

## 当花的芬芳香 遇见书意之情 康定惬意生活素描

◎康定市融媒体中心 孙雪花

风变温柔很多，初春的足迹如同奢侈品，星星点点散落在康定城的角落，我酷爱春的这个阶段，是到骨子里的那种，即便墙角处的一缕青草芽足以上我驻足多时，并用心掏出一些精美的词句和它挑逗一会。

### 浓烈的花香陶醉康定城的梦

坐在康定新城公园长木椅上，望着湛蓝的天空，几只鸟儿掠过，不远处《草原上升起不落的太阳》音乐此起彼伏，几位老阿爷伴着舞曲，似乎没有人能影响他们的表演，不仅是今天，上次在这个地方，我偶遇一位二道桥的大叔，正深情地拉着手风琴，我很清楚的记得是《我的祖国》曲目，那时正是秋凉时，周边还有柳叶飘零，回想起来挺美妙的意境，在午休时间在这里坐坐确实是一种享受。除了潺潺的流水、微风中摇曳的树枝、淡淡的花香，还有很多你意想不到民间自由才艺。

路边的樱花娇艳欲滴，每年的这个时候，城市的道路便成了花带，那随风飘来的花香一阵又一阵，那些拿起手机拍照的人满脸满足的笑容，如同得到了梦寐以求的东西。当然我们也不例外，新城广场两边的杏花、桃花及不知名的花全开了，停在树枝上高唱的鸟儿，此时高调很多，繁花绿叶应该是鸟雀蜂蝶最满意的歌台，蝌蚪欢快游荡，沿着阶梯一直到山上，绿叶的清香迎面扑来，倘若你很久没有到林里走走，此时你会发现很多春的印记，那满山的野杜鹃花便是最吸引你的风景，会不由自主拍照留念。

木格措的杜鹃花也是正当时，每年的5月，满山的杜鹃花竞相开放，位于木格措景区内的杜鹃峡汇集了300多种形态不同的杜鹃花，杜鹃花从4月下旬次第开放，花期长达4个月。漫山遍野的“爱情花”绽放成了花的海洋。杜鹃有着“花中情圣”的美誉，趁着阳光群花倒影的风景是很绝美的，杜鹃花除了娇艳，更有一种野性之美，每到这个时候，相约杜鹃花的人络绎不绝。听木格措清流的美妙乐音合着满山杜鹃次第开放的声音，一个字“妙”，这是世外桃源中感受原始森林的乐音。除了知名的杜鹃花，城内城外不知名的野花竞相斗艳，从住户花盆到山林角落，各色花纷纷以自己喜爱的方式，自由开放，空气中弥漫花的香味，随风溢满城市、山林。

### 书意之情充实康定人的心

除了醉人的花香，这个城市还有更特别的韵味，当你路过亭子，不时会遇到看书的人，在新城广场亭子看到几处绿荫下看书的人，他们几乎察觉不到身边人来人往，偶尔提一下跨在鼻梁上的眼镜，选一处安静，走近一看原来是一名退休叔叔正在看一本红色题材书籍，很冒昧的和这位叔叔搭讪了一下，“我每天都要看书，到这里空气好，看自己喜欢的书确实是一件很惬意的事情，看书很舒服，如果感觉眼睛倦了，可以锻炼一会身体，放一曲革命歌曲，很舒服”他说，他们精心安排生活，让人羡慕、敬佩，从那些不经意的爱书意的情怀中才能真正感受到骨子里散发的书香，这里还有放广播的大爷，播放很早的革命歌曲，看着他们精神抖擞边走边听，有一种不凡的气质和时代特点。

室外春意盎然，室内温馨舒适，踏着花草的体香，信步来到该市职工活动中心，这里怎一个温馨惬意了得，特别是那处“读书角”格外独特，读书角座无虚席，部分干部职工利用中午休息的时间，正在活动中心阅览室里安静地看书，据工会的干部说，每天都有很多人到这里看书。

除了这些地方，新华书店、咖啡店、书吧等，都会发现一些喜欢看书的人，信步来到我朋友办公室，准备午休时和他闲聊一会，今天他刚好在办公室，看到我招呼我坐下，他正在做笔记，一边播放着学习强国的视频，他告诉我：“现在生活很充实，特别今年又是建党100周年，作为一名党员，学习不能落下，一般在中午休息或下午饭后都会静静地听一些党的历史音频、红色电影等，以后这个一定要养成习惯，学到很多东西，也很有收获”。

眼下，全市党史学习教育如火如荼，干部群众纷纷参与学习活动中，他们通过书本、网络、电视等载体，学习党的历史这对大家，特别是党员干部来说是提升和新的洗礼，回顾历史，知道幸福生活的来之不易。

