离岗不离党 退伍不褪色

市中院召开退转军人座谈会

本报讯 日前，市中级人民法院召开院机关退转军人座谈会。市中级人民法院院长壮晓阳与30多名退转军人欢聚一堂，交流谈心。

座谈会上，退转军人踊跃发言，重温了各自在军营中团结一心、吃苦耐劳、保家卫国的军营故事，畅谈了在法院工作的体会，表示将继续发扬军队优良传统，永葆军人本色。壮晓阳对转业退伍军人在法院各个工作岗位上兢兢业业、勤奋工作、无私奉献的精神给予充分肯定。他希望退转军人继续发扬优良传统，坚定理想信念，听党话、跟党走，离岗不离党、退伍不褪色；进一步牢固树立“四个意识”，在政治上、思想上、行动上始终与党中央保持高度一致，永葆共产党的先进性和革命军人的优良品质；开拓进取、争创一流，立足本职、扎实工作，不断解放思想，提高综合素质，把改革精神融入到工作中，为推动法院工作发展建言献策、贡献力量。 (陶涛)

黔张常铁路9月1日开始联调联试

12月26日正式通车运行

本报讯 8月5日，记者从永定区护路护线施工环境整治会上获悉，黔张常铁路于今年9月1日开始联调联试，12月26日正式通车运行，该区积极部署黔张常铁路永定境内护路联防工作。

目前黔张常铁路沿线，永定区管辖范围内存在老百姓搭棚、私建临时住所、摆放杂物、私自种植农作物等亟需属地解决的问题。

整治会要求，辖区乡镇落实属地管理原则，加强黔张常铁路护路联防工作的源头治理，认真排查并及时消除铁路沿线的矛盾纠纷和安全隐患；将铁路护路联防工程纳入“一把手工程”来抓，作为第一责任来抓实各项举措，加强联查、联防、联治，迅速解决当前遗留的隐患问题以及联调联试后出现的新情况、新问题；加强宣传发动，广泛发动群众，强化铁路护路宣传进学校、进家庭、进农户，排查管控好重点特殊人群，让高铁安全常识家喻户晓，切实增强铁路沿线群众的铁路安全意识、法治意识和爱路护路意识；严厉打击危害铁路安全违法犯罪活动，大力强化重点物品管控，推动铁路护路联防工作健康发展，确保铁路安全畅通和沿线社会治安稳定。

(本报记者 宁惠)

桑植县完成适龄妇女“两癌”免费普查工作

本报讯 全面开展适龄妇女“两癌”普查工作，是满足育龄妇女生殖保健的必要需求，有利于早发现、早诊断、早治疗。今年桑植县适龄妇女“两癌”免费普查7000人，已于7月底超额完成任务，其中乳腺癌普查7663人，宫颈癌普查7256人。

农村适龄妇女“两癌”免费普查工作是省民生实事项目，为落实省委、省政府重点民生实事项目工作。桑植县认真对照《湖南省适龄妇女“两癌”免费检查工作方案》要求，全面安排部署，由桑植县妇幼保健计划生育服务中心具体组织实施该项目，自5月5日起桑植县妇幼保健计划生育服务中心抽调18名经验丰富的医务人员下到官地坪、马合口、芙蓉桥、陈家河、上河溪、八大公山、龙潭坪、沙塔坪、瑞塔铺、洪家关等12个乡镇进行普查。为让惠民政策深得民心，桑植县妇幼中心在原有的项目方案中增加了妇科超声检查，最大限度让广大妇女受益。通过近3个月的不间断工作，该县全面完成省级下达的指标任务，后期将对项目所筛查出的可疑阳性患者，安排专人进行定期随访，动员其及时接受进一步检查和治疗。

(本报记者 吴献党
通讯员 赵美荣)

