60周岁及以上老年人享受免费接种

# 景宁启动2025年度流感疫苗接种工作

本报讯(记者 留李涛)进入9月份, 天气逐渐转凉,流感病毒随之活跃。为筑 牢老年人健康屏障,连日来,景宁开展60 周岁及以上老年人流感疫苗免费接种工

在鹤溪街道社区卫生服务中心预防 接种门诊,老人们在志愿者的引导下有序 进行取号、登记、接种。接种台前,医护人 员仔细询问老人的健康状况和过敏史,耐 心讲解注意事项。留观区内,刚刚接种完 疫苗的老人们正坐着休息,相互交流着接 种感受。"我今年70岁,已经连续三年接 种流感疫苗,这个疫苗打了能预防流感,

让我们老人家少感冒,是非常好的事情。" 市民严易南说道。

流感是由流感病毒引起的一种急性 呼吸道传染病,冬春季高发。流感起病 急,常呈自限性,多在1-2周内康复,但部 分患者可能会发生流感病毒性肺炎或继 发细菌性肺炎、鼻窦炎、中耳炎、病毒性心 肌炎等并发症,严重者可致死亡。相较于 普诵人群,老年人群感染流感后发生重症 的风险会更高。"昨天下午,我们已经完成 150针次左右的流感疫苗接种。今天刚开 始半小时已经取了200多个号了,后续还 有很多老人过来,我们也安排了志愿者为

大家服务,让接种更顺畅。"鹤溪街道社区 卫生服务中心相关负责人介绍道。

据了解,本次免费接种对象为景宁60 周岁及以上(1965年12月31日前出生)且 无接种禁忌症的老年人,持本人身份证即 可前往户籍所在地乡镇卫生院(社区卫生 服务中心)或居住地附近的接种点接种, 接种时间将持续到9月底。

医生特别提醒,流感疫苗是预防流感 最经济有效的手段,特别是对老年人而 言,能够显著降低感染流感和发生严重并 发症的风险。建议符合条件的老年人积 极接种,为健康保驾护航。



近日,市反邪教协会携 手市科协、县委政法委、县反 邪教协会走进县实验一小, 开展"崇尚科学、反对邪教" 主题宣传活动。工作人员通 过漫画展示、案例讲解和互 动问答,向学生普及识别和 抵制邪教的知识,引导学生 做到"不听、不看、不信、不 传"。活动现场气氛热烈,同 学们踊跃参与,在寓教于乐 中增强了反邪教意识。

(通讯员 叶艳 摄)

## 县检察院开展"法治进校园第一课"活动

本报讯(通讯员 钟金燕)为进一步增 强中小学生法治意识和自我保护能力, 筑牢校园安全防线,近日,县检察院组织 检察干警走进县民族中学,以"法的模 样"为主题,开展"法治进校园第一课"活

课堂上,检察官结合中学生年龄特点 和认知规律,用通俗易懂的语言向同学们 讲解了校园欺凌的概念、特点及危害,并

结合多起真实发生案例,让同学们直观的 了解到校园欺凌的常见表现形式,以及法 律如何对违法者进行制裁、对受害者提供 保护,引导同学们树立"法律有底线、行为 有边界"的规则意识。

同时,结合现实中的案例,检察官重点 讲解了应对校园欺凌的方法,鼓励同学们 遇到欺凌时不要保持沉默,要积极寻求帮 助,遇到问题学会用法律武器维护合法权

益,并强调法律对未成年人有特殊保护,但 违法犯罪仍要承担相应的法律责任。

此次活动,不仅增强了学生对校园欺 凌危害的认识,也提高了他们的自我保护 能力,为平安校园建设注入了检察力量。 下一步,县检察院将充分发挥法治副校长 作用,持续加强检校共建,将法治教育融 入校园日常,以法治力量护航未成年人健