阅读是修养，阅读是提升。前不久，甘孜州“全民阅读”活动启动仪式在康定市民族小学举行，来自康定市城区的幼儿园、小学、中学学生以爱党爱国为主题，献上精彩的诗歌朗诵。孩子们将饱满的情感，融入歌、舞等元素，以活泼多样的形式，为红色经典注入新的生命力。

全民阅读，书香康定，人人都是学员，多看一些有意义、有价值的书籍，终身受益。该市塑造学习型城市、学习型机关、学习型乡镇、学习型村、学习型人，以党史学习教育为抓手，将红色主题教育、爱国主义教育等融入全民阅读重点内容之一，实现机关、乡镇、村（社区）、户、人全覆盖，为百花盛开的康定之春增添浓浓的春意。

5月17日上午，身患肾衰竭，37岁的孙蓉（化名）在家人的陪伴下来到德阳市第二人民医院血透室进行透析。每次做完透析，她还需要对褥疮换药，但现在不用再跑到别的科室，有专门的护理人员“跨科”为她护理。

“人们对医疗的需求不断增加，给护理提出了新的课题，护理延续服务、互联网+护理、个性化护理等护理新模式已在各级医疗机构开展。”四川省护理学会理事长温贤秀表示。

## 我省积极探索医学护理新模式 医院护理有了“私人定制”

◎白华宇 四川日报记者 石小宏

### 护理“私人定制”每位患者都有不同的护理方案

不久前，75岁的晋婆婆住进四川省老年病医院，医院为晋婆婆进行了全方位检查，在护理方面，则为老人进行了“私人定制”——住院治疗期间，护士给老人定时做踝泵运动预防血栓，主管护士还会适时对护理方案进行调整。内分泌消化科病区护士长肖利告诉记者，每位入院的老人都会有综合评估和不同的护理方案，“营养不良的就会在饮食上专供相应食品，需要加强运动的也会专门安排陪同散步等”。

今年初，“无陪模式”在成都三医院出现，陪护不再由家人承担，而是交由专业护理。肿瘤患者乔兵（化名）成为第一位体验的患者，既没有让妻子、子女多费力，又节省了请护工的费用。手术及术后康复的一个月时间里，日间护理套餐总价仅298元。算下来每天陪护的花费不到10元。乔先生说，想过请私人护工，“但如果请了，每天的费用大概200块。对我这个家庭来说是一笔不小的开销”。

成都市第三人民医院护理部主任陶岚说，护工费用的高企和陪护水平的参差不齐为患者家属带来了困扰，也为医院实现高质量发展提出了难题。成都市三医院尝试以公开招标的形式引进了第三方护理员管理公司，并借助专业的护理培训和规范的管理，强化整个陪护队伍的能力。

“在选择套餐时，需要先接受病情评估，以实现对患者保障。”医院护理部的韩强介绍，在评估结果之上，经过培训的陪护人员会根据家属选择，提供不同等级的陪护项目。患肾结石入院的吴爷爷选择了298元的陪护项目，包含了住院期间的全程日间普通陪护，由陪护人员提供例如检查预约、特殊检查陪检等服务。算下来，10天的住院日均陪护的费用低至30元/天。

### “互联网+护理”像预约网约车一样预约护理服务

通过规范开展流程，创新服务

模式，“互联网+护理”逐渐在我省各地生根发芽。

今年2月的一天，绵阳市第三人民医院伤口造口护理小组专家成员陈丽在手机上收到了一个伤口护理工作邀请：为一位年过七旬的老人处理压疮。陈丽来到患者宋婆婆的家里，不仅顺利完成了伤口处置，还细心地为家属讲解伤口的日常护理知识和注意事项。

这样类似于预约网约车的护理体验，绵阳市许多医院都在有序开展。2020年，绵阳市正式启动“互联网+护理”探索实践，将高龄或失能老年人、康复期和终末期患者、长期卧床患者、家庭病床患者等列为重点服务对象，结合线上渠道为他们提供居家慢病管理、康复护理、专项护理、健康教育、安宁疗护等方面的护理服务。去年1月，绵阳市中心医院成为我省首家开展“互联网+护理”服务的试点医院，市民通过下载专门的手机App，就能一对一选择护理人员并进行预约确认。“网约护士”都统一配置有护理工作记录仪，服务行为全程留痕。

“大家好，褥疮的护理要注意这几件事……”在德阳市第二人民医院伤口护理门诊建立的微信群里，患者提出护理问题后，护理人员都会及时给予解答。医院伤口门诊护士长陈丽娟告诉记者，提供微信护理知识仅是一个方面，如果患者有需求，伤口护理小组还可以到患者家中进行褥疮等压力伤口处置。