预防儿童溺水，我们该怎么做？

新华社北京8月5日电（记者王秉阳）暑期到来，越来越多的儿童选择游泳嬉水进行消暑，而每年我国各地儿童、学生溺水事件时有发生。如何预防儿童溺水，平安度过暑假？

北京儿童医院急诊科主任王荃表示，4岁以下儿童的溺水高发地点主要为家中，包括室内的脸盆、水缸、水桶及浴盆等。5－9岁儿童的溺水高发地点可能会涉及户外，比如说水渠、池塘和水库等。10岁以上儿童溺水高发地点主要为池塘、湖泊和江河等。此外还包括一些管理不规范的泳池和戏水场所。

王荃表示，儿童溺水是可以预防的，缺少有效看护是造成儿童溺水的主要原因之一，所以预防儿童溺水，首先是家长应成为防溺水的合格家长。防溺水的合格家长包括这样几个方面，比如说家长做到对儿童有效的看护、采取措施将家中和家周围的水体与儿童隔离开、教授学龄儿童基本的游泳和水上安全技能、带儿童去安全的场所游泳或戏水、划船时为孩子佩戴安全装备、从小培养儿童防溺水的知识和意识。另外还应叮嘱孩子如果发现他人溺水，绝不能擅自下水救人，应积极呼救。

作为家长，应该怎样做好有效地看护儿童呢？王荃表示，预防儿童溺水的首要措施是时刻有效看护，其核心三点是要做到专心、不间断和近距离，尤其是当儿童在水中或者水周围时，无论是在泳池中、澡盆里，还是在开放性的浴场中，家长都应专心看护儿童，不要分心做其他事情。因为溺水发生的过程十分迅速，并且随时可能发生。一旦发生，就可能会致命。近距离强调的就是家长要与孩子保持一臂之内的距离，这样在发生危险的时候，家长能做到“伸手可及”。此外，家长不能将低龄儿童单独留在卫生间和浴室，或者泳池、开放的水源边。

处方药随便买、“隔网神医”满天飞……

网上药店该严管了！

新华社记者 杨有宗

通过手机APP买药如今已成为新趋势。不过，记者调查发现，在没有提供医生开具的处方时，用户也可以在部分APP买到处方药；部分APP对处方药搞“满减促销”，鼓励消费者多买；买药APP的“在线医师”和“病友”随意提供用药指导……在享受方便快捷的同时，通过APP买药也存在诸多问题亟待整治和规范。

方便快捷 网上买药成新趋势

记者尝试在手机应用商店搜索关键词“买药”，可找到数十个在线买药APP，下载安装后，使用手机号或微信等方式即可注册登录。记者比对发现，该类APP首页多推荐板蓝根颗粒、健胃消食片、藿香正气水、膏药等非处方药，此外，也有部分APP在首页显示蜂蜜、鱼肝油、维生素等保健品。

选购药品、填写地址、付款，记者在某APP尝试购买一款售价为24.5元的18袋装板蓝根颗粒，体验下来，购物感受和日常网购普通商品没有太大区别。

除买药APP外，京东、天猫等电商平台也都设置有医药类频道，可直接搜索相关药品进行购买，部分药品承诺可在一到两小时送药上门。

上海市民周女士是鼻炎患者，她说，“犯病时特别难受，喷一种喷剂会立马缓解。有时出差在外地，就通过网购平台来买，比较方便，一般一个小时就可以送到。”青岛市民黄先生说，“有一次晚上发烧，家附近的药店已经不营业了，通过买药APP买的，还挺方便的。”

记者采访发现，线上买药已成为新的消费趋势。京东此前曾表示，京东大药房过去3年药品品类收入年复合增长率超过300%。去年，阿里健康的平台成交额达到400亿元，平安好医生平台成交额也达到30亿元。

无处方可买药、处方药也搞促销 网上卖药乱象多

但在带来方便的同时，买药APP也存在诸多不规范销售行为：

——无处方可买处方药。登录一款名为“1药网”的买药APP，记者搜索一款治疗结肠溃疡、结肠炎的药品“安洁莎美沙拉秦肠溶片”，尽管购买页面标注有“本品为处方药，购买需凭医生处方”的提醒，但记者在填写地址等信息后即顺利完成付款。咨询药师后，对方也并未提出审核处方，只表示“正常明天发货”。在记者付款9分钟后，该APP即显示，订单已通过系统审核。2天后，记者收到了该平台邮寄的药品。