### 冠心病患者的急救知识普及

在当今社会,随着生活节奏的加快和 不良生活方式的增加,冠心病已成为危害 人类健康的重要疾病之一。我们应了解 冠心病患者在突发情况时的应急措施,掌 据基本的急救知识,以便在关键时刻能够 及时采取行动,挽救生命。

什么是冠心病? 冠心病,也叫冠状动 脉粥样硬化性心脏病,是由于供应心脏的 冠状动脉出现狭窄或堵塞,导致心肌缺 血、缺氧,从而引发胸痛甚至心脏骤停。 冠心病的发作常常突如其来,尤其是在运 动、情绪激动时高发,但休息时也可能发 生。所以了解一些急救措施,对于患者本 人或身边的亲友来说至关重要。

首先,认识冠心病的典型症状。常见 的表现包括:突发的胸骨后压榨感或紧缩 感,可能伴有放射到左臂、颈部、下巴、背 部或左肩的疼痛。还可能出现出汗、恶 心、呕吐、呼吸困难、头晕甚至晕厥。如果 出现这些症状,说明可能是心肌缺血或心 脏骤停的征兆,必须立即采取行动。

当发现有人出现上述类似症状时,第 一时间应保持冷静,迅速采取以下措施:

- 1. 马上让患者坐下或半躺:避免他过 度运动或站立,以减少心脏负担。保持安 静,避免情绪激动。
  - 2. 松开衣领、解开腰带:帮助患者呼

吸顺畅,减少身体负担。

3. 给予硝酸甘油:如果患者已被诊断 为冠心病,且医生建议随身携带硝酸甘油 片,可在症状出现时让患者口含一片,或 由旁人帮助放在舌下,起到扩张血管、缓 解症状的作用。注意:如果患者出现头 晕、面色苍白、血压下降,应立即停止使

4. 让患者咀嚼阿司匹林:如果没有过 敏史,且医生未特别嘱咐禁用,咀嚼一片 300毫克的阿司匹林,有助于抗血小板聚 集,防止血栓扩大,减少心肌损伤。

5. 保持安静,避免剧烈运动:减少心 脏负担,等待救援。

6. 拨打急救电话(120):这是最关键 的一步。并简要说明患者情况、地址及 联系方式,等待专业救援人员到达,注 意:在等待过程中要保持冷静,不要随意 搬动患者,以免加重病情。确保专业医 疗团队及时介入,共同为挽救生命争分 夺秒。

如果患者出现意识丧失、呼吸困难或 心跳骤停,必须进行心肺复苏(CPR):

①确认患者是否意识丧失: 轻拍肩膀,大声呼叫,观察有无

②呼叫救援:确定无反应就

立即拨打120,并请旁人帮忙取AED(自动 体外除颤器)设备。

③进行心肺复苏:如果没有心跳和 呼吸,立即开始胸外心脏按压。双手叠 放,掌根放在胸骨中部,用力向下压,每 分钟做100-120次,深度约5-6厘米。每 做30次按压后,进行人工呼吸,每次吹气 约2秒,确保胸部起伏,持续到患者意识

掌握这些基本的急救措施,能够在 黄金救援时间内最大程度地挽救冠心 病患者的生命。值得强调的是,预防永 远胜于治疗。平时应注意合理饮食、规 律运动、控制血压血脂、戒烟限酒,定期 体检,早期发现和管理冠心病风险因

总之,冠心病突发时,冷静应对、及时 施救至关重要。了解基本的急救知识,学 会正确的应对方法,不仅可以挽救生命, 还能减轻患者的痛苦。希望每个人都能 掌握这些实用的急救技能,为自己和他人 的健康保驾护航。

(澄照卫生院 黄梅娟 供稿)

健康资讯

#### 学校开启"地下接送"新模式 有效破解"一接就堵"难题

本报讯(记者 孙鹏飞 董嘉骐 张菲菲) 具公 交总站位于县民族小学东侧地块,这项民生工程创 新性地建设了与校园相连的地下通道,随着秋季开 学,地下通道对外开放,家长接送孩子不再"日晒雨 淋",也有效解决了校门口拥堵的"老大难"问题。

