

名医诊疗面对面 健康生活常相伴

近300名读者在“冰城+”粉丝节上与省医院专家团来了一场温暖的“健康之约”

荟聚青商力量 助推冰城发展

哈尔滨市举办招商推介会

本报讯(记者 刘首原)记者从市企业和投资服务局获悉,12月16日,全国工商联青年企业家委员会走进黑龙江暨黑龙江省首届青年企业家大会在哈尔滨举行。其间,哈尔滨市举办“荟聚青商力量 助推冰城发展”招商推介会,向参会代表、企业家介绍冰城优势与投资兴业潜力。

全国工商联青年企业家委员会走进黑龙江暨黑龙江省首届青年企业家大会由哈尔滨市政府、黑龙江省工商联主办,哈尔滨市企业和投资服务局、黑龙江省青年民营企业家协会承办。大会以“荟聚青商力量 助推龙江振兴”为主题,全国工商联青委会主席团成员、黑龙江省青年民营企业

家商会会员企业等来自国内外的优秀青年企业家代表200余人齐聚龙江,共议新时代青商在服务东北振兴和龙江发展上贡献青春力量。

大会期间,哈尔滨市举办“荟聚青商力量 助推冰城发展”招商推介会,哈尔滨市企业和投资服务局、哈尔滨新区、哈尔滨平房区、哈尔滨综保区、哈尔滨临空经济区等相关部门和单位分别做招商推介,向参会代表、企业家介绍哈尔滨优势及投资兴业潜力。会后,还举行了“青商力量闪耀龙江”暨青商联盟启动仪式。联盟成立后,将为推动全国青商融合发展搭建互促互建平台,为下步全国青年企业家助推龙江发展赋能助力。

本报讯(林颖 李红 记者 杨艳 刘菊)“这场义诊真是方便而且惠民,平时都一号难求的大专家,今天早早就来到现场给我们答疑解惑。我可以一次性找多位专家求医问药,哈尔滨日报举办的活动太好了……”刚参加完义诊的赵女士对哈尔滨日报“冰城+”粉丝节活动竖起了大拇指。

参加活动又得“礼”

12月17日,哈尔滨日报医卫康养工作室与黑龙江省医院共同举办的“‘冰城+’粉丝节”温暖冬日大型公益义诊在哈尔滨哈西万达广场顺利举行。义诊场面热烈且温暖,来自黑龙江省医院呼吸内科、内分泌科、整形外科、肿瘤治疗中心等科室的8位专家为近300位市民进行了义诊。参加活动的市民不仅进行了免费心电图、血压、血糖检测,还有70位市民领取了平安保险公司提供的精致急救包。

“我是哈尔滨日报、新晚报的老读者了,别看我70岁了,眼睛可不花,每天都看报。这次知道哈报举办了义诊活动,我赶紧让儿子帮我下载了‘冰城+’。今天的专家都太好了,我来得早,很快就给我看完了,随后还领到了精美的急救包。”王女士告诉记者,她确诊糖尿病20多年了,最近血糖经常出现波动,又因为天冷不爱出门去就医,这回义诊就在家门口,她早早就来到现场参加活动,“专家的指导既全面又贴心,来这一趟真值!”

专家为心脑血管疾病患者“支招”

“今天义诊了近20名患者,其中一多半

是老年人,这些人中又有一部分人曾经患有心脑血管疾病。”省医院心内科主任梁明建议,为了预防患上心脑血管疾病,平时一定要保持良好的心态,避免情绪过于激动;改善生活和饮食习惯;避免太过疲惫,确保足够的休息时间;坚持适当的运动,同时还要避免寒冷的刺激,及时补充身体水分等。

呼吸科专家为市民现场“开药”

最近陈先生一直觉得胸闷,还总咳嗽,早就有去医院就诊的打算,看到哈尔滨日报举办粉丝节义诊活动,他第一时间报名。“这活动真是为我们老百姓谋福利,我觉得心脏不舒服,还老咳嗽,心内科、呼吸内科的专家都给我进行了下一步检查及用药指导。我还去其他专家那看了一下,把身上的‘小毛病’都和医生聊聊,学学科学的保健方法。感谢哈报也感谢医生,让我们有这样一个近距离和医生交流的机会。我还领到了伴手礼,太开心了。”

“医院呼吸科每天接诊的患者都在180人左右,但大部分人都患上流感,经过医生的指导下用药,一段时间内就可以痊愈。”呼吸内科副主任医师孙博文介绍,陈先生也属于痊愈,对症服药、多休息,3天至7天就能痊愈。

孙博文介绍,目前流行性感冒主要是由甲型和乙型流感病毒、合胞病毒感染引起,以高热多见,寒战、头痛、关节肌肉疼痛等全身症状重。流感虽然比一般的病毒性感冒重,但它也跟大多数病毒一样,具有自限性,



省医院专家为《哈尔滨日报》读者诊病。本报记者 杨艳摄

也就是病毒越繁殖,毒力越低,一般到一周左右,病毒可以自动清除,流感可以不治而愈。早期应用抗流感病毒药物可缩短流感病程,减少流感传播。流感有相对特效的抗病毒药,比如奥司他韦、扎那米韦等。