——“医师”“病友”乱看病。在“1药网”，该APP称“数万名医生和药师为您免费解答”。在一款药品问答区，记者看到，平台仅凭用户“检查溃疡消失不见，仅有结肠炎”等粗略描述就给出建议“您这种情况，建议继续用药”。在一款治疗高血压药品的问答区，仅凭用户“高压比较高，低压稍微高一点”的表述，该平台即给出“每天晨起口服一片，可以有效控制24小时血压”等用药建议。

不仅“医师”，此前购买药品的用户也在平台留言给出用药建议。在“叮当快药”APP一款阿司匹林肠溶片药品购买区域，有用户留言“适合冠心病患者长期服用”。而在一款“阿托伐他汀钙片”购买区域，也有用户留言“降脂效果挺好！适合长期服用！”。

——处方药也搞“满减促销”。打开一款名为“健客网上药店”的APP，不仅在首页显示有“满10减10”“满199减20”等优惠券，针对不同药品还有“满399减40”等优惠券。记者尝试购买“安洁莎美沙拉秦肠溶片”时发现，该药品还有“多买可享受低价”的优惠：购买超过6盒时，每盒价格由原来的24元优惠为23元，购买超过12盒时，每盒价格降为20元。

在一款名为“康爱多掌上药店”的APP，购买相关处方药达到一定数量还可以获得消毒液、枸杞等赠品。

告别“野蛮生长” 线上卖药应严格监管

药品不是普通生活用品，直接关乎百姓生命安全和身体健康，药品尤其是处方药的研发、生产、销售、使用等各个环节应受到严格监管。根据《处方药与非处方药分类管理办法（试行）》，处方药必须凭执业医师或执业助理医师处方才可调配、购买和使用。

《药品广告审查发布标准》也规定，药品广告应当宣传和引导合理用药，不得直接或者间接怂恿任意、过量地购买和使用药品。标准还明确规定，药品广告不得含有免费治疗、免费赠送、有奖销售、以药品作为礼品或者奖品等内容。业内人士表示，对处方药进行“满减促销”会诱导患者多买药，患者存在过量用药或滥用药物的风险。

针对买药APP存在的种种乱象，今年4月，药品管理法修订草案提交十三届全国人大常委会第十次会议进行二次审议，草案提出，药品网络销售第三方平台提供者应当备案，履行资质审查、制止和报告违法行为、停止提供网络销售平台服务等义务，并明确不得通过药品网络销售第三方平台直接销售处方药。

“处方药凭处方销售”是一条不容踩踏的红线。中国政法大学法治政府研究院副院长赵鹏表示，“出现问题的主要原因在于监管能力还没有完全跟上互联网环境下的监管需求，监管系统应尽快调整适应。另一方面，在加大线上检查频次的同时，也应加大处罚力度，对违法违规行为形成震慑。”

中国社科院人口与劳动经济研究所社会保障研究室主任陈秋霖表示，这一方面需要严格监管，另一方面也需要行业自律。“平台应自我约束，严格按照相关规范和流程审核处方，切不可为了短期利益触碰红线，从而造成整个行业生态的恶化。”

新华社上海8月7日电

8月2日上午，慈利县人民法院举行“法律拥军”开放日活动，邀请驻慈武警部队官兵走进法院，参观诉讼服务中心、数字化审判庭、调解室、法院文化长廊，让他们零距离接触法官，了解法院。

唐丽君 摄

贫困学子心愿墙上吐心声

村里帮她圆了微心愿

本报讯 日前，家住桑植县沙塔坪乡分水岭村建档立卡贫困户满喜生的孙女满秋平，在村部设置的心愿墙上写下一个微心愿：“我想拉着一个密码行李箱去求学！”

