

我区启动中医药特色示范社区卫生服务站(村卫生室)建设 打造家门口的“升级版”中医服务

“你的血压偏高,接下来还是要继续吃药。”在朱泾镇牡丹村卫生室,村民张华梅用了不到15分钟就完成了看诊配药。她表示,以前那个旧的村卫生室比较拥挤,现在这个新的村卫生室干净又敞亮,而且在家门口就可以享受到中医特色诊疗服务,真的很方便。

原来,我区正式启动了上海市为民办实事项目——中医药特色示范社区卫生服务站(村卫生室)建设。其中,朱泾镇牡丹村卫生室与金山卫镇农建村中心卫生室入围建设站点。

牡丹村卫生室设有一个候诊区、一个中医诊室、两个中医治疗区和一个全科诊室。中医治疗区配有中医特色治疗床以及5类以上中医特色诊疗设备,包括电针仪、艾灸仪、火罐、中医定向透药仪等,已基本满足建设示范服务站的场地和设备配置

要求。

此外,村卫生室现有四名新乡村医生和一名中医副主任医师多点执业,每周一次坐诊,开展中医诊疗及带教工作,覆盖周边居民1万人左右。

据了解,牡丹村中医药特色村卫生室建设工作正在有条不紊地推进中。除了已经完成的中医诊疗区装修外,今后还将配备更多中医诊疗设备,并加大人员配置,提升服务等级,以便更好地服务村民。

“我们计划引入非物质文化遗产‘邵氏推拿’工作室,并邀请‘陆氏针灸’传承人到村卫生室开展带教及特色诊疗,真正实现为村民办实事,更科学地开展便民医疗工作。”朱泾社区卫生服务中心主任杨旦红表示,未来,上海中医药大学也将共同参与建设乡村中医示范点。

另一边,位于金山卫镇的农建村

中心卫生室也正在如火如荼地施工中。据介绍,农建村中心卫生室于6月上旬正式开始改建。为了满足村民就医需求,村卫生室临时搬到了附近的“集装箱”里,虽然地方不大,但每天都有不少村民早早来排队。

“我是夏峰医生的‘忠实粉丝’,以前都要跑到镇上的医院才能看病。自从夏峰医生和漆舒娴医生带着中医医疗服务来到了村卫生室,我就特地在他俩坐诊的时候赶早来挂号。”村民裴小英表示。

改建后的农建村中心卫生室不仅将具有中医风格,还会把中医诊室和治疗室扩大,添置中医诊疗设备,以居民需求为导向,扩展服务内容。

“目前,该村卫生室已开展6类18种中医适宜技术,包括针灸、定向透药、穴位注射等。为充分发挥中医药特色服务,后续我们打算引进金山

区非物质文化遗产项目‘裴氏儿科’,延伸儿童中医药服务。”金山卫镇社区卫生服务中心副主任朱海虹说。

据了解,中医药特色示范社区卫生服务站(村卫生室)建设是上海2022年为民办办实事项目之一,旨在通过升级居民“家门口”的中医药服务平台,为居民提供多途径、多形式、多功能、综合性、高品质的中医药健康服务。

接下来,牡丹村卫生室和农建村中心卫生室将以建成“上海市中医药特色示范村卫生室”为契机,积极打造与人民群众日益增长的中医药健康服务需求相适应,集宣传教育和文化体验功能于一体的中医药文化传播普及平台,让居民在家门口就能享受到便捷、优质的社区中医药服务,助力健康金山建设。

记者 杨惠聪 朱磊

仿野生种植将食用功效最大化

位于亭林镇的上海尊斛堂中草药种植专业合作社,是上海最大规模的铁皮石斛种植基地之一,也是上海市铁皮石斛种植标准化试点项目。多年来,一直以仿野生、不施人工肥、不撒农药的种植模式培育铁皮石斛,日前,该合作社也正式获批有机产品认证。

