拳爱好者展示了28式太极拳，并参观了四平战役纪念馆。

全媒体记者 王明纯 摄

擎旗奋进新征程 “七一”聚力践初心

铁西区地直街道开展庆“七一”系列主题活动

本报讯(全媒体记者 王明纯 通讯员 孙宇佳)为庆祝中国共产党成立104周年，传承红色基因，凝聚奋进力量，近日，铁西区地直街道开展“擎旗奋进新征程 ‘七一’聚力践初心”系列主题活动。活动旨在激励广大党员干部在新时代新征程中践行初心使命，以实际行动为党和人民的事业贡献力量。

活动中，地直街道机关党支部党员在鲜红的党旗举起右手，重温入党誓词。宣誓仪式不仅是对新党员的一次深刻党性教育，也让老党员们重温了入党时的初心与使命。此外，党员们还通过创新形式，记录与党旗的美好瞬间，有的党员整齐列队手持党旗、有的社区党员深入基层一线，一张张合影凝聚着党员对党的忠诚

与热爱，展现了新时代党员风采。随后，全体机关党员集中观看了红色影片《建党伟业》，共同重温中国共产党从筹备建立到正式成立的峥嵘岁月。大家深刻感悟到革命先辈们的艰苦奋斗精神，更加珍惜当下来之不易的幸福生活，党员们纷纷表示，将传承革命基因，激发工作热情与使命感，让革命精神在新时代焕发

出新的光芒。通过系列活动的开展，让全体党员干部在活动中接受了深刻的党性教育，进一步坚定了理想信念，增强了责任感和使命感。大家纷纷表示，将以此次活动为契机，擎旗奋进新征程，以更加昂扬的姿态、更加务实的作风投入到工作中，为基层的发展贡献自己的力量。

携手共治换新颜 环境提升暖民心

梨树县交通运输局开展老旧小区环境提升志愿服务活动

本报讯(全媒体记者 刘爽)为深入贯彻落实《关于在学习教育期间集中开展老旧小区环境提升工作方案》要求，切实改善居民生活环境，近日，梨树县交通运输局组织50余名党员干部走进春阳社区，开展老旧小区环境提升志愿服务活动，重点整治卫生死角、清理堆积杂物，以实际行动助力社区环境改善，营造共建共治共享

的和谐氛围。活动中，党员干部们分工协作，手持扫帚、铁锹等工具，对小区楼道、绿化带、公共区域等卫生死角进行全面清理。针对长期堆积的废旧家具、建筑垃圾等杂物，大家齐心协力装车清运，确保小区环境整洁有序。同时，志愿者们还向居民宣传了环境卫生知识，呼吁大家共同维护社区环境，杜绝乱堆乱放行为。经过数小时的辛勤劳动，小区面貌焕然一新，赢得了居民的一致好评。

“老旧小区环境提升不仅是民生工程，更是党员干部践行初心使命的实践课堂。”县交通运输局相关负责人表示，此次活动既改善了社区环境，也拉近了党群关系。今后，将持续落实包保责任，定期开展环境卫生

整治，推动老旧小区从“脏乱差”到“洁净美”的转变，切实提升居民的获得感和幸福感。此次活动的开展，充分展现了梨树县交通运输局党员干部的服务意识和责任担当。通过党群联动、干群合力，春阳社区正逐步实现从“旧”到“新”的蜕变，成为共建共治共享的温馨家园。

社区那些事

深学重要理论精神 谱写社区发展新篇

丰茂社区开展专题宣讲活动

本报讯(全媒体记者 刘莉)为帮助和引导干部群众全面辩证看待经济社会发展形势，进一步增强发展信心，凝聚社区发展合力，近日，铁西区英雄街道丰茂社区党委组织开展专题宣讲活动。

活动中，社区领导围绕《习近平文化思想学习纲要》《强信心 促发展》等内容作主题宣讲，并系统解读了坚持党的文化领导权、推动“两个结合”等十二个创新观点，提出以社区文化活动为载体，培育社会主义核心价值观，厚植社区文化底蕴，推动精神文明建设。针对《强信心 促发展》实践要求，

