

我市3个集体11名个人 荣获河南省三八红旗奖

【平原腔声】

“自爱+医护”是确保 牙齿健康的良方

□姬国庆

9月20日是第三十七个“全国爱牙日”，今年的宣传主题是“口腔健康 全身健康”。谁都知道口腔健康的重要性，可是生活中一些口腔问题一直在影响着大家。（《平原晚报》9月22日A04版报道）

有句话说得很形象，牙痛不是病，痛起来真要命。确实如此，大家别小看牙痛这样看似不起眼的“小病”，如果发作起来，比有些重病还让人痛不欲生，估计很多人感同身受。

对于大家来说，自己是确保牙齿健康的第一责任人。正如这条新闻所报道的那样，要想拥有一口好牙齿，自己必须爱护好牙齿，比如限糖减酸、定期洗牙、正确使用牙刷等。

只要大家能够养成良好的用牙习惯，自爱牙齿，就可以避免或减少牙病的发生，确保牙齿更健康。

然而，因为先天、外伤、饮食、老化等各种原因，一些人的牙齿出现损坏、松动、掉落等各种问题。

对于普通人来说，如果牙齿出现问题，仅靠自己爱护牙齿是远远不够的，是难以让牙齿恢复健康的，必须找口腔医生治疗。

以前，因为医疗不发达，治疗牙齿选择面窄，大家都是到医院的牙科就诊。

近年来，随着社会的发展，社会上的口腔诊所如雨后天春笋，出现了很多，极大地方便了大家就诊。

客观而言，大部分口腔诊所都能够为患者提供优质诊疗服务，以仁心对待患者，以仁术治疗好牙痛，这样的仁心仁术口腔诊所是值得肯定的。

然而，因为口腔诊所良莠不齐，个别的欠缺仁心仁术，甚至把治疗当成生意做，或不能提供优质医疗服务，或医术欠佳没有治好牙病，或小病大治，甚至把好牙当成坏牙拔……后果很严重，患者很痛苦。

这哪是治牙、护牙啊？分明就是缺乏仁心仁术的毁牙，不但影响到了患者的“口腔健康 全身健康”，而且引发了医疗矛盾纠纷，进而影响了社会和谐，在这方面曾有沉痛的教训。

大家必须承认，虽然牙齿长在自己的身上，自己是确保牙齿健康的第一责任人，但是口腔医生对保护牙齿同样起着至关重要的作用，甚至比牙齿主人起到的作用还要大很多。

有鉴于此，如果有谁患了牙病，治疗前一定要擦亮双眼，认真挑选医疗机构和口腔医生，把自己的牙齿健康交给具有仁心仁术的医疗机构、医生来守护。

一言以蔽之，为了确保“口腔健康 全身健康”，希望大家一定要爱护自己的牙齿，口腔医生以仁心仁术守护好患者的牙齿，二者合力就是共同筑牢牙齿健康防线的良方，让大家都拥有一口“嚼得有劲儿、吃得香甜”的“健康好牙齿”，确保自己开心又健康。

街道向阳社区居民委员会、新乡市气象台、新乡高新技术产业开发区石榴花幼儿园。11名个人分别是中国农业科学院农田灌溉研究所副研究员刘源；市第二中学教研组长许明芳；河南医药大学第三附属医院副院长邢红霞；市纪委监委党风政风监督室四级主任科员杨菊芳；新乡航空工业(集团)有限公司研发设计产品数据工程师刘彬；河南邦尼生物工程有限公司董事长王威；封丘县人民法院刑事审判庭庭长、一级法官陈红珍；市

公安局牧野分局政治处副主任、二级警长李颖；新乡县大召营中学中小学高级教师张峰；市中心医院特需病区主任、科教科主任王慧敏；新乡白鹭投资集团有限公司标准计量信息中心主任周妍焱。

市妇联有关人员表示，此次评选坚持公开、公平、公正原则，面向基层和工作一线，自下而上、层层选拔、优中选优。受表彰者是各行各业、各个领域优秀女性的代表，在经济社会发展中充分发挥了“半边天”作用，创造了非凡业绩。

雨中给培智学校送温暖 让特殊孩子的世界“不潮湿”

本报讯(记者张芳)秋雨微凉,却挡不住新乡市培智中心学校(以下简称培智学校)里涌动的暖意。9月23日,新乡市金融工作联席会议办公室、建行新乡分行及新乡日报社等单位来到培智学校,开展“走进培智学校 爱与温暖同行”送温暖献爱心活动,为在校特殊儿童送去食物、衣物等慰问品,用实际行动为孩子们撑起一片“温暖晴空”。

