

坚持宗教中国化方向 弘扬爱国爱教传统 全市宗教界代表人士进行座谈

本报讯 9月11日，全市宗教界代表人士座谈会召开。市委常委、市委统战部部长田华玉参加。

会议学习传达了有关宗教方面的文件精神，就坚持我国宗教中国化方向问题进行专题辅导。全市佛教、道教、基督教、伊斯兰教等宗教界代表人士，就如何引导和团结信教群众、坚持宗教中国化方向，结合各自实际抓好宗教工作、发挥宗教团体和宗教界人士在促进全市经济社会发展中的积极作用进行了交流发言。

田华玉要求，增强政治意识，深化政治认同，把握正确的政治方向，

坚决拥护党的领导，坚持宗教中国化方向，弘扬爱国爱教传统；增强责任意识，积极发挥宗教界人士作用，加强党的宗教政策学习贯彻，引导广大信教群众听党话跟党走；增强奉献意识，发挥桥梁纽带作用，注重培养宗教界人才，积极协助各级党委和政府了解民意、协调关系、化解矛盾，为维护社会和谐稳定作出积极贡献；各级统战、宗教部门要切实履行工作职责，认真贯彻落实好党的宗教工作政策，坚持 导 的工作方针，不断提高依法管理宗教事务的能力和水平。

（本报记者 陈硕）

推进河长制各项工作 筑牢生态环境保护屏障 曾超群到澧水长潭河段巡河

本报讯 9月12日，市委常委、常务副市长曾超群带队到慈利县澧水长潭河段巡河。

曾超群一行实地查看河道保洁、河长制工作落实、库区退养等相关情况。近年来，慈利县逐步落实河长制工作，紧盯工作目标，扎实推进 样板河 建设、污水处理设施建设、非法码头 专项整治、清四乱 专项整治等重点工作，县、乡、村三级河长共巡河20858次，交办各类水环境问题113个，目前已整改到位。

曾超群强调，守护好一江碧水是我们的神圣职责，也是老百姓的要求和期盼。各级河长要不断深化认识，

继续扎实推进河长制各项工作，切实筑牢生态环境保护屏障；要狠抓制度落实，补齐巡河需要的相关设施，做好日常监测、漂浮物日常打捞、非法捕捞设施的处理、基础设施日常管理等工作；要进一步 提高保障水平，加强督促检查，坚持问题导向，坚持目标导向，全面落实河长制各项工作任务；要进一步提高保障水平，提高公众参与积极性和人民群众的知晓率，营造全民参与管水、治水、护水的浓厚氛围，努力实现 河畅、水清、岸绿、景美 的目标。

（本报记者 陈硕）

把安全隐患消灭在萌芽状态 省商务厅安全生产检查组来我市检查

本报讯 9月9日-10日，省商务厅安全生产检查组来我市检查相关工作。市政协副主席、市商务局局长王光明参加。

通过实地查看、查阅台账和听取汇报等方式，检查组先后实地抽查了永定区那家巷农贸市场、中石化三角坪加油站及桑植县的海华加油站、梅尼超市桑植店等地。每到一处，检查组一行仔细检查了安全生产责任制度是否建立、监控和应急预案是否落实、消防设施配备是否到位、安全通道是否畅通、过期灭火器是否及时更换、安全隐患是否整改到位等。针对

检查中发现的问题，检查组叮嘱相关企业负责人要立行立改。

检查组要求，下一步要严格落实商务主管部门安全生产监管职责和企业主体责任，始终把安全生产工作放在首位，扎实开展安全生产风险隐患排查、大排查、大管控、大整治、防事故等重点工作，对企业存在的重大火灾隐患整改情况要开展 回头看，持续推进商贸流通领域安全生产专项整治三年行动，把安全隐患消灭在萌芽状态，确保商贸流通领域安全生产形势整体向好。

（本报记者 郭文 通讯员 漆艳平）

桑植县科技专家服务团获殊荣

本报讯 日前，从省科技厅传来喜讯，桑植科技专家服务团获评 2019年度省级优秀科技专家服务团。

桑植县科技专家服务团成立于2018年，目前成员有83人，分林业和经济作物种植、畜牧水产养殖、农作物栽培、旅游管理与开发、综合五个组，实行团队式、建制制科技人才对口服务。先后深入23个乡镇举办专题