表示要聚焦民生保障，解决居民急难愁盼问题，提升生活品质；深化社区治理，构建和谐稳定社会环境，为振兴发展筑牢根基。

此次宣讲活动使社区干部群众认识到全面深化改革的重要性和必要性，进一步增强了对发展的信心和定力，明确了新时代的新使命和新任务，激发了提升专业素质和工作能力的热情，为更好地服务社区居民奠定了基础。丰茂社区党委将以此次宣讲为契机，团结带领全体干部、居民，以实干担当推动重要理论精神落地见效，为社区和谐发展再谱新篇章。

科普之翼

四平市科协 四平日报社



高压不高、低压高？别忽视这种“隐形高血压”

在门诊，经常会遇到一些高血压患者，尤其是中青年高血压患者，高压(收缩压)不高($\leq 130\text{mmHg}$ ， $1\text{mmHg}=0.133\text{kPa}$)，但低压(舒张压)高($\geq 90\text{mmHg}$)。在临床上，我们把这一类型高血压称为“单纯舒张期高血压”。

事实上，单纯舒张期高血压在成人高血压中并不少见。但由于患者的知晓率低，不常规测量血压，即使血压已经超出了正常范围，却没有发现。还有一些患者，他们虽会主动测血压，也知道自己的血压数值，但不知道自己血压的水平已经不正常了，以为只要是收缩压不高，就不算高血压。

事实上，只要是血压水平超过 $130/80\text{mmHg}$ ($1\text{mmHg}=0.133\text{kPa}$)，不论是舒张压超标，还是收缩压超标，心血管风险都会增加，都需要进行积极的干预。单纯舒张期高血压是心肌梗死、脑梗死等心血管事件的一个被严重低估的风险因素。

一、为什么随着年龄增长，舒张压的轨迹会发生变化？

生命历程中，血流动力学模式按年龄分为3个阶段：
(1)50岁以下，舒张压逐渐升高，表明血管阻力增加占主导地位。
(2)50多岁时，舒张压的稳定，同时平均动脉压逐渐达到平台期；同时脉压斜率增加，表明血管阻力和大动脉僵硬度同步增加。
(3)60岁以上，舒张压下降，伴随收缩压持续增加，表明老年人中大动脉硬化度占主导地位。

二、什么样的人容易出现单纯舒张期高血压？

中青年男性，饮酒和吸烟较多，糖尿病患者更多见。单纯舒张期高血压在中青年人中常见，在老年人群中少见。随着年龄增长，血管僵硬度增加，弹性下降，舒张压就会下降，脉压增大。我国东北地区，40岁以上居民中进行的前瞻性队列研究结果显示，单纯舒张期高血压的总体患病率为3.9%。随着年龄的增长，患病率显著下降，40岁至49岁者单纯舒张期高血压患病率为7.2%，年龄 ≥ 70 岁者患病率仅为1.5%。此外，单纯舒张期高血压在男性中的患病率也高于女性。在超重和肥胖人群中更常见，尤其是腹型肥胖，并且与代谢综合征的其他症状相关。总的来说，抽烟喝酒、不爱运动、腹型肥胖、生活习惯差的中青年男性，更容易出现舒张压高的情况。

三、收缩压不高，舒张压超过80mmHg，要不要吃药？

高血压的诊断标准涉及多方面，包括社会经济学因素等。无论是按照我国诊断标准，还是按照美国诊断标准，只要是舒张压超过 80mmHg ，心血管风险就已经增加，应该进行积极的生活方式干预。
·舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ ：马上吃降压药；
·舒张压 $\geq 80\text{mmHg}$ ：评估心血管疾病风险：高风险者需要即刻接受药物治疗；低风险者可观察3个月至6个月后再评估；
我国标准单纯舒张期高血压(收缩压 $< 140\text{mmHg}$ 且舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$)心血管预后：
·单纯舒张期高血压是年轻人常见的心血管危险因素。与正常血压者相比，单纯舒张期高血压患者更有可能发展成收缩-舒张期高血压(收缩压、舒张压都很高)。
对于这一部分群体，在积极改善生活方式的前提下，应该吃降压药，保持舒张压 $< 80\text{mmHg}$ 。

(来源：科普中国)