

乡宁县召开 2022—2023 学年高考成绩分析暨质量提升座谈会提出 做好备考工作 推动高考质量再上新台阶

本报讯(记者 郝艳)3月13日,乡宁县2022—2023学年高考成绩分析暨质量提升座谈会在县委党校六楼会议室召开。

县委常委、副县长卢冬,临汾市教育局教科研中心主任张宏,县教科局局长阎江涛出席会议。教科局班子成员及相关处室负责人,乡宁一中、乡宁三中、职业中学三所高中学校负责人,分管教学、科研副校长,高三年级有关负责人和教师代表共60余人参加会议。会议由阎江涛主持。

卢冬在讲话中指出,张宏主任不辞辛苦,专程莅临指导,答疑解惑、传经送宝,为乡宁县教育发展提供了思路和方法。近年来,乡宁县教育整体呈稳步上

升态势,这是县委、县政府的正确领导,更是全县广大教育工作者和教师辛勤付出的结果。

卢冬就高考备考工作作出部署:一是务必在质量提升上下功夫;二是务必在重大举措落实上下功夫;三是务必在队伍建设上下功夫;四是务必在教研上下功夫;五是务必在安全管理上下功夫。

卢冬强调,办好人民满意的教育,是我们义不容辞的责任,更是时代赋予的重任。我们既要正视当前广大群众对优质教育资源需求带来的压力和挑战,也要看到县委、县政府前所未有重视教育工作的大好机遇和形势,更要看到多年来乡宁县教育事业发展的经验和潜力,进一步坚定信心、担当实干、砥砺前行

进,全力谱写乡宁教育高质量发展新篇章。

会上,张宏对乡宁县往年高考成绩质量进行科学的分析指导,并对今后复习备考提出建议与对策:一是树立五种意识,即方向意识、问题意识、团队意识、效率意识、总分意识;二是狠抓备考落实,主要是狠抓课程研究、教材研究、集体备课、课堂效率、试题分析。提倡各校在实行“扁平化管理”的同时,更要注重将学科组横向贯通与纵向贯通相结合,充分沟通教研,注重思维方式培养,增强学生所学知识的融会贯通和灵活应用。

阎江涛强调,在肯定成绩的同时,我们也要清醒地看到差距和不足,要用更积极的态度、更

务实的举措回应人民群众对优质教育的高期待、高要求。重点突出四个“要”:目标任务要明确;高考动向要研判;激励机制要具体;家校协同育人要强化。要求大家进一步坚定信心,迎难而上,努力推进全县高考质量再上新台阶。

乡宁一中、乡宁三中、乡宁职业中学负责人先后作汇报交流,并明确了各自学校下一阶段复习备考的具体举措。

此次高考成绩分析暨质量提升座谈会既有县委、县政府的高位引领,也有教科研中心的精准分析,更有校长和老师们的集体智慧,相信必将汇聚成一股巨大力量,再铸高考辉煌,向县委、县政府和全县人民交一份满意的答卷。

阳曲县城东路社区 在“老干部之家” 开展学雷锋志愿服务活动

本报讯(记者 白金 赵江芳)为弘扬雷锋精神,倡导社会文明新风,积极践行“团结、友爱、互助、进步”的志愿服务精神,近日,阳曲县城东路社区和县林业局志愿服务队前往“老干部之家”,聚焦退休干部“所急、所盼、所忧”,积极开展“学习雷锋 暖心到家”志愿服务活动。

活动中,联合志愿服务队来到林业局退休老干部杨昌安老人家中,帮助老人打扫院子、客厅、卧室、整理床铺、擦玻璃、测血压...不一会儿原本略显冷清的家,在大家的忙碌和欢声笑语顿时变得热闹温暖起来。

“我们年纪大了,平时出门行动不方便,没想到社区和林业局志愿服务队把服务送到家里了,给我们做的都是‘务实之事’,这样的活动真的很不错!”退休干部杨昌安满心欢喜地说道。在退休干部家中,志愿者们卫生大扫除活动结束后与老干部亲切地聊家常、话阳曲变化,了解他的生活情况和困难,并嘱咐他要保重身体、保持心情舒畅,在安度晚年的同时继续发挥余热,多为社区发展建言献策。同时,志愿者与老人一起学习了党的二十大原文内容,让他足不出户也能感受到组织的关爱,引导退休干部易学、常学、乐学,做到思想上认识跟进、行动上紧跟。