技术培训班56场次，培训人员2800余人次，基层现场指导6000余人次，发放科普资料30000多份，实现了贫困村科技人才全覆盖；建立科技扶贫产业示范基地17个，培育科技扶贫示范企业10家；开展关键技术研发11项，研发新品种14项，解决桑植白茶毛茶和压制自动化生产技术难题8项，承担省级科研计划12项。（皮运楚 高丽文）

杏林之窗 张家界市中医医院办

拔火罐是一种历史悠久的中医疗法，它是以罐为工具，利用燃火、抽气等方法产生负压，使之吸附于体表，造成局部瘀血，以达到通经活络、行气活血、消肿止痛、祛风散寒等作用。

一、拔火罐的原理

1、疏通经络

在拔火罐的时候，会产生一种真空的压力，这种压力应该作用在身体的经络穴位中，能够把皮肤上的毛孔不断打开，并且让皮肤处于充血的状态。使得经络气血流通更加顺畅，进而能够调节脏腑器官，达到治疗疾病的目的。

2、提高皮肤敏感性

拔火罐的时候，能够在很短的时间里，让皮肤充血，毛细血管甚至会发生破裂，发生溶血情况。

血红蛋白会不断的刺激机体，神经系统、组织器官会进行相互调节，提高了白细胞吞噬能力，不断增强皮肤对外界的敏感性。

二、神奇的 罐印辨症

在拔完火罐后，其部位都会出现不同的圆圈，根据这些圆圈的颜色和形状，可以看出身体的健康状况，这也就是中医所说的 罐印辨症。

紫黑色，供血不足、有积寒。紫点并伴有黑斑，气血不畅通。紫点并有深浅不一的块状，风湿。鲜红而颤、局部发热，阳症、热症、实症、热毒炽盛、体质阴虚、火旺。红而暗，血脂粘稠、血脂高、供血不足。瘀斑或水泡灰白、色淡，虚寒、湿邪。皮肤微痒，风邪、湿症。水泡、

拔火罐

水肿、潮湿，寒症、湿气盛。罐中有水珠者，寒湿重。紫红、暗红，阴症、寒症、血郁。潮红、淡红，虚症。

三、为什么要拔火罐

除了治病以外，拔火罐还能调养身体。

1、排出湿气

身体中湿气过重，对身体调节有很大的影响，拔火罐能够将身体中的湿气、寒气通过皮肤不断地向外渗透，在这渗透过程中，能够排出湿气、邪气，从而保健身体。

2、缓解疼痛

腰椎盘突出、腰肌劳损是常见的背部疾病，通过拔火罐其实能够行气活血、消肿止痛，对于常见的腰背肌肉损伤、腰椎盘突出有一定的治疗作用，从而能够有效的缓解疼痛。

3、调节脏腑

通过拔火罐能够刺激经络、穴位，其产生的压力能够让气血流通更加通畅，气血与经络、脏腑之间有很大的联系，能治疗脏腑疾病，调节脏腑健康。

4、疏通气血

上面在介绍到拔火罐原理的时候说到拔火罐能够疏通经络，身体的经络、脏腑是相通的，借助外界的力量进行拔火罐，能够刺激身体表面的穴位。

还能够刺激筋骨经络，让身体内部器官得到较好的调理，气血疏通了，身体自然更加健康。

虽然拔火罐的好处很多，但也不宜长时间在同一部位拔，因为这样会伤害皮肤，容易造成皮肤红肿、磨损、出血。而且，拔完火罐后不要立即洗澡，否则会带身体带入大量的湿气。

闪耀啊，英雄的群星！ 全国抗击新冠肺炎疫情先进个人和先进集体群像扫描

新华社记者

在中华民族迈向伟大复兴的壮阔征程中，多少慷慨壮烈、多少不屈不挠，每当危急时刻，总有英雄挺身而出，担当起中华民族在艰难中奋起的重任。

在8日上午举行的全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上，童朝晖等1499名同志被授予 全国抗击新冠肺炎疫情先进个人 称号；武汉市金银潭医院等500个集体被授予 全国抗击新冠肺炎疫情先进集体 称号。

向险而行，砥柱中流。这是英雄群星闪耀的时刻。

逆行：关键抉择

在国家需要的时候，我必须冲在最前线。

作为全国抗疫先进个人的代表，首都医科大学附属北京朝阳医院副院长童朝晖上台领受了这份闪光的荣誉。那一刻，他眼含热泪。

湖北、黑龙江、吉林、北京行程超1.5万公里，征战7个多月，整个人瘦了一圈，他的诊疗笔记却越来越厚。

在尚未摸索出有效救治方案、不断有危重症患者亡命的 至暗时刻，他毅然选择公开自己的诊疗笔记，分享救治心得，帮助全国的医疗同行认识、战胜这个疾病 毫无藏私之心，将专业判断置于万众审视之下。