9月3日下午放学时段,学生们整齐列队从 地下停车场走出,家长在指定区域有序等候。多 位家长反映,以往接送时机动车占道、非机动车 穿行等问题频发,交通拥堵且存在安全隐患;如 今"地下接送"新模式显著改善了体验。家长夏 海旺欣喜地说:"以前接娃又挤又堵,现在安全舒 适,再也不怕日晒雨淋了。"

据了解,县公交总站总投资7998万元,总用 地面积约12939平方米,设置了52辆城市公交、 13辆城乡公交和26辆观光车的停车位以及家长 接送临时停车区,与县民族小学连通的地下空间 设计有效分流了上学、放学高峰时段的车辆及人 流,显著缓解石印路的交通拥堵问题,为师生和 家长提供了更加安全、畅通的出行环境。

"试行地下停车场接送不仅提升了家长体验。 还新增了数字化放学屏,可实时显示学生从班级到 车库的动态;同时增设阅读空间,帮助学生更合理 利用等待时间。"县民族小学副校长石凯俊表示。

#### 我县开展 校园食品安全联合检查

本报讯(记者 毛文茹 王柯蓉)连日来,县市 场监管局与县教育局联合开展秋季校园食品安 全专项检查行动,深入全县学校食堂及周边食品 经营单位,全面排查食品安全风险隐患,全力保 障广大师生饮食安全。

检查组先后前往县实验一小、县职业高级中 学新校区等学校食堂,针对食材原料采购验收、 加工操作、食品留样、餐饮具清洗消毒、有害生物 防制等关键环节开展细致排查。针对校园品牌 超市,执法人员重点检查了进货查验、设施设备、 贮存销售和"浙食链"应用等情况,指导企业完善 风险管控清单,认真执行"日管控、周排查、月调 度"工作机制。

检查过程中,执法人员坚持"检查与指导并 重",通过现场问询、查阅台账等方式,督促学校 严格落实食品安全主体责任。截至目前,累计出 动执法人员120余人次,检查学校食堂24家、校 园周边餐饮80余家次。

"从检查的情况来看,大部分学校能较好地落 实食品安全主体责任,对检查中发现的食品混放、 索证索票不齐全问题,我们已当场下达整改通知 书。"县市场监管局食品安全综合监管科科长柳景 景表示,下一步,将加大日常检查力度,定期开展 食品安全培训指导,守护师生"舌尖上的安全"。

#### 红星街道团结社区启动"银龄颐养"项目 守护社区老人幸福

本报讯(通讯员 徐莹莹)近日,红星街道团 结社区携手爱德基金会、县畲之虹社会工作服务 中心,正式启动"邻里守望加油e站——'银龄颐 养'助老关爱项目"。该项目采用"专业社工+志 愿服务"融合模式,聚焦社区内困难、高龄、患病 及留守老人等群体,提供理发、血压测量、心理疏 导等"一站式"服务。

活动现场,社工与志愿者备好工具,耐心询 问每位老人的发型需求。他们细致梳理、精心修 剪,伴随剪刀声,老人们发型变得整齐利落,精神 面貌焕然一新。"孩子们的手艺真好,剪完头发凉 快又精神。"80岁的独居老人曹传芝理完发后开 心地说道。

健康守护环节同样贴心周到。社工与志愿者 熟练操作仪器、记录数据,并结合结果耐心讲解健 康常识,叮嘱老人注意饮食和运动。除了身体关 怀,精神陪伴也同样温暖。大家主动陪老人聊家 常、看老照片、听他们倾诉思念,志愿者始终用心 倾听、回应宽慰,以真诚陪伴消解老人们的孤独。

此次"银龄颐养"助老关爱项目的开展,不 仅为社区老人带来了实实在在的便利和温暖,更 在专业社工与志愿者的共同努力下,拉近了邻里 之间的距离,营造出了守望相助、尊老爱老的良 好社区氛围。