

众媒体聚焦“打黑英雄”

网友纷纷点起“蜡烛”,向胡沂东致敬

本报讯 一群人,为一个人鞠躬,不为敬仰,能为什么?一名警察,为众多缅怀,不是英雄,还能是什么?连日来,不少媒体、网友都在以自己的方式送别“打黑英雄”胡沂东。

胡沂东,生前任西华县公安局有组织犯罪侦查大队副大队长,曾先后在基层派出所、刑警大队工作。11月10日11时许,胡沂东在连续高强度工作3个月后,昏倒在“8·6”专案组办公室内,整整9天8夜的昏迷,终因救治无效不幸牺牲,年仅34岁。

胡沂东的事迹牵动着所有人心,牵动着各家新闻媒体。从11月17日开始,《东方今报》、《大河报》对他的事迹

进行采访,随后《人民公安报》、《河南日报》、《河南法制报》、《周口日报》等多家媒体相继刊发、报道了胡沂东同志的感人事迹。人民网、新华网、中新网、中国日报网、凤凰网、中国网、大河网等60多家媒体进行了转载报道。

11月20日大河网、中原网官方微博发布“周口34岁‘打黑英雄’昏倒岗位九天后牺牲”的内容后,媒体和公安系统微博、网友纷纷转发内容,点起“蜡烛”,向英雄致敬。

11月22日,央视新闻官方微博发布了胡沂东的主要事迹,内容如下:河南西华县公安局34岁民警胡沂东倒下了。从11月10日在办公室因劳累过度

晕倒,到18日晚经抢救无效离世。短短9天,是他从警以来最长的一次“假期”,然而他再也无法回到岗位上了。致敬英雄,一路走好!这条微博转发1467,评论1489,点赞7790。

网友“派出所女警”:有一个年轻的战友走了,虽然不曾相识,但看到这身警服却很相近。每次看到这样的消息,都很心痛、心酸、流泪难过!唉!祝福。一路走好。

网友“暖心日记我wlove”:不知道为什么看着看着就流泪了,感觉这么好的警察,年纪轻轻就……好难过,你留给人间的温暖安宁一直都在,请一路走好,愿你在另一个世界安好。

(范凤梓 郭柯岩)



项城市深入贯彻实施全民健身计划,着力建立“政府为主导,协会为主体,城乡联动,全民参与”的全民健身机制,不断丰富群众体育活动,促进了全民健身活动蓬勃发展。图为该市市民在驸马沟生态公园参加健身活动。

张永久 任新军 摄

暖手宝质量参差不齐

市民购买要选择正规商家

本报讯(记者窦娜)天气转冷,方便又实用的暖手宝开始受到市民青睐。然而,一些厂家一味追求低成本,使得市场上的暖手宝质量参差不齐,暖手宝伤人事件时有发生。为此,工商人员提醒消费者,在购买时一定要选择正规的商家,注意查看合格证、说明书是否齐全。

11月26日,记者走访发现,超市、学校门口、批发市场到处可见暖手宝销售。在荷花市场,各式各样的暖手宝更是让人眼花缭乱。正在挑选暖手宝的张小姐告诉记者,虽然她工作的地方有空调,但是每到冬天手还是冰凉,所以打

算买个喜欢的暖手宝拿着。当记者问她如何挑选时,张小姐摇了摇头,“不知道,种类太多了,也不知道什么样的好,买一款价格高点的,应该不会有啥问题吧。”张小姐说。

“随着天气的不断变冷,最近几天买暖手宝的顾客很多,有的是自己用,有的是买给家里老人用。”一经营暖手宝的老板告诉记者。

在一个摊位前,记者拿起了一款卡通造型的暖手宝,发现该产品的外包装盒上既没有厂名、厂址,也没有生产日期。当记者询问是否有合格证时,老板表示,“你就放心用吧,我

一天要卖出去十几个,质量肯定没有问题。”

记者了解到,目前市面上较为常见的暖手宝有三种,价格不等。一种是传统的热水袋,价格便宜,但是由于使用起来比较麻烦,不是很受消费者欢迎;一种是通过化学反应来发热的,温度大约40℃左右,俗称充液型暖手宝;还有一种是电暖手宝,与传统的热水袋相比,省去了添水的麻烦,只要插上电源过上几分钟就能发热,深受消费者喜爱。