没人知道童朝晖作出这个选择的压力有多大。但他自己虚怀若谷：见了病人就要教，医生何须在乎羽毛。无我，只因选择了心怀大我！

疫情如火

危急时刻，数万名像童朝晖一样的白衣战士逆行出征、奔赴一线；千千万万共产党员写下请战书、缺席年夜饭，挺身而出、一往无前，鲜红的党旗在疫情防控一线高高飘扬。

从武汉到全国，处处有白衣战士逆行出征的身影，英勇而坚定。

2020年1月15日晚上，河南郑州。郑州市第六人民医院艾滋病科兼感染一科主任赵清霞在回家路上接到紧急电话，得知河南已收治一例由武汉返乡、因肺部感染呼吸衰竭到郑州求医的患者，并要求会诊。当时我就知道，这个年，得过成 战时状态 了。赵清霞说。

大年初一，郑州市第六人民医院迅速在感染楼成立了5个隔离病区，赵清霞作为经验丰富的感染科医生，主动提出到隔离病区一线工作。她打电话告诉母亲：过年忙，不回家过年了。然后，转身奔赴战场。

这一转身，就是隔离区里的40多个日日夜夜。

按照流程，疫情期间隔离区的医护人员每两周要进行一次轮转，医院的领导希望赵清霞走出隔离区做些协调工作。当时正值疫情最严重的时候，我就算离开隔离病区，也还是惦

记着里面的患者，还不如就待里面。于是，赵清霞毅然带领团队继续留在隔离病区。

坐船的人是多数，撑船的人是少数，当疫情来临的时候，看着医生被感染的新闻，我们也会害怕。但面对未知和恐惧，我们仍选择坚守在一线，是作为一名医生的本能。赵清霞的一席话，令闻者落泪！

我要请战！

获颁 共和国勋章 后，84岁的钟南山院士依然心系着疫情防控要继续抓下去。

在参与抗击非典17年后，临危受命担任国家卫生健康委高级别专家组组长的钟南山，带领相关学科顶级力量 作出病毒存在 人传人、 武汉人不要出去，外地人不要进来 等关键判断。

谈起武汉的日日夜夜，钟南山的话语掷地有声： 没有人教我怎么做，我们专家就是基于事实作出判断。

非常时期担起非常之责，关键时刻尽到关键之力 这就是对党、对国家、对人民最大的忠诚！

人们不会忘记，年过七旬的张伯礼院士再次肩负起使命，把博大精深的中医药写进了抗疫的 中国方案。人们不会忘记，面对未知的病毒，陈薇院士挑起千钧重担，昼夜奋战只为确定疫苗攻关的方向。

人们不会忘记，在疫情最吃劲的时刻，北京协和医院党委书记张抒扬率领186名队员火线驰援，将中国医学最强力量的旗帜牢牢插在了抗疫主战场。

幸得国土无双，护我山河无恙！

战 疫：生死瞬间

8月30日，一张题为 杜斌回家了 的图片刷屏了。

为什么一位医生的归来，如此牵动人心？

因为杜斌守住的是战 疫 的最后一线关 ICU。这里，是生与死最激烈的战场。

一笑起来显得颇为憨厚，但大脑飞速思考、说话快人快语，这就是北京协和医院内科重症医学科主任杜斌平时的样子。然而刚到武汉，一向胸有成竹的老杜笑不出来了：在最初这段时间，所有的重症医生都很崩溃。

为什么？一个例子可见一斑：在武汉市金银潭医院查房，他发现一个病人的血气检测 二氧化碳 一栏已经到测不出数字的程度了，他马上站在床边一点一点地调着呼吸机，整整一个上午。后来，患者情况有所好转，但数字还是测不出！这反常的一幕足见新冠病毒的狡猾和凶险。

如果把人类与疾病的攻防看作一场足球比赛，重症医生就是这场比赛的 守门员。而杜斌，决心要摸索出怎么守得住、守得好。为此，他没日

没夜地 泡 在ICU：最多的时候，他一天要巡查5家医院的ICU；最长的时候，他穿着防护服在ICU忙碌了10个小时。

从策划和组建武汉最初的几家临时ICU，到不顾安危实施气管插管，杜斌又恢复了他惯常的笃定。他的早期气管插管、俯卧位通气等重症救治经验被写入了国家诊疗方案，为稳定抗疫形势作出贡献。