线上发力 向家庭下沉，向慢病护理等领域延伸

截至2020年底，全省注册护士28.59万人，较2015年增长50%；每千人口注册护士3.41人，较2015年增长47%。

护理人员数量不断增加，护理人员综合素质和护理服务模式的改革创新也不能缺席。我省创新建立护士执业信用体系，规范开展护士执业记录定期报告制度，全省已建立21个市（州）级和160个县（区）级护理质控中心，形成省—市（州）—县（市、区）三级护理质量管理体系，实现全省护理质量

管理全覆盖。率先在全国开展新入职护士规范化培训，全省93%的二级及以上医疗机构建立了护士岗位培训制度。

2012年9月，省人民医院就成立了延续护理中心，打造了一个集门诊、社区、家庭及科研为一体的综合性护理中心，有效提升了护理专业水平，让出院患者的护理需求得以延续。

省卫健委相关负责人介绍，我省还将继续深入探索“互联网+护理”服务，让护理专家团队上线为患者及公众提供线上咨询和上门服务，促进优质护理资源和护理服务从三级医院向基层医疗卫生机构、社区和家庭下沉，向慢病护理、老年护理、康复护理、居家护理等领域延伸。长江“十年禁渔”开局良好取得重要阶段性成效

长江是中华民族的母亲河、生命线，是我国生物多样性最具典型性的一条生态河流，孕育了丰富的水生生物资源。但是，受水域污染、过度捕捞、挖砂采石等高强度人类活动影响，长江珍稀特有物种持续衰退，经济鱼类资源接近枯竭。

这一现状正在发生改变，从2021年1月1日零时起，长江流域重点水域开始实行十年禁渔。这是扭转长江生态环境恶化趋势的一项关键举措。农业农村部副部长、长江禁捕退捕工作专班主任于康震曾在不同场合表示，长江禁捕退捕是落实“共抓大保护、不搞大开发”的重要突破点和着力点，对推动长江大保护和长江经济带绿色发展具有重大意义。

长江禁捕退捕工作专班日前对外披露，今年以来，按照“一年起好步、管得住，三年强基础、顶得住，十年练内功、稳得住”的总体思路和“补短板、强弱项、提能力”的目标要求，沿江各地持续开展专项整治行动，不断深化跨区域、跨部门执法联动协作机制，有效遏制各类涉渔违法犯罪行为，水生生物资源得到一定程度恢复。从沿江省市统计数据和农业农村部渔政执法举报受理数据看，禁捕管理秩序较去年有明显好转。

## 中国推出第八版新冠肺炎防控方案 坚持“人物同防” 强化疫苗接种

为进一步指导各地做好新

冠肺炎防控工作，在全面总结中国常态化疫情防控和局部聚集性疫情处置工作经验基础上，结合全国疫情形势变化及研究进展，国务院应对新型冠状病毒肺炎疫情联防联控机制综合组日前组织修订了《新型冠状病毒肺炎防控方案》，是第八版。

国家卫健委疾控局一级巡视员贺青华表示，第八版的防控方案主要修订内容涉及以下6个方面：一是完善了总体防控要求，加强外防输入政策措施，坚持“人物同防”，加强对进口冷链食品及其包装的检测和消毒工作；二是强化组织领导和指导，指导地方各级党委政府建立健全疫情防控的指挥体系和工作机制，制定完善关于防疫基本行为准则、监测、流行病学调查、密切接触者判定与管理等工作文件。加强对各

地防控工作的指导；三是强化疫苗接种，持续做好重点人群和疾病传播风险较高的人群的疫苗接种工作，不断扩大接种人群范围；四是强化疫情监测，制定了新型冠状病毒肺炎监测方案，指导各地开展新冠肺炎监测工作，落实早发现、早报告；五是强化农村地区的疫情防控，加强社区防控，流行病学调查、隔离医学观察、核酸检测等工作的针对性指导和对口支持；六是强化隔离医学观察管理，加强入境人员密切接触者等隔离医学观察管理和核酸检测。

“第八版防控方案更加完善。”贺青华说，全国各地要按照防控方案的总体要求和及时发现散发病例或者是聚集性疫情，做到早、小、严、实，科学精准、有力、有序、有效地处置疫情，真正做到发现一起疫情、扑灭一起疫情，巩固疫情防控的成果。

据新华社

## 4月份 全州CPI同比上涨0.1%

甘孜日报讯 据国家统计局甘孜调查队调查显示：4月份，随旅游旺季临近，本地涉旅市场回暖收费价格上涨，加之原材料价格上涨导致部分工业品价格上涨，甘孜居民消费价格指数(CPI)同比由微跌转微涨，上涨0.1%。但受到猪肉及其他生鲜价格的持续回落影响，同比涨幅依旧在