针对近年来电暖手宝伤人事件的频发,记者采访了几位市民,大多数人

表示,并未留意暖手宝是否存在安全隐患。“我没仔细看过有没有合格证,每年的冬天都会使用暖手宝,一般只要充电不超过规定时间,应该是很安全的吧。”市民乔小姐说。

据介绍,电暖手宝伤人主要来源于温控器失灵,在电暖手宝内部有一个温控器,当水温到达一定温度时会自动断电保证安全。温控器失灵时,里面的液体不断加热,进而气化,产生的巨大压力导致爆炸。电极式暖手宝中的水是带电的,如果暖手宝的绝缘层厚度不够,或是密封口不严导致水漏出,都可能产生漏电现象。

就如何挑选暖手宝,工商人员支招,购买时要到正规商场,挑选使用说明、合格证明、检测报告齐全的产品,勿贪图便宜。使用前,应仔细阅读产品说明书,严格遵照操作规定。

线索提供:路劝

“防艾”要从注重自我保护做起

健康不仅是人生的第一财富,更是生命的象征,幸福的保证。由此可见,保持身体健康对人生的重要性不言而喻。然而,由于部分高危人群不能积极正确对待艾滋病,不愿或不主动接受检测,导致我国目前近50万艾滋病病毒感染者尚未发现,进而增加了传播的风险。

很显然,在“防艾”工作日益形势严重的情况下,我们每一位公民都应该有义务和责任为此而做些什么。积极主动面对艾滋病,保持自我健康,不

仅仅是艾滋病患者的责任,更是健康人的责任。任何对艾滋病患者的歧视和不愿或不主动接受检测的消极行为,都是不可取的。

艾滋病传播途径广泛,不仅可以性传播,而且也可以通过母婴传播、血液传播。因此来说,每一个人都要有意识,做好自我保护尤为重要。总而言之,珍惜生命要从自我保护做起,积极面对艾滋病,并及时接受检查和治疗,才是正确对待并战胜艾滋病的应有做法和态度。

(张林)

HIV检测“窗口期”及其计算

HIV检测“窗口期”指人体感染HIV后对HIV病毒作出的免疫反应,即体内产生HIV抗体所需的时间。医学上又叫“血清阳转”(seroconversion)。在窗口期内,虽然HIV感染者血液、精液(或阴道分泌物)、乳汁中可能已经有很高浓度的HIV,但血液内没有HIV抗体,此时在窗口期内进行血液HIV抗体检测,有可能查不到抗体造成漏查误诊,所以必须要过了“窗口期”才能准确检查艾滋病。据医学研究表明,人体感染艾滋病毒后,产生艾滋病毒抗体的时间短的为2-3周,长的为2至3个月,

平均时间约为6周;如果使用比较先进的检测试剂,一般在感染2-6周都可以检测到病毒抗体从而能及时发现病

“窗口期”计算方法:“窗口期”的计算应从高危行为之时或是接受输血之时算起,也就是说,如果你是1月1日发生高危行为或是接受输血,那么,你接受抗体检测的时间应该是从1月1日算起6周后,也就是2月12日,如果还需复查,那么需要从1月1日算起,3个月后进行复查检测,一般人6周以上检测阴性就无须再担心被感染。

(张林)

艾滋病人的饮食注意事项

人体感染艾滋病病毒(HIV)后,由于多种原因会造成身体的代谢、食物的消化吸收发生变化,绝大多数人会出现一些影响营养素摄入和利用的症状,如腹泻、食欲不振、恶心呕吐等,由此会加重患者的营养缺乏,降低身体对疾病的抵抗能力,并影响其生理功能。专家指出,艾滋病患者除了进行药物治疗外,还应该注意营养支持,营养状况是确定艾滋病病人生存时间长短的一个重要因素。当艾滋病患者出现不同的症状时候,当及时注意补充营养。

忌食生、冷、油腻防腹泻

慢性腹泻是艾滋病常见的并发症,是患者体重降低的一个主要的促进因素,而体重降低其生存时间明显短于体重正常的病人。因此,减轻腹泻、提高食物的吸收率,对维持病人正常的体重是十分必要的。专家说,艾滋病患者预防腹泻应食用一些含脂肪低的食物,每天摄入脂肪在40g左右,不要食用过多,难消化会加重腹泻。食物烹调时应限制植物油的使用,以蒸、煮、炖、烧等方法为主,禁用油炸、煎、炒等。另外,每天蛋白质摄入量应在100g左右,能量在10.46-12.55MJ(2500-3000kcal)之间。可吃一些脂肪含量较低而蛋白质含量丰富的食物,如瘦肉、鸡肉、鱼虾等海产品、豆制品等。避免吃纤维多而粗糙的食物,比如有籽、带皮的水果和蔬菜、豆类、玉米、洋葱、蒜、菜花、面包和花生等。纤维含

