

冬病冬治好时机

市二院“三九贴”开始预约了

本报讯(记者 张晓丽)冬至一阳生,贴敷防疾病。12月17日从市二院获悉,市二院中医科“三九贴”贴敷开始预约了,目前预贴正在进行,从2024年12月21日至2025年1月16日的冬季三九天,用中药药物贴在特定穴位上,可达到“内病外治”的效果。

“三九贴”是中医传统疗法之一,和夏天的“三伏贴”一样,都属于中医的“天灸”。连续贴敷三年以上,能显

著提高免疫力。

据介绍,“三九贴”的适应症包括五类:慢性咳嗽、哮喘、过敏性鼻炎、反复感冒等呼吸系统疾病;风湿、类风湿疾病,颈、肩、腰、腿疼痛等疼痛性疾病;阳虚型胃炎、肠炎、消化不良等消化系统疾病;月经不调、痛经等妇科疾病;免疫功能低下、阳虚体质等亚健康调理。

“三九贴”也有禁忌症。感染性疾

病、急性发热期患者禁用;对贴敷药物及介质极度敏感者、患有接触性皮炎者禁用;贴敷穴位局部皮肤有破溃者禁用;瘢痕体质者、患有严重高血压、心脏病者禁用;妊娠期妇女、新生儿等禁用。

今年“三九贴”贴敷时间为:12月21日前预贴;12月21日至29日;12月30日至2025年1月7日;2025年1月8日至1月16日。需要注意的是,成人

贴2至4小时,儿童贴1至2小时,根据个体差异,适当调整。贴敷期间忌生冷、油腻、辛辣、海鲜。贴后4至6小时内不要洗澡。轻微发红、色素沉着、瘙痒属正常反应。出现刺痒难忍、灼热、疼痛时,立即取下药膏,若皮肤红肿、水泡,要及时就医。

文明健康

• 有你有我 •

冬至将临 乐享甜蜜

本报讯(记者 任蕾 文/摄)冬至即将来临,12月17日,万柏林区地矿社区新时代文明实践站组织辖区内热爱美食的居民,共同开展“喜迎冬至、乐享甜蜜”牛轧糖和雪花酥手工制作活动。

活动中,志愿者首先详细讲解了牛轧糖、雪花酥的制作步骤、技巧、注意事项及两者之间用料的小区别。随后,在志愿者的指导下,大家分工有序开始制作,从黄油的融化、棉花糖的翻炒、坚果和饼干的分别搅拌、争分夺秒地揉压,再到最后的成型切块……经过一番忙碌,一颗颗“穿着精美外衣”的牛轧糖、雪花酥在居民们的巧手中诞生了,每



新时代文明实践 居民们制作牛轧糖、雪花酥。

一块都凝聚着满满的创意与心意。在欢声笑语中,大家品尝着自己的劳动成品,喜悦之情溢于言表。

设立护学岗 温暖上学路

本报讯(记者 周利芳 文/摄)12月16日,黄陵街道马练营社区组织辖区志愿者在马练营幼儿园增设社区护学岗,保障幼儿园小朋友们安全出行。志愿者们分工明确、各司其职,用实际行动营造出安全、文明、有序的上下学环境。

根据日常走访和群众信息反馈了解到,每逢上下学时段,马练营幼儿园门口人流量、车流量较大,交通安全隐患不容忽视。针对这一情况,社区迅速组织工作人员、党员志愿者成立护学岗志愿服务队。当天清晨,在马练营幼儿园门口,社区志愿者统一身穿红马甲,耐心引导学生们有序进入校园。有的志愿者指挥交通,引导车辆有序通行、规范停车,确保道路畅通无阻;有的站



在门口,将小朋友护送至园内。社区护学岗的设立,为孩子们创造了一个安全的环境,让家长们更加放心。家长张女士说:“以前接送孩子总是担心人多车多不安全,现在有了社区护学岗,我们心

里踏实多了。”

社区负责人说,今后,社区将持续做好护学岗工作,为孩子们的健康茁壮成长保驾护航。

志愿服务

更换供暖设备 方便村民就医

本报讯(记者 刘志刚)古交市常安乡麻家口村开展的“温暖行动”,让村卫生室“暖融融”。12月18日,麻家口村村民闫凡弟走进温暖如春的村卫生室,高兴地说,“以后来看病买药,再不用裹着厚棉服了。”

过去,麻家口村卫生室因暖气故障,冬季供暖成为一大难

题,给医务人员的诊疗工作带来了诸多不便。“房间太冷,村民怕受凉感冒,有个小病小痛的,只好跑到古交市区去看病。”村卫生室医务人员介绍道。

今冬供暖季到来后,村里开展“温暖行动”,帮助村民解决供暖问题,让大家温暖过冬。麻家口村“两委”工作人员走进村卫生

室,查找供暖问题,并筹措资金安装了新的空气能供暖设备。“现在村里的卫生室变化可大了,环境变好了,暖气修好后,平时有个感冒发烧的,大家都来这里治疗,取药也很方便。”村民申大爷说。

生态环境保护

公益暖心救助 惠及千余患儿

本报讯(记者 李涛 通讯员 杨惠斌)12月18日,省儿童医院晋源院区、顺丰公益基金会、山西顺丰速运有限公司举办“暖心包”发放仪式。志愿者将拼图、相框、水杯等暖心礼物打包交给快递小哥,这些物品将分别送至曾在该医院治疗过的部分困境患儿手中。当天,院方表示,获得顺丰暖心项目救助的患儿,已超过千人。

2019年底顺丰公益基金会向省儿童医院捐赠1000万元启动顺丰暖心项目,用于救助0岁至18岁患有先心病、血液病和恶性肿瘤的困境儿童。对于符合项目救助条件的患儿,单例最高可资助4万元,用于患儿住院期间的医疗费用。

8个月大的小婷是受益患儿之一,她出生后被诊断出新生儿中度窒息、新生儿

践行社会主义核心价值观

停水通知

兹因配合太原市三角线街给水管线工程,需对供水管线进行改造,定于2024年12月19日20时—2024年12月20日8时在下列区域实施停水:
三角线街(解放北路以东)
望相关区域内的用户周知并提前做好储水准备,因停水给您带来的不便请予以谅解。

太原供水集团有限公司

2024年12月18日