下一步,城东路社区和县林业局将持续学习和践行雷锋精神,充分发动党员干部、志愿者力量,将“为民服务”的雷锋精神贯彻到日常工作中,持续推动学雷锋志愿服务活动常态化。

太原市场监管局 开展“保卫舌尖” 调味品专项整治社区宣讲



本报讯(记者 李丽)3月7日,为深入推进“保卫舌尖”调味品专项整治行动,结合太原市市场监管局《关于开展2023年3·15国际消费者权益日“创优消费环境 提振消费信心”主题活动的实施方案的通知》要求,太原市市场监管局会同市卫健委、市疾控中心、杏花岭区市场监管局和市盐业公司在桃园区域党群服务中心举办了“调味安全专家谈(食盐)”专题讲座,桃园社区居民50余人来到了活动现场。

活动中,市疾控中心地病科科长柳静以“因地制宜,科学补碘”为题给社区居民讲解了碘的生理功能、缺碘的危害、碘缺乏病的预防、补碘的方法及碘盐购买和使用、贮存的小知识。省盐业公司太原分公司的王丹对食盐的用途、功效、认识误区等进行了宣讲,并与社区居民互动交流,现场解答了居民食盐消费中的疑问和困惑。

广大社区居民听完讲座后表示,盐是生活中最不可或缺的调料之一,也被誉为百味之首。但听完专家讲解,才真正了解了食盐,知晓了食盐正确使用的方法,受益匪浅。希望接地气、顺民意的讲座、宣传多一点,共同营造明明白白放心消费的良好环境。

运城移动分公司 组织开展庆“三八”主题活动

律,女员工们精神焕发、身着靓装,踏着红毯、手持鲜花、洋溢着微笑步入由男员工们亲自布置的活动现场,在大型画版前话祝福、留签名、拍合照,用别样的仪式拉开了主题活动的序幕。

现场活动内容新颖、活泼有趣、互动性强。在“你来比划我来猜”环节,大家用丰富的表情、夸张的动作,“深情演绎”着大屏上

显示的词语,来为大家传递信息;“拼出幸福感”环节,大家比手速“拼拼拼”,意想不到拼出来的图案竟是前期征集的各部门“全家福”,幸福感油然而生;在“猜笑脸”环节,10张女员工照片快闪过,通过显示照片局部进行竞猜,此环节更是把活动推向了高潮,会场内欢声笑语此起彼伏,汇成了一片欢乐的海洋。活动动静

结合,最后大家共同用画笔、颜料,以“色彩心理学”的方式,绘制了属于自己的独一无二的小挎包。

与此同时,运城移动分公司13个县分公司分会也同步举行了采摘、插花、观影、DIY、趣味游戏等内容丰富、形式多样的庆祝活动。

(稿稿 席建军 通讯员 李梦鑫)

学术

浅析预防心梗的方法

□ 朔州市朔城区人民医院心内科 汤玲

心梗是一个危险性的病症,它通常由心肌缺血缺氧造成坏死。这个病会引起强烈的胸痛,假如不及时治疗,或许会造成生命危险。所以,心梗是一个需要特别注意的病症。一旦发现胸闷和胸痛症状,应立即就诊,以便尽快限制心肌梗死。一旦心肌已经彻底坏死,疼痛症状或许会忽然减轻,但也可能会造成病人猝死。据研究显示,心梗前期症状主要有以下五点。