低位区间运行。较全国和全省分别低0.8、0.7个百分点。

在全省21个市中居第18位，较最高的宜宾低1.1个百分点，较最低的雅安高0.8个百分点，较周边的阿坝、凉山低0.6个百分点。1-4月平均，较去年同期上涨0.1%，4月环比下降0.4%。

甘孜调查队

## 4月份 全州猪肉价格持续回落

甘孜日报讯 据国家统计局甘孜调查队调查显示：今年一季度生猪产能恢复和供应情况持续向好，调查数据显示甘孜生猪一季度出栏和猪肉产量同比涨幅均超过20%，加之4月全省生猪购进价格单月大幅下跌，导致4月份猪肉价格环比下降10.7%，连续三月持续下降，降幅较上月扩大3.7个百分点。

就形势来看，生猪产能恢复较快而猪肉需求不旺，猪瘟和疫情影响进一步弱化，购进成本降低且供需持续稳定，猪肉及其相关产品价格连续大幅下跌。预计如无疫情等新的因素影响短期内的供需关系，猪肉价格将继续呈下降趋势，但降幅可能收窄。

甘孜调查队

## 4月份 全州鲜菜环比价格连续下跌

甘孜日报讯 据国家统计局甘孜调查队调查显示：天气转暖，菜品更加丰富，市场供应充足，鲜菜价格连续下跌，4月份鲜菜价格环比下降7.63%，降幅较上月收窄0.37个百分点。

在监测的33种鲜菜、鲜菌规格品中18降10平5涨。下降的鲜菜品种降幅最大的是青椒（二荆条），降幅为25.68%，其他降幅靠前的有大葱（-24.72%）、

冬瓜（-22.22%）、大白菜（-13.21%）、蒜苔（-112.87%）、南瓜（-11.76%）、黄瓜（-11.11%）、莴笋（-9.19%）；上涨的鲜菜、鲜菌品类较上月增加5种，涨幅约为15.2%，较上月扩大12.2个百分点。其中涨幅最高的是小葱，涨幅15.47%。其他涨幅靠前的还有菠菜（10.64%）、洋葱（4.17%）。

甘孜调查队

## 尘肺病对健康的危害

尘肺病是一种肺功能损害不可逆性职业病，在职业过程中如果注意职业卫生防护，是完全可以避免消除的，所以尘肺病的防治非常重要。

### 一、哪些行业容易患尘肺病？

- 1、矿山开采业：各种金属矿山及非金属矿山的开采；
- 2、机械加工业：铸造业的配砂、混砂、成型以及铸件的打磨、清渣等；
- 3、金属冶炼、建筑材料、耐火材料、水泥制造、玻璃制造、陶瓷和搪瓷行业；
- 4、建筑业：铁路、公路修建中的隧道开凿和道路铺设；
- 5、水电业：电站修建、隧道开凿等。

### 二、尘肺病是如何发生的？

长期吸入大量的生产性粉尘可使人体防御功能失去平衡，清除功能受损，粉尘在呼吸道和肺内过量沉积，导致肺组织损害，造成肺组织纤维化，即尘肺病。粉尘对人体的危害程度主要取决于粉尘的化学成分、粉尘浓度和

粉尘颗粒大小等。矽尘(游离二氧化硅含量大于10%的粉尘)是导致尘肺病最常见的粉尘。

### 三、尘肺病的早期症状有哪些？

尘肺患者早期症状不明显，肺部体征和X线检查也无特异表现，所以早期诊断较困难。随着病变发展，临床症状也逐渐明显，表现为咳嗽、胸闷、胸痛和气短。胸部X线照片可观察到肺组织进行性、弥漫性的纤维组织增生。随着纤维化发展，会逐渐影响呼吸系统及其他器官功能。

### 四、哪些人不能从事粉尘作业？

患活动性肺结核、慢性阻塞性肺病、慢性间质性肺病以及其他伴肺功能损害的疾病的劳动者，为避免加重健康损害，不能从事粉尘作业。

州疾控中心

健康甘孜行动 健康知识宣传  
州疾控中心主办  
http://www.gzcdc.org/  
健康热线：12320



身学习环境。手机拍摄技巧，App操作指南、申领健康码方法……前不久，上海市教委出台相关意见，计划到2025年，建设100个老年智慧学习场景，创建100个老年智慧学习品牌等。开设老年课堂和培养助老团队，有助于老年人跨越数字鸿沟，促进形成普惠多元的终身学习场。

新华社发