从冬到秋，从武汉到哈尔滨，再到北京、乌鲁木齐，他守住了当守的道，打完了当打的仗。

行大道、战大疫、精思竭虑，是为医。

医生 两个字，同样写在西安大兴医院麻醉手术科主任韩丽春的防护服上。

白衣如雪，笑靥如花，韩丽春人如其名，平时总让患者如沐春风。但就是这样一位女子，在大疫中尽显英雄本色。

有创机械通气是治疗危重症患者的终极手段之一，拔管时会导致气溶胶迸发，感染风险巨大。

可韩丽春却抢着上手： 我是医疗组副组长，有19年手术麻醉经验，理应我来。

拔管前吸痰完毕，护理准备完成！ 拔管完毕，无创呼吸机已使用！ 患者生命体征正常，意识、肌力正常，无创呼吸机配合良好！

随着一句急促中透着紧张的话在病房回荡，患者成功拔除气管插管，改用无创通气。

这样的高危操作，韩丽春自己都不清经历了多少次。作为陕西第二批援鄂医疗队医疗组组长，她在一线奋战了60多个昼夜。最危急的时候，病区里同时有5名需要呼吸机治疗的病人，她和同事们恨不得长出8只手。

获颁国家授予的荣誉称号，韩丽春难掩激动。大兴医院是一家民营医院，我是作为社会办医医护人员的代表接受这份荣誉，这份信任和褒奖是无价的。

向死而行、至诚履职，是为医！我们不由得想到，在全国医疗队驰援之前，院里病人数量激增、医护人员疲惫不堪，武汉市金银潭医院犹如暴风雨下的一叶孤舟。

困顿之时，院长张定宇对所有人说了这么一段 硬核 的话：

我们必须应对这件事情。我们已经站在一个风暴眼上，必须保卫我们的武汉，保卫武汉人民！

沧海横流，方显英雄本色！从医生、护士、科技工作者、疾控工作人员，到人民解放军指战员、武警部队官兵、公安民警、社区干部、应急救援人员，再到志愿者、快递员、外卖小哥、新闻工作者 当把如山的责任扛在肩头，向死而行，

谁说平凡人不是改天换地的英雄？

精神：永不磨灭

9日上午，张伯礼来到天津中医药大学第一附属医院按时出诊。身穿白大褂的他，一如往常步履矫健、面带微笑地走向诊室。

要把荣誉珍藏起来，化作一种精神和力量，更加努力地工作。

在抗击疫情的一个个战场，一种力量如钢铁般强劲坚韧，一种精神如群星般闪耀苍穹。

如果人的一生中有一次最难忘的回忆，那我想就是在人民大会堂受表彰的时刻了。

拿到 全国抗击新冠肺炎疫情先进集体 的证书，浙江省嘉兴市嘉善县天凝镇新联村党总支书记沈燕丽热泪盈眶： 事非经过不知难，这份荣誉背后是全村一千多人的齐心坚守。

嘉兴市首例确诊患者出现地、首个整村观察点 在大家对病毒的凶险还不太了解、武汉经商的村民们提前返乡准备过春节时，1月24日， 全村隔离 的紧急动员令发出。

为什么不能吃完年夜饭再走？

这难道是要把我们圈禁起来？面对乡亲的不解，沈燕丽带着村干部和党员挨家挨户地做工作，嗓子说哑了，嘴唇子磨破了，村民们的慢慢稳定下来了 有的村民在去隔离点前把身上的2万元现金和家里钥匙交给村干部保管，有的人把家里养的鸡鸭 托付 给村干部。

抗疫精神说起来好像是很大的概念，但在我们村，抗疫精神就是关键时刻喊出来的一句话，危急时刻拧成的一股绳。 沈燕丽说。

小到一家，大到全国，生命至上、举国同心、舍生忘死、尊重科学、命运与共的伟大抗疫精神处处闪耀。

戴着厚厚的眼镜，圆圆的脸给人亲切的感觉，成都市疾控中心微生物检验科主任孟建形却有一个酷炫的称呼 病毒捕手。自四川首例病毒标本被送入成都市疾控中心微生物检测实验室开始，这名 捕手 就开始了漫长而艰苦的追踪，他和同事们要从海量的送检标本中找出疑似病人，使其尽快接受治疗和隔离。

从原本24小时的样本检测时长压缩到6个小时，从原本的实验室环境到身着三级防护服、头戴正压头套、身背正压呼吸器动力装置的幽闭空间，这是一个时间和空间都被极限压缩 的战场。