吃不下饭时有方法

对于患者吃不下饭,专家说也可以应对的,但要遵循原则,比如备一些营养丰富的食品放在身边,以便觉得胃口时可以进食;少食多餐;细嚼慢咽,这样能使胃不至于太快充盈;在进食前不要喝太多的液体,如水、饮料等,进食时喝少量的液体,两次进餐之间喝一些汤;喝有营养的饮料,如牛奶、豆浆与酸奶;在晚上睡觉前可以吃些食物;在一个放松的环境,与朋友一起听喜欢的音乐进食。

嘴中有异味要变化饮食

如感到吃肉的口味不好时,换吃鸡、鸭、鱼或蛋;设法增加食物的香味,如在蔬菜中加些香肠、火腿、咸肉或葱等以刺激食欲;有时调味品能去除异味,可在食品中加入醋、柠檬汁,也可吃些泡菜、咸菜;多喝茶、水、咖啡、水果或者糖;不吃有强烈腥味的食物如

说是常见的症状,炎症会导致疼痛,某些药物可以造成口干,从而影响进食。专家介绍,口腔或咽喉有炎症或肿胀时,则首先应消除炎症;不要食用粗粮、含纤维高、需要大量咀嚼、坚硬的食物;要吃软食,蔬菜和肉都应切得很细;如软食也不能下咽,则吃半流质,如蘑菇马铃薯汤、鸡蛋玉米汤、香蕉粥,粥类,婴儿用食物也是不错的;避免吃太酸或太咸的食物,橙汁、葡萄汁等酸性果汁也不要饮用,会刺激口腔;不吃辛辣的食品;要吃温食,不要吃太烫的食物;冰棒、冰激凌类的冷冻食品可以减轻吃东西时的疼痛和吞咽,可以试着把一些可以作成冰棒的食物以冷冻方式处理后食用;

用吸管、杯子或直接饮用半流质,比用匙吃刺激口腔的机会少。有些药物的副作用可以导致口干,可以多喝一些清淡的果汁(如苹果、水蜜桃汁);吃些较酸的糖果,使分泌的唾液湿润口腔;必要时找医生开一些人工唾液。

(张林)

唾液能否传播艾滋病?

唾液中的确可查到艾滋病病毒,但其中的病毒量是很少的。艾滋病病毒要达到一定量才能引起传播。有人推算过,如果要使唾液中的病毒达到致感染量,恐怕要一次吞下20毫升以上感染者的唾液。另外美国科学家发现,人的唾液中有一种“分泌性白细胞抑制蛋白酶”的蛋白质,这种蛋白在试管中可以

新闻110
8202345 8282345

欢迎提供新闻线索

每月评奖,由广文电影城(美帝庙对面)提供奖品。
订票电话:8523999 8598852

工农路南段道路应拓宽升级改造

川汇区王先生(电话139xxxxxxxx):工农路南段是市区通往新火车站的重要道路,工农路南段道口已经开始拆除。南段道路应去除无用的绿化带,拓宽机动车道,以保证车辆畅通,确保通往新火车站道路畅通。

哪里可以接纳捐赠的衣物

川汇区李女士(电话135xxxxxxxx):家里整理过冬衣物时,发现有不少过时的衣服,衣服没有破损污渍,还有使用价值,想捐赠出去,转给有需要的人。记得以前每周末有义工在人民商场接收,现在没有了。这些衣物怎么捐,捐给谁?有具体地址最好,我们自己出邮费。

建议在大庆路桥北头安装摄像头

川汇区陈女士(电话136xxxxxxxx):建议在大庆路桥北头(大庆路与滨河路交叉口)安装摄像头,或者交警指挥,这几天阴天,在这个路口堵了很多车辆,非常不利于市民通行。特别是在上班下班、学生上下学的高峰期,车辆拥堵特别厉害。

