

县人民医院与卧凤沟乡卫生院医共体组建运行

本报讯（记者 张领山 程 威）10月4日，县人民医院卧凤沟分院开业庆典暨医共体揭牌签约仪式在卧凤沟乡卫生院举行，标志着县人民医院与卧凤沟乡卫生院组建的“紧密型医共体”正式运行。县有关领导参加揭

牌仪式。
揭牌签约仪式上，县人民医院院长与卧凤沟乡卫生院负责人现场签约，并为县人民医院卧凤沟分院揭牌。
近年来，县人民医院积极探索新时期医院现代化建设的新思路，不断提高

医疗技术水平和服务质量，切实改进行业作风，各项工作取得了长足进步。县人民医院和卧凤沟乡卫生院医共体建设，是我县一项重大的民生工程，也是让群众享受优质医疗服务的一项重要举措。

助力国家卫生城创建 做文明蒙古贞人

县住建局：安装景观花箱 扮靓城区街路

本报讯（记者 包利滨 王美娟）近日，细心的群众可能发现，我县城区主要街路两旁摆满景观花箱，花箱内栽植有各色时令花卉，看上去赏心悦目。
为进一步提升县城形象，营造节日氛围，助力创卫工作，“两节”前，县住建局下

足“绣花”功夫，创新绿化理念，逐步对我县城区主要街道进行提升改造和精心装点，安装精美花箱，为城市绿化再添新景。
据了解，县城街路主要路口摆放鲜花30万株，安置花箱400组，栽植绿篱7000平方米。所安装的花箱质量好、防

腐效果好、不易褪色，同时更换分类垃圾箱400个。
目前，我县改造完成的道路绿化效益初显，植物的多样性使景观色彩更加浓郁，为道路添加了诸多绚烂，营造了浓厚的创卫氛围。

海棠山景区举办非物质文化遗产展示展演活动

本报讯（记者 潘佳慧 李司佳）10月2日，海棠山景区举办了精彩纷呈的非物质文化遗产展示展演活动，进一步加强文化遗产的保护传承，弘扬中华

民族优秀传统文化，发挥海棠山景区特色旅游资源优势。
活动中，集中展示了国家、省、市级非物质文化遗产代表性项目，同时还有

各类美食项目供游客品鉴。其中，国家级非物质文化遗产项目——上口子高跷和抚顺地秧歌展演为整场演出增添了亮点，活跃了气氛。

无偿献血为爱发声

每个人生命中都会罹患身体的病痛，有些病痛依靠现有的医疗手段能够解除，而有些则需要他人无私地给予爱及奉献！
许多亟需血液挽救生命的罹患者，他们无时无刻不在期待着您的到来！

为什么需要献血？
外伤性出血、产后大出血、严重烧伤、各种血液病以及实行外科手术的伤员，需要靠输血来补充和救治。
什么是无偿献血？
适龄公民自觉自愿献出可以再生的少量血液或血液成分去挽救垂危病人的生命，而献血者不要任何报酬。

适量献血无损身体健康
成人血量大约在4000-5000毫升左右，献血一次为200-400毫升，占总血量的5%-10%。科学研究表明，健康人一次失血10%以下不会引起症

状，而且无数献血者实践证明健康人适量献血是不会损害健康的。

无偿献血对身体健康的益处
1、预防、缓解高粘血症
长期献血使血液粘稠度明显降低，加快血液流速，脑血流量提高，缓解或预防高粘血症。
2、预防、降低心脑血管病的发生
研究表明男性献血者患心血管病的危险仅为未献血者的1/2。
3、减少癌症的发生率
体内的铁含量超过正常值的10%，罹患癌症机率提高。献血可以减少铁含量而预防癌症。
4、促进造血，提高免疫力
适量献血促进新陈代谢，刺激骨髓等造血器官保持旺盛的造血状态，提高机体抗病能力。
5、促进心理健康
献血救人使自身生命更有意义，