活动现场,雨幕并未冲淡热情。新乡市金融工作联席会议办公室、建行新乡分行及新乡日报社等单位相关领导以及志愿者们拎着打包整齐的物资走进培智学校。厚厚的加绒卫衣、防滑棉鞋叠放有序,大家将食物分发给正在课间休息的孩子们。孩子们捧着食物,脸上满是幸福笑容,不时仰头对前来看望他们的人说着“谢谢”,稚嫩的声音融化了秋雨的凉意。

市政府副秘书长、市金融工作联席会议办公室主任张延明说:“我们始终牵挂特殊儿童成长,今后将持续践行社会责任,以实际行动支持特殊教育,也呼吁更多社会力量加入,让孩子们感受更多关爱与温暖。”

建行新乡分行副行长郭有林说:“践行公益是建行的责任,看到孩子们的笑容,我们更坚定了持续关爱的决心,也愿



给孩子们发放慰问品 记者赵云摄

携手更多力量,让这种温暖成为孩子们前行的勇气。”

“我们以实际行动践行党的群众路线,就是想让特殊儿童感受到实实在在的关爱。作为媒体单位,我们会持续宣传公益活动,让爱心持续传递,也期待更多社会力量加入关爱队伍。”新乡日报社党委书记、社长张哲说。

据了解,市金融办、建行新乡分行和新乡日报社已连续多年到培智学校送温暖,平日也常把这些特殊孩子们的

成长记在心上,不定期地前往学校看望孩子。

“感谢大家把温暖送到孩子心里!”培智学校师生向各单位表达衷心感谢,称会带着这些关爱努力成长。这场雨日里的看望,不仅送来物资,还给了孩子们精神鼓励,更用陪伴与尊重,为他们的成长注入了前行的力量,也彰显了新乡各单位对特殊教育的支持与社会责任。相信在这份守护下,特殊儿童的未来会更温暖明亮。

发“苦”西葫芦,存在风险需注意

本报讯(记者刘志松 通讯员李可然)9月22日,记者从卫辉市获悉,一市民因食用自己种植的西葫芦出现恶心、呕吐、腹泻等症状,经及时送医治疗已无大碍。

据了解,事发当天,卫辉市一市民将自家种植的西葫芦采摘后,炒熟当菜食用。食用时,他已察觉西葫芦口感微苦,但未放在心上,强忍着苦味吃下。

不料,餐后约30分钟,当事人开始出现恶心、呕吐、腹泻等不适症状,家人立即将其送往当地卫生院。后因症状未缓解,转至新乡医学院第一附属医院进一步治疗。9月22日,患者出院。

新乡医学院第一附属医院急危重症医学部主任、主任医师石金河说,西葫芦本身属于葫芦科植物,这个家族的成员(如南

瓜、黄瓜、甜瓜等)在进化过程中产生了一类用于抵抗害虫的化学物质——葫芦素。葫芦素非常稳定,煎、炒、煮、蒸等日常烹饪温度都无法将其分解破坏。葫芦素具有强烈的毒性,对人体细胞有强烈的刺激性。

日常食用的西葫芦是经过长期人工选育的品种,其葫芦素含量已经被控制在极低的、安全的范围内。但是,如果它在生长过程中遇到气候异常(如高温干旱等)、昆虫授粉时与野生苦味植物杂交、储存不当等情况,就可能启动“自我保护”机制,大量合成葫芦素,导致果实变苦。

葫芦素中毒主要是强烈的胃肠道刺激反应,潜伏期短,大约在食后0.5小时~1小时就会发作。轻度中毒:口腔苦

涩感、恶心、呕吐、腹泻、腹部绞痛;中度中毒:频繁呕吐和腹泻,可能导致脱水、电解质紊乱,出现头晕、乏力、心慌等症状;重度中毒:呕血、便血,严重脱水导致休克,甚至危及生命。对于孕产妇、儿童、老人或体弱者,中毒风险更高。

石金河告诉记者,日常生活中,蔬菜只要在入口时尝到任何不应有的苦味,第一时间吐出来,并用清水漱口;如果已经吃下一些,症状尚未出现,应立即停止食用,并密切观察自身状况。可以适量饮用温水,促进代谢,但不要强制催吐,以免损伤食道;一旦出现任何恶心、呕吐、腹泻等不适症状,应立即前往医院就诊,并告知医生可能食用了发苦的西葫芦。保留食物样本,以便医生诊断。