今年16岁的满秋平是从沙塔坪中学新考上的免费师范生，家中只有年迈的爷爷奶奶和一个读五年级的妹妹，两姐妹由爷爷奶奶抚养长大。赶上精准扶贫好政策的满秋平，勤学苦读如愿考上了免费师范生，即将奔赴学校报到。了解了她的微心愿后，分水岭村支“两委”专门开会，商定由村里出资为其购买了一个价值490元的密码行李箱，圆了这个品学兼优的贫困学子一个微心愿。

(邱德帅 王健)

出租汽车行业创“三优”

踏实做事 本分做人

——记安顺出租车有限公司司机吕传辉

本报记者 赵清清

吕传辉是安顺出租车有限公司的“党员先锋号”，也是2018年全市出租车行业服务全域旅游创“三优”活动中“共产党员先锋号”获得者。采访吕传辉的时候，他正准备交班。午后的天气有点闷，一如吕传辉的性子。他不太会聊天，但是有问必答，答得简单平实。

吕传辉是从2002年开始跑出租车的，之前跑过摩托车、货车。他记得刚跑出租车的时候，起步价是3元，一个班下来，勉强也就收个几十块钱。如今，起步价6元，一个班跑10个小时，能跑300多块。这一跑就是十七年。这些年来，不论是朋友还是同事，给他的评价都是“老实本分，不耍滑头，不涮坛子。”

不该拿的钱财不拿。有一次，有位乘客下车后不慎将一只黑色皮箱落在后备箱。后来客人根据乘车发票，找到了安顺出租车有限公司，说是丢失的皮箱里有手机、电脑、高档照相机、衣服等价值约15000元左右的物品。公司挨个打电话给出租车司机，打给吕传辉的时候他还不知道有这回事。接到电话，他立马靠边停车打开后备箱一看，的确有一只黑色皮箱。二话不说，吕传辉开着车回到公司，把皮箱还给了失主。失主当面拿出现金酬谢，吕传辉笑着拒绝了。类似的情况，还有好多次，有丢手机的、丢书包的，每一次他都物归原主，他说不是自己的东西绝对不拿，还回去了心里才踏实。

碰到闹事的人，不吵口，不意气用事。前几天，吕传辉上夜班，凌晨一点多在某酒吧前遇到一位招手拦车的女士，车子刚停，突然跌跌撞撞走来几个男的，其中一位还狠狠踹了后门一脚。看着他们一脸醉醺醺的，吕传辉告诉自己，冷静点，不和不清醒的人争口舌之快。事后，他一检查，后车门陷进去了巴掌大一块。有人为他打抱不平，他憨憨一笑，吵口逮架能出口气，但是事情闹大了，时间浪费了，钱财受损失，万一遇上霸蛮的人，还不知道有什么后果。“多一事不如少一事。吃点闷亏，不见得是坏事。”吕传辉如是安慰自己。

遇见有需要的人，拉一把，当做善事。有一年，从温塘镇回市内，吕传辉遇到一位孕妇，快要生孩子了，勾着腰疼得不得了，一同陪伴的丈夫急得团团转，他路过看到了，主动将孕妇安全快速地送到妇幼保健院后默默离开。去年腊月的一个雨天，吕传辉在北门小学附近看到一位老人手里拎着东西，站在路边冻得直发抖。他开车靠近问了地址并招呼老人家上车。下车的时候，老人准备拿钱，吕传辉说，老人家人老财不来，不用给钱了。

湘GT1097就是自己的小家，自己的家自己要爱护好。吕传辉说，开了十几年出租车，对车子是有感情的。所以，他坚持定期清洁、保养车子，确保车容车貌整洁卫生，安全性能稳定。平时开车的时候，他谨遵交通规则，规范行车，近五年来，从未扣过分、罚过款。

看着车顶“共产党员先锋号”七个红色大字，吕传辉说，作为一名党员，他不会讲大道理，但是心里明白，什么该做，什么不该做。“不能让人觉得我们共产党员素质低。”朴实的话语显得吕传辉憨厚得可爱。