不能进食、不能喝水、不能上厕所 孟建形和同事们在高度暴露的风险中用扎实的基本功和周密配合，硬是扛下了这场百日战 疫。

默默坚守、无悔奉献，英雄正是这般模样。

（下转4版）

慈利县完成万名妇女 两癌 检查

本报讯 截至9月10日，慈利县共免费为10006名农村适龄妇女和城镇低保妇女进行了 两癌 检查。

今年，慈利县创新检查形式，在开设 两癌 检查门诊的同时，从4月23日开始所有检查对象集中在县妇幼保健院进行筛查，由县妇幼保健院出车负责进行免费接送，且安排专人随车在车上进行 两癌 防治知识的宣传，同时免费为检查对象提供午餐。此外，县妇幼保健院免费增加了妇科B超、盆底筛查等检查内容。（王芳）

官地坪镇打造 平安校园

本报讯 9月7日，桑植县官地坪镇在中小学校开展法治、安全和禁毒主题课宣讲，增强学生的交通安全和禁毒意识。

今年以来，该镇已开展校园主题宣讲3场次，义务巡逻15次，交通执法15次，通过集中宣传、义务巡逻和农用车非法载客专项执法等常态化工作，全面夯实校园周边安全基础，为打造 平安校园 奠定了坚实基础。（邱德帅 刘东）

板栗助力脱贫攻坚



9月12日，兴隆县半壁山镇佛爷村农民在收获板栗。

近期，位于燕山腹地的 板栗之乡 河北省兴隆县迎来板栗收获季，当地农民和板栗加工企业忙着采收、加工板栗，供应各地市场。近年来，兴隆县把发展板栗产业作为群众脱贫致富的重要工作，通过农业产业化龙头企业带动，加大板栗产品科研力度，延伸板栗深加工产业链，促进板栗产业提档升级。目前，兴隆县利用板栗为原料生产的罐头、休闲食品等产品除供应国内市场外，还远销美国、日本、东南亚等国家和地区。

新华社发（王立群 摄）

澧水絮语

温竞华 张泉

好奇心是人的天性，对科学兴趣的引导和培养要从娃娃抓起，11日的科学家座谈会上，习近平总书记的这句话，指明了一个准确的方向，其思想内涵更引人深思。

古往今来，许多成就斐然的科学家，他们的事业往往萌生于青少年时的兴趣，沿着兴趣的指引走下去，最终开拓出成功的路径。面对充满未知的世界，哪个孩子不是天生的 十万个为什么？谁的少年时期没有对大自然的奥秘讶异和着迷过？好奇心是人类探索未知的原动力，是孩子进入科学世界的敲门砖、金钥匙，是培养未

来科学家的起点。如何正确引导和守护这份好奇心，是一门大学问。

总书记指出，人才是第一资源。如何培养科技人才，兴趣是最好的老师。但因好奇心而引发的兴趣也像小树苗一样珍贵而脆弱，需要悉心呵护。守护青少年的好奇心和创造力，要把教育摆在更加重要的位置，全面提高教育质量、培养学生求知创新意识、加强基础学科建设 只有足够的养分才能让小苗长成参天大树。

不忘初心，方得始终。好奇心是探索科学规律、进行科学创造的源泉。实现 从0到1 的基础研究，更

需要恒久的好奇心，并激发出无穷的毅力和耐心。守护科研工作者的好奇心，要为自由探索和充分的交流辩论营造空间，为大胆假设、认真实证、勇于创造、敢于质疑提供土壤，对勇闯科学 无人区 的开拓探索、 甘坐板凳十年冷 的潜心研究报以奖励。

20多年来中国公民科学素质从低起点快速跃升；深入乡村的科普大篷车走遍全国行程4000多万公里；青少年高校科学营活动近年来带数万名中学生走进名校体验科学魅力；一座小小的农村科技馆让江西省寻乌县寻乌中学掀起物理学习热潮，接连有优秀

毕业生到更高的学府逐梦 当更多的青少年热爱科学、乐于求知、勇于探索、勤于实践，不论未来他们是否选择从事科学研究，所培养出的科学精神素养，一定会让他们在各自岗位上受益良多。

当看到孩子因追求科学知识而闪光的双眼时，看到他们为满足好奇心的一步步求真的举动时，我们愿意相信，他们也许就是明天的科学家，祖国未来科学的浩瀚星空将群星闪耀。

（据新华社）