孙博文建议,对呼吸道疾病也不用过分紧张,生活中做好预防,出现症状及时到医院进行检查,明确病原体,对症用药,合理治

疗。生活中保持良好的卫生习惯,坚持勤洗手、常通风、公筷制、保持社交距离、咳嗽礼仪、清洁消毒等。建议房间湿度保持40%~60%为宜,多喝水,在不着凉的前提下,保证室内通风。合理膳食、适量运动等健康生活方式,提高健康素养和自我防护能力。减少聚集,避免去人员密集场所,去的时候建议戴好口罩。

加强供热设施、管网巡检巡查频次,启动备用锅炉确保低温天气供热质量

哈市热企开足“火力”确保居民住暖屋

本报讯(记者 刘述波)近期,受冷空气影响,哈市迎来持续低温天气。哈市各家供热企业迅速启动低温应急预案,扎实做好低温天气下设备运维和供热参数调整,确保居民家中室温达标,住上“暖屋子”。

“火力全开” 确保用户室温稳定

17日,记者来到负责群力地区供热的龙唐群力供热分公司,该公司指挥中心监控显示器显示,一次网供水温度为104℃,回水温度为52℃。

龙唐群力供热分公司供热面积约2108万平方米,户数17.5万户,供热范围西起四环路、东至上江街,北起友谊西路、南至哈双北路。为应对低温天气,该公司已与热源厂进行沟通,提前进行一级网升温,热源厂已做好储煤和辅助热源准备,同时,加强供热设备巡视和调整,及时进行设备检修和维护,加强入户检修服务,将服务提档升级,第一时间解决用户不热、跑冒滴漏等问题。

哈市华能集中供热有限公司承担道外和道里两区部分区域4300万平方米供热任务。为全面应对此轮持续低温天气,华能公司根据实际气温变化,提前制定调度运行方案。

据公司总经理李壮男介绍,目前该公司已投入运行19台锅炉,同时,通过精细化调整供热系统的运行参数,如温度、流量等,确保用户室内温度稳定。另外,该公司加强对供热设备设施的巡查,及时发现并处理潜在的问题,确保供热系统正常运行。

无人机配合 加密管网巡检频次

威立雅(哈尔滨)热电有限公司负责哈尔滨南岗区哈西地区的供热。该公司已启动多项严寒期运维保障措施,增加各辖区热网管理所值班人员,加强供热设施、管网的巡检巡查频次,无人机配合进行巡检操作,发现问题立即整改、消除隐患。

捷能热力电站有限公司负责松北区大部分供热面积。据该公司生产副总经理曹香梁介绍,该公司立即启动备用锅炉2台,目前共启动14台锅炉,确保低温天气的供热质量;并加强对锅炉、换热站、阀门井和管线等设备设施的巡检频次,确保供热设施平稳运行。

在岗备勤 应急抢险队伍随时待命

日前,市住建局下发通知要求,全市各级供热主管部门和热企做好应对强降温天气工作。通知要求,各区县(市)供热主管部门、供热企业要平稳调整供热参数,确保居民室温达标;要确保应急抢险队伍24小时在岗备勤,备好备足备品备件。

记者在采访中了解到,针对连续低温天气,各热企已按照省市住建部门的要求,各公司抢修人员处于24小时备战状态,并制定



工作人员检查供暖设备。

了突发故障应急预案,确保应急抢险人员、物资和工器具等储备随时待命,应急通信24小时畅通,确保突发故障时反应迅速、处置

及时。同时,客服中心全天24小时接听报修电话,快速响应,快速处理居民反映的各类供热问题;外网维修人员全员值班待命。

培养环保意识 树立绿色理念

道里生态环境局推进“环保进校园”工作

本报讯(记者 李木双)“节约就是少看一个小时电视”“节约就是不浪费水”。近日,在爱建小学校的会议室里,一年级的学生们争先恐后说出保护环境的办法。这是道里生态环境局推进环保知识进校园系列活动之一,由专业的生态环境执法人员向学生们现场讲解生态环境保护知识的讲解。

宣教活动一开始,小学生们就被生动的宣传视频吸引了。道里生态环境局工作人员通过播放环保动画、环保宣传图等方式,引导小学生了解什么是空气污染、水污染、土壤污染、核辐射污染,并介绍如何在日常生活中避免污染环境。在提问环节中,认真

听讲的小学生们急切地举起小手回答问题,“减少碳排放就是空调温度不能太低”“不能浪费粮食”“要节约能源、垃圾要分类”。

今年10月起,为培养小学生对自然环境和生态保护的关注和意识,道里生态环境局与辖区内幼儿园、中小学校开展合作,向少年儿童进行生态环境保护相关知识的讲解。爱建小学校是宣教活动的第二站。下一步,道里生态环境局将与辖区教育机构合作,针对不同年龄段、年龄的少年儿童设置专门的生态环境保护材料,定期对幼儿园和中小学校的学生进行宣讲,树立生态环境保护意识,引导学生将生态环境保护知识用于日常生活,形成绿色环保理念。



哈尔滨音乐厅演出信息

奥斯卡经典电影原声视听交响音乐会

时间:2023.12.23/ 12.24 19:00

票价:80元(惠民)/