同时使献血者获得一种心灵的慰藉及精神愉悦感，有助于自身的身心健康。

献血前后注意事项
1、献血前一周内不要服用任何药物。
2、献血前，应尽量做到饮食清淡，如馒头稀粥，不要吃鱼、肉、蛋、奶、豆制品、油炸食品、花生、瓜子等坚果类食品。
3、献血者献血前要保证充足的睡眠。
4、为了防止出血，献血后2小时内献血侧手臂不宜提拿重物，以促进针眼愈合。
5、为防止感染，请4-6小时后再去掉创可贴，献血后1-2天内针眼处不要沾水，保持针眼清洁，以防感染。
6、献血后可照常活动，但剧烈的体育活动则需留待隔天进行。这是一项预防措施，旨在协助献血者的机体适应体内血容量减少的状况。

观点

为美好的未来吹响奋斗号角

“今夜月明人尽望”的团圆佳节，“三山五岳歌盛世”的家国盛典，当中秋与国庆相遇，人伦亲情与家国大爱相融，激发出浓浓的节日气氛。
今年突如其来的新冠肺炎疫情，让人们经历了太多的担忧与思念、忙碌与守候。在如今疫情防控常态化背景下，共度幸福团圆节成为大家的共同期待。“但愿人长久，千里共婵娟。”苏轼的这句词在今年国庆、中秋多了一层祈愿山河无恙、人间皆安的祝福之意。长假期间，酝酿许久的家庭聚会如愿实现，筹划多日的旅游攻略派上用场，积攒许多的消费需求热烈释放。更重要的是，中秋、国庆双节同至为人们创造了一个深悟家国文化、砥砺爱国心报国志的契机。置身红旗飘飘的场景，回味阖家赏月的节俗，参与吟诵诗词、主题演出等活动，大家衷心祝愿国泰民安，根植心底的家国情怀愈发深厚。

节日期间，全国许多地方邀请战役英雄、行业代表讲述抗疫故事，弘扬生命至上、举国同心、舍生忘死、尊重科学、命运与共的伟大抗疫精神。抗击疫情的伟大斗争，让中华儿女的情感纽带更加牢固，为人民群众上了一堂生动的家国情怀课。回望中国的抗疫斗争，总有许多记忆，让人心潮澎湃。在春节前夕，湖南支援湖北医疗队队员洪余德告别年迈的父亲，毅然赶赴一线，在给父亲的信中，他说：“同为父亲，我的不舍与眷恋和您一样，但没有国泰民安，哪有家庭幸福。”从“天使白”“橄榄绿”“守护蓝”“志愿红”迅速集结，到普通群众顾全大局居家抗疫，无数人抱定“一家不圆万家圆，万家圆时心方安”的决心，让炽热的家国情怀为中国抗疫斗争注入深沉力量。

今日中国，已经站在实现“两个一百年”奋斗目标的历史交汇点上，国内外环境的深刻变化既带来一系列新机遇，也带来一系列新挑战。全国各族人民在中国共产党领导下，继续向着全面建设社会主义现代化国家的新征程奋勇前行。我们的国家，积累了坚实的综合国力，形成了显著的制度优势，这是迈向新发展阶段的底气所在，也是抵御风险、再创佳绩的根本保证。更恢弘的事业，更壮阔的胜利，正待我们用新的奋斗去开启。一名基层工人的国庆感言说得好：“每个人进步积累起来就是时代的进步，把本职工作做好做精，就是对祖国最好的献礼。”微小的努力，乘以14亿，就能聚起磅礴伟力；风险和挑战，除以14亿，都可以迎刃而解。各族人民同心同德，亿万家庭同向而行，将个人奋斗、家庭幸福汇入国家发展、民族复兴的洪流中，我们就有了勇往直前、续写伟业的底气。

节日是时间的坐标，为美好的未来吹响奋斗号角。共赏中秋圆月，共护祥和中华，千百年来早已融入中国人的血脉基因。家是最小国，国是千万家。乘着新时代的东风，中华儿女必将以筑梦家国的最美姿态，在民族复兴的跑道上跑出新的好成绩。
（人民网）