商水南干渠污染严重

商水张先生(电话135xxxxxxxx):南干渠是商水县城的主水系之一,污染严重,住在一个臭气熏天、到处都是蚊蝇的环境里有什么生活质量?为商水更美好,更适合大家居住,建议有关部门关注此事,进行改造。

市区交通设施规划应更合理

川汇区周先生(电话137xxxxxxxx):七一路粤海美食广场对面,马路隔离栏随意拐弯,造成慢车道中断,很不合理。另外,七一路与八一路交叉口安全岛对着慢车道,造成行人、非机动车通行时也很不方便,建议隔离栏取直,安全岛取消,请市交警队考虑。

商水一高不能这样欺骗学生

商水一高学生(电话135xxxxxxxx):我是商水一高一年级学生。开学时老师说,宿舍是楼房公寓,8人一间,开学后却让我们住进了破瓦房,脏乱不堪。我们找学校理论,他们说,每人退还我们400元,然而这学期快过去了,还不退给我们,学样不能这样欺骗学生。

(本报记者)

微电影《民情日记》感动中原群众

本报讯(记者卢好亮 通讯员胡恩来)

近日,一部廉政微电影故事片《民情日记》,唱响了中原大地反腐倡廉的赞歌,展现了党的好干部勤政爱民、刚正不阿、一身正气的工作作风,仅仅一周左右时间,先后在新浪网、搜狐网等国内几十家网站转播,点击率达39万多次。

一部15分钟的微电影故事片,讲述了豫东一户群众的疾苦、冤情和呼声,故事中的主人公是一名纪委书记,他廉政

爱民、一身浩然正气,敢于坚持正义,勇于担当为群众做好主,用一心为民的真情,拆除了阻断群众与干部之间的高墙,赢得了群众的拥戴。该影片故事虽短,但反映的问题深刻,感人至深。

本片的编剧、导演范卜斗,是中国小说学会会员、中国编剧协会会员、河南省作协会员。近年来,他利用业余时间,为省、市电视台创作电影作品20余部,出版和发行了多部长篇小说,是一名高产作家。

怎么克服艾滋病恐惧症

艾滋病恐惧症又叫恐艾症,是指患者怀疑自己感染了艾滋病病毒,整天处于恐惧和焦虑之中,从而造成全身抵抗力下降,出现肌肉痛、头痛、咽炎、皮炎、腹泻、口腔感染等类似于HIV急性症状的病症。据统计,艾滋病患者中近三成是性病、艾滋病恐惧症者,而在现实生活中恐艾症患者的比例更是远远大于HIV感染者。

恐艾症患者往往从怀疑被感染以来,书没少看,电话没少打,当然在网上浏览相关的网站更是数不胜数。更为重要的是还做了若干次检测。结果当然是阴性。但他们仍然担心自己:如果不准怎么办?如果窗口期长怎么办?如果……若干个如果加在一起,只能让你更加担心,更加忧郁,更加惶惶不安……怎么办呢?

首先应该弄清楚感染以后有症状和无症状的问题。感染后有症状,那是发生在感染后的十天左右。而且症状看起来极像感冒。很多人因为症状极像感冒,便会忽略过去。而且这种人绝大多数是压根不会在意自己是否被感染。有了症状也意识不到。现在的问题是,来咨询的朋友,从一开始就怀疑自己被感染,那么有心理作用,势必会天天琢磨,自己是不是会有急性感染症状啊。想来想去,这症状还真争气,来了。于是乎,就更加担心。听一位朋友说,他这样担心的结果是,三天体重减轻了7公斤!

(张林)

如果确实感染了艾滋病病毒 应该怎样办

一旦查出艾滋病病毒抗体阳性,说明你已经成了艾滋病病毒感染者。艾滋病的潜伏期一般较长,在长达几年或十几年的潜伏期内,可以没有任何症状,就像健康人一样,而潜伏期的长短,一方面固然与病毒的毒力有关,另一方面还与受感染者的健康状况、营养情况、精神因素有关。所以既来之

则安之,应该保持乐观情绪,合理营养,适当锻炼,避免再感染其他疾病。

另外就是定时就医,遵从医生嘱咐。还有一点需要注意的是请将被感染的事实告诉你的配偶或性伴。坚持正确使用安全套,无论从道义上或法律上你都有责任不将艾滋病病毒传染给他。

(张林)

艾滋病系列宣传之一

主办单位:周口市卫生局 周口市疾病预防控制中心