走进基地的种植大棚,一股热浪扑面而来,为了让铁皮石斛适应自然的生长环境,虽然天气炎热,合作社并没有采用降温措施。合作社负责人叶盼盼表示,让铁皮石斛经历四季的循环,其中的一些有效成分、食用功效能最大化。“我们还挖了蓄水池,用蓄积的雨水灌溉,这样能保证和外面的一些河道水分开。”

据了解,合作社共种植铁皮石斛150亩,亩产仅100斤。之所以产量不高,源于这里的石斛采用仿野生的种植方式。“所谓的仿野生,就是不添加人工的一些肥料,我们种植的基质是玄武岩的石子,跟北方落叶松的树皮混合。”叶盼盼补充道。

其实,种植一株小小的“仙草”并非易事。在合作社培育室的几个玻璃瓶里,石斛的幼苗正在缓慢生长。叶盼盼介绍,从育苗开始,要经历三年才有产量。其中,培育种子要一年,种下去直到第三年才能开始采收。“其实石斛是单棵的,我们吃的那个茎是一年生的,并不是每年长一点。”据悉,石斛的采收期为每年清明节前后,采收后,经过过去叶、烘干、磨粉,制作成铁皮石斛粉,冲泡饮用。

记者 朱林 冯秋萍 通讯员 李嘉俊

消费的参谋 维权的后盾

热带水果火龙果越来越受到人们的喜爱,它果肉饱满,口感香甜多汁。目前市场上所能买到的火龙果,主要有两种,一种是白色的,一种是红色的。

红心火龙果、白心火龙果的区别

1.外貌不同

红心火龙果,白心火龙果,虽然看着都是一样的,但是你把它们放在一起去进行对比的话,你会发现红心火龙果,要比白心火龙果的个头小很多。

其次就是白心火龙果表面的鳞片,会比红心火龙果表面的鳞片更丰富,厚度也是有所不同的,白心火龙果的鳞片要厚很多。

最后则是红心火龙果的形状更圆润一点,而白心火龙果主要是椭圆形。

2.口感不同

红心火龙果虽然个头较小一点,但是它的甜度会更高,其实甜度是白心火龙果的两倍以上,口感也更滑嫩一些,吃起来的味道,会比较好吃一点。

白心火龙果的甜度虽然不高,但是它的水分特别充足,比红心火龙果要丰富很多,口感吃起来会更多汁。

3.营养价值不同

两款火龙果中,营养价值最高的是红心火龙果,因为它内部所富含的花青素,胡萝卜素等营养成分,均要高于白心火龙果。

4.保存时间不同

白心火龙果的水分充足,在炎热的夏季很容易就会出现腐烂,因此保存时间只有两周左右。

而红心火龙果就不一样了,水分较少、口感甜,因此可以保存一个月以上,放在冰箱中保存的话,时间还会得到提高。

如何挑选火龙果

1.看外观,火龙果越新鲜,那么它的外观表皮就越新鲜,如果火龙果表皮是起皱干巴,就已经不新鲜了。

2.掂重量,同等大小情况下的火龙果,用手去掂一掂,重量越重水分就越足,水分越足,口感自然就会更佳。

3.用鼻子闻,火龙果是一种会散发果香味的水果,它的香味越足就证明其成熟度越高,口感就越佳,要是其没有味道,或者是有异味的,不是没成熟就是已经变质。



陆永忠完成60米长卷《问路》 用金山农民画记录欧洲徒步之旅

近日,金山农民画家陆永忠根据自己的欧洲徒步之旅,创作完成了一幅60米的长卷作品,取名叫《问路》。

随着画卷缓缓展开,一幅具有异国风情的金山农民画展现在眼前,小镇、城堡、山川河流……这些都是陆永忠多年前在欧洲徒步时的所见所闻。“我是2013年从法国徒步到西班牙,将近2000公里,这一路上经历很多风雨,听到了很多故事,晚上在帐篷里,我就整理出来。”