杏林之窗
张家界市中医医院协办

向您推荐夏季时令果蔬

冬瓜

冬瓜含有蛋白质、碳水化合物、灰分、钙、磷、铁、胡萝卜素、维生素C、硫胺素、钾、钠。冬瓜是瓜菜中唯一不含脂肪的瓜菜，并富含能抑制糖类物质转化为脂肪的丙醇二酸，又因有较强的利尿作用，可增加减肥效果，故冬瓜有“减肥瓜”之称。

冬瓜利水，化痰，清热，生津，解毒。主治水肿，脚气，胀满，喘咳，暑热烦闷，疮疡痈肿等病症。

丝瓜

丝瓜所含各类营养在瓜类食物中较高，特别是所含皂甙类物质、丝瓜苦味质、黏液质、木胶、瓜氨酸、木聚糖和干扰素等特殊物质具有一定的特殊作用。丝瓜的药用价值很高，全身都可入药。

丝瓜含蛋白质、脂肪、淀粉、糖类、维生素、胡萝卜素、瓜氨酸、皂甙，以及钙、磷、铁等营养素。

丝瓜有清热化痰，凉血解毒，解暑除烦，通经活络的功效。主治热病身热口渴，痰喘咳嗽，肠风痔漏，疔疮痈肿，妇女乳汁不下等病症。

绿豆

绿豆含丰富蛋白质、糖类、多种维生素，而脂肪含量甚少。它的蛋白质含量为粳米3倍多，其中主要为球蛋白，也有蛋氨酸、色氨酸、酪氨酸；磷脂中有磷脂酰胆碱、磷脂酰肌醇、磷脂酰甘油、磷脂酸。

绿豆有清热解毒，消暑，利水的功效。主治热病或暑热所致的心烦、口渴、发热；热淋，小便不利，水肿，或湿热泻痢；湿热疮疹，痈肿；药物（热药、农药等）中毒。

西瓜

西瓜是夏季最主要的瓜果之一，性寒、味甘甜，是瓜果中汁液最多者，在西瓜的汁液里，几乎包含着人体所需的各种营养成分。夏季吃西瓜不仅能补充水分，还有开胃、助消化、利尿、促代谢、去暑疾、滋身体的妙用，所以西瓜是夏季消暑的佳果。

明代著名药物学家李时珍谓西瓜浑身都是宝，皮、籽、根及叶均可入药。最有名的便是西瓜霜了，“西瓜霜”具有消肿之功效，适用于咽喉肿痛、口舌生疮。切下西瓜瓜蒂，挖去部分瓜瓤，将皮硝装满瓜内，再将切下的瓜蒂盖上，用竹签固定，悬挂于阴凉通风处，10余天后，在瓜皮外面不断析出白霜，刷下的白霜即为药用西瓜霜。

无花果

无花果夏季开花，秋季结果，果实呈扁圆形或卵形，成熟时顶端开裂，肉质软烂，味甘甜如香蕉。

无花果果实富含糖类、蛋白质、氨基酸、维生素和多种矿质元素，以及其他有益于人体的活性成分。

无花果有健脾化食，润肠通便，利咽消肿，解毒抗癌的功效。主治消化不良，大便秘结、痔疮、脱肛、疮疖、咽喉疼痛及阴虚肺咳嗽等症。

梅子

梅子含有蛋白质、脂肪、碳水化合物、钾、钙、磷、铁、枸橼酸、苹果酸、柠檬酸、琥珀酸等。

梅子有敛肺止咳、生津止渴、涩肠止泻、安蛔止痛等功效，可用于肺虚久咳、虚热烦渴、久泻、久疟、痢疾、便血、尿血、血崩、蛔虫腹痛等病症。梅子对大肠杆菌、痢疾杆菌、伤寒杆菌、霍乱弧菌、绿脓杆菌、结核杆菌以及各种皮肤真菌等均有抑制作用，并能收缩胆囊，促进胆汁分泌，还有一定的抗过敏作用。 梅子含钾量较高，而含钠量较少，长期服用利尿药者，适宜食用。