1、心梗的早期症状通常表现为心脏绞痛,这种疼痛最初可能较轻微,但随着病情的发展,疼痛会变得越来越严重,甚至可能导致休克。

2、很多患者会因为心肌梗塞出现喘不上气的情况,最开始只是感觉轻微的胸闷,到了后来就会觉得呼吸越来越困难,甚至会因为呼吸困难而出现头晕头痛。

3、心梗引起的心脏绞痛,很容易诱发放射性疼痛,所以在胸部疼痛的同时,患者也会伴随着后背疼痛。有时候后背疼痛,还会扩散到腰部和肩胛骨处。

4、这种病会导致患者出现牙龈发酸、喉咙紧缩、吃东西和呼吸都变得困难的状况,这表明心梗已经接近发作,因此最好及时就医检查并采取治疗措施。

5、老年人在心肌梗塞前期可能会出现恶心、呕吐等胃肠道消化不良症状,这是因为他们的身体更加敏感,对心梗的

反应也更加强烈,因此他们可能会因为这些症状而拒绝进食。

由于现代社会经济发展的进步,人民的方式也出现了巨大变化,心血管疾病的发生率也在逐年增加,心血管疾病已成为城市地区居民致死因素中最重要的一个因素,一年死于心血管疾病的患者中,心肌梗死的比例达到一半以上。近年来的流行病学调查表明,中国人心脏梗死的发生率达到了55/100000,而全球平均水平则为65/100000。特别是在城市地区,急性心肌梗死的发生率显然高出农村,男子发生率也显然高出妇女。由于急性心肌梗死具有极高的风险,甚至可能导致猝死,因此,大多数患者在发病后都需要住院接受治疗,这也使得我国一年用于治疗心肌梗死的费用变得异常昂贵。其中,导致心梗的原因有很多,据研究调查显示主要有以下三点。

1、吸烟是导致缺血性心脏病发病的重要原因之一,应该避免吸烟。心梗后必须戒烟,如继续吸烟,心梗复发必和死亡率可高于不吸烟者2倍以上。病前虽吸烟但病后能戒除,心梗复发率逐渐下降,3年后与不吸烟者程度接近。要想获得良好的长期预后,必须断然戒烟。

2、运动是一种有益的生活方式,它能够促进血压和脂质代谢,有助于降低血压并增加血中高密度脂蛋白的含量。但是,运动需根据患者的心脏功能和有无供血不足进行全面检查,然后由医生具体指导实施。

3、血脂过高:血脂过高也和吸烟一样,都是缺血性心脏病的重要危险因素之一。特别是曾患过心绞痛和心梗患者,如血清中总胆固醇增高,有引起心性死亡危险。如血脂过高,应先从饮食上加以控制,无效可采用药物治疗。肥胖、高血压、糖尿病控制肥胖、高血压、糖尿病对预防急性缺血性心脏病有重要意义。应注意的是,过度降压可使冠状动脉灌流量下降,可加重心绞痛,要警惕。

老人在患有顽固性便秘时,应特别注意,因为气候骤然改变、剧烈活动、排便时用力过度、精神紧张或过度激动等因素可能会引起高血压上行,使毛细血管受到的压迫增大,血液速率增快,进而使粘附于毛细血管壁上的某些钙化斑被冲入血液中,进而引发急性心肌缺血,最终引起心脏跳动骤停。所以,慢性冠心病患者应该特别注意保暖,尽量避免过

分辛苦,维持心理平衡,并防止便秘,以防心梗的发作。

急性心肌梗塞死是一类危及生命的心血管疾病,其表现为胸骨后剧痛,并伴有心率紊乱、心血枯竭等多种并发症。临床研究表明,西医在诊断急性心肌梗死时,主要依靠心电图检测,但一旦不能及时进行有效治疗,或许会造成严峻的结果。因此,临床治疗医师应该积极采取有效的医疗保护措施,以期尽快解除病人的病症,并确保病人的安全。临床上,治疗患者的主要方法是使用镇痛药物或调节血液容量的药物,以减轻疼痛并改善患者的健康状况。中医理论认定,急性心肌梗塞死可以归类为胸痹心痛,是一种严重的疾病。采取活血化瘀、疏通经络等措施,以调节患者的身体状况,改善其健康状况。通过采取有效的治疗措施,我们可以有效地帮助患者康复。在临床实践中,心肌梗塞患者可以通过结合中药和西药的方式进行治疗。研究表明,采用预防性护理方式能够显著降低病人可能出现的发生意外状况和并发症影响,因此,在实施治疗前,应该全面了解病人的信息,并制定出有效的应对方案,以减少发生意外造成的不好负面影响。在护理过程中,我们会密切注意病人的各种重要指标,及早发现异常并采用预防措施加以治疗。此外,我们还会针对病患的个人情况为他们提供有效的指导。