



姚永康将成我区第14位造血干细胞捐献者



本报讯(记者 卫婉倩)昨日上午,区红十字会、区邮政分公司联合举行造血干细胞捐献欢送会,对捐献者姚永康的大爱善举致以崇高的敬意。

姚永康是区邮政分公司叶甸支局一名80后投递员,2018年4月15日加入中华骨髓库,成为一名造血干细胞采样志愿者。今年6月,他与一名血液病人的

HLA(人类白细胞抗原)初配成功,在采样匹配一致、体检合格后,捐献时间定在9月份。然而,在一切工作准备就绪时,区红十字会突然接到患方医院消息,患者肺部感染严重,捐献工作被迫暂缓。好在患者经过治疗病情趋稳,捐献得以继续。

昨日,姚永康入住南京医科大学附属泰州人民医院,做捐献前准备工作,10月22日,他将正式捐出造血干细胞,用自己生命的种子点亮另一个生命。他将成为我区邮政系统第1位、我区第14位、泰州市第72例造血干细胞捐献者,彰显我区青年满腔热血、敢于担当的美好品质,生动诠释红十字“人道、博爱、奉献”的大爱精神。

区领导调研 党建引领基层社会治理工作

(上接1版)要优化网格运行机制,始终坚持党建引领,科学设置网格结构和服务容量,确保全覆盖、不交叉、无遗漏;要建强网格工作队伍,定期开展业务培训与应急演练,完善考核激励措施,持续增强会巡查、会报告、会处置、会服务的实战本领,不断激发岗位荣誉感和职业进取心;要细化网格事项清单,聚焦群众关心关切的民生问题,及时提供便捷优质的贴心服务,推动小事不出“格”、大事不出“网”,让网格员真正成为服务群众的“贴心人”。

泰州市“绿书签行动”暨姜堰区“俞音乡韵 阅光漫读”主题阅读活动启动

(上接1版)活动在课桌操《护苗成长 俞音响起》中拉开帷幕。红色故事分享《传承红岩精神 接续奋斗火炬》、讲演诵《上春山》、歌舞《书香年华》、情景诵读《读书人是幸福人》等节目,用优秀的传统文化丰富未成年人的阅读空间,不断汇聚新时代昂扬奋进的强大力量。

近年来,我区坚持以习近平总书记关于未成年人保护工作的重要论述为指引,扎实推进网络空间治理与校园周边文化市场整顿,广泛开展“绿书签行动”宣讲、“堰尚书香·大篷车”进校园、“俞”见成长,绿色书签伴童行”等系列主题活动,精心构筑青少年儿童健康成长的“精神防护林”。

让每一名青少年都能在阳光下快乐茁壮地成长,是全社会的共同心愿。我区将以此次活动为契机,着力完善“大护苗”工作格局,纵深推进“护苗·绿书签”主题宣教、“护苗·志愿红”文明实践、“护苗·法治蓝”安心守护等系列活动,以“护苗”促“育苗”,同心协力为广大青少年健康成长营造繁荣清朗的网络空间和文化环境。

广交会首日我区企业表现亮眼

(上接1版)和美五金制造有限公司连续多年参加广交会,今年该公司申请了2个精装五金展位,重点展示新研发的游艇停泊件和地板支撑件等产品。由于性能处于国际领先水平,且具备较高的技术壁垒,备受客户青睐,吸引30多家采购商驻足洽谈询价,其中意向客户5家,现场与荷兰客户签下一笔50万美元的地板支撑件大单。

扬动股份有限公司展位询价客商络绎不绝,一名意大利老客户早早来到现场,下单10万美元。该公司最新研发的符合欧五标准的新型船用柴油机,功率段提升覆盖10千瓦到70千瓦,不仅留住一大批西班牙、德国等欧洲国家的优质老客户,建立长期合作关系,也为未来开拓新兴市场奠定坚实基础。

据介绍,区商务局将继续发挥自身职能优势,做好参展企业的服务保障和协调对接,安排专员现场跟踪,助力企业充分利用广交会平台优势,寻找新市场,展示新产品,全力促订单,为推动我区外贸企业高质量发展提供有力支撑。