从那时起,陆永忠就开始构思起稿,要将这段特别的经历,用金山农民画的形式画成长卷,现在已完成60米。陆永忠介绍,这幅作品有个特别之处,整个画卷的边缘线,都用白色勾线,并在线条里点缀了红、绿、蓝三点,“红色代表太阳、绿色代表大地、蓝色代表天空。”

之所以这样构思,源于陆永忠旅途中经历的一场生死考验。“在西班牙这条线路的时候,6月份最高温就达到42℃,可能因为疲劳引起肠子打

结,然后病危通知到家里,在当地住了半年医院才好起来。”陆永忠觉得,白色的线就像经脉一样,三个点就代表了生命,整个徒步的旅程,就是叩问生命的一个过程。

这次创作之于陆永忠,不仅是对这段旅程的一次记录,也是传统农民画和异国文化的一次融合。陆永忠透露,他计划将欧洲的四条经典徒步路线全部画下来,一共画四卷,一卷分为四段,总长300米。

记者 朱林 冯秋萍/文 庄毅/图

褒扬诚信典型

守承诺 重诚信 为老理发从不失约

理发师华戒蹀,始终秉持“优质服务、诚实守信”的理念,严格履行职业道德规范,深受顾客好评。自2016年初,金汇居委会《党建红色联盟》——“为老理发服务”创办以来,得到其大力支持和帮助,承诺每月20日为小区75周岁及以上的老年人免费理发,从不失约。小区老年人常说,华戒蹀态度温和、热情服务、言而有信,为我们老年人做好事,不求回报。

在2022年5月,华戒蹀严格按照上海市防疫规定要求,申报商业复工复产,签订信用承诺书,并积极配合居委会工作,每天对到店顾客核验场所码、体温和健康码。同时,按照防疫要求,恪守承诺,每天坚持做核酸检测,从不漏一人。

通讯员 吴洪涛

遗失声明

上海市金山区怡鑫阁首饰店遗失营业执照副本,统一社会信用代码:92310116MA1LWF5L7W,声明作废。

上海市金山区鲜惠多超市遗失食品经营许可证,编号:JY13101160070607,声明作废。



大大方方“晒”价格

单位:元

日期:2022年8月29日

类别	品牌	商品名称	规格	参与单位					
				华润万家石化	农工商石化	世纪联华朱泾	吉买盛朱泾	大润发石化	永辉石化
散装广式月饼	杏花楼	杏花楼蛋黄莲蓉月饼	100g/只	9.8 8.26-9.15	11	9.9 8.17-9.4	9.8 8.22-8.30	10.5 8.17-8.30	11.8
	冠生园	冠生园红豆沙月饼	48g*8粒/盒	23.8	20.9 8.5-9.10	23.8	20.9 8.22-8.30	24.8	26.8
散装苏式月饼	功德林	功德林净素月饼(苏式)玫瑰细沙	80g/只	7.8 8.26-9.15	8.3	8.8	7.8 8.22-8.30		9.5
		功德林净素月饼(苏式)上等五仁	80g/只	9.8 8.26-9.15	10.8	10.6 8.17-9.4	9.9 8.22-8.30	10.5 8.17-8.30	10.9
盒装广式月饼	杏花楼	杏花楼广式月饼(精装纸盒)	800g/盒	82.8 8.26-9.15	85	95	82 8.22-8.30	88 8.17-8.30	89 8.17-8.30
	冠生园	冠生园茗雅荟(广式月饼)	720g/盒	118	109	118	105 8.22-8.30	112 8.17-8.30	138
盒装苏式月饼	功德林	功德林功德金秋礼盒月饼	648g/盒	85 8.26-9.15	85	99.8	82 8.22-8.30	94.8 8.17-8.30	99 8.13-9.30

备注:1、上述价格为各经营门店上报的所售商品标价签上所示的当期价格。2、标价最高的用红色表示,标价最低的用绿色表示。3、石化农工商指农工商115店(蒙山路店)。4、晒价格网址: <http://www.jsfgw.gov.cn> (“价格行情”栏目) 5、联系电话:57921072

金山区发展和改革委员会编