骨质疏松症可防可治



本报讯(记者 杨雯)10月20日是世界骨质疏松日。骨质疏松症是可防可治的慢性病,应该坚持从生活方式入手早做预防,专家建议中老年人更应早诊断、早治疗。

骨质疏松症是骨头单位体积

内的骨量减少、骨头的脆性增加、最终造成骨折的全身性的疾病,也是中老年人最常见的骨骼疾病,许多骨质疏松症患者在疾病早期会出现相应的症状。姜堰中医院骨伤科副主任医师夏国栋介

绍:“大多数中老年患者都会出现弯腰驼背、腰背部疼痛、髋膝关节酸软的症状,可以通过拍片子、做骨密度检测和抽血查维生素D含量来判断是否存在骨质疏松。”骨质疏松症可防可治。均衡低盐饮食,增加饮食中钙及适量蛋白质的摄入,适当补钙,有助于肌力的提高和骨质疏松的预防。夏国栋说:“预防骨质疏松可以通过体育锻炼、多晒太阳、口服鲜牛奶、鸡蛋高蛋白饮食来补充,烟酒浓茶要避免。”

专家建议,患者出现骨质疏松症症状后,应及时到医院进行药物治疗,防止骨折。夏国栋说:“骨质疏松有骨量减少、骨质疏松、重骨质疏松三种,如果查出来是骨质疏松,可以通过药物调节来纠正骨质疏松,比如像补充钙剂,还有吃抑制破骨细胞的、促进钙吸收的药物,来调整骨质疏松的状态。”

粉红丝带关爱日:少生气多运动

本报讯(记者 王苏闽)“粉红丝带”作为乳腺癌防治活动的标识,用于宣传和倡导“及早预防,及早发现,及早治疗”这一观念,已成为全球乳腺癌防治活动的公认标志,每年10月的第三个星期五即为粉红丝带关爱日。

随着社会经济的发展,女性的生育年龄越来越晚,加之工作和生活的压力不断增加,经常性加班熬夜,各种因素导致现代女性乳腺癌的发病率居高不下。数据显示,全球平均每26秒就有一名女性被诊断出患有乳腺癌。近年来,我国每年乳腺癌新增病例以2%~3%的比率增长,并且乳腺癌发病人群逐渐年轻化。区妇幼保健院副院长、副主任医师陈小芳讲

解道:“乳腺癌早期主要是乳房出现无痛单发的小肿块,它在乳房内不太容易推动,随着肿瘤的增大,可以出现乳房局部隆起,表面出现凹陷,就是我们经常所说的“酒窝征”;如果有皮下淋巴管被癌细胞堵塞,就会出现皮肤呈橘皮样的外观,腋窝淋巴结转移的时候,可以在腋下摸到一些肿大的淋巴结。”

医生表示,虽然乳腺癌的发病率较高,但是早期发现并经过系统治疗,治愈率可达95%,建议女性放宽心。健康的女性可以在发病前开展自检,以便及时发现、及时治疗。40岁以上女性应该每年到医院进行一次乳腺癌筛查。陈小芳说:“遗传因素,咖啡、酒等刺激性饮品的摄入、吸烟、缺乏哺乳

谨防乳腺疾病

经历、高脂饮食等都是乳腺癌的重要诱因。健康的生活方式对于预防乳腺癌也是很有帮助的,平时少饮用刺激性的饮料,积极运动,避免肥胖,减少体内脂肪的沉积。”

数据显示,乳腺癌发病率位居女性恶性肿瘤的首位。陈小芳提醒市民,乳腺癌早期筛查及早治疗,可以大幅提高患者的治愈率,并从乳腺癌的发病概况、发病原因、诊断、治疗,以及预防措施、自我检查方法等方面作了详细介绍。陈小芳指出:“乳房为肝经所主,是反映人体情感压力的部位。情绪不安、心绪郁闷最容易引起乳腺疾病。女性要注意情绪的调节,有明显症状的要及时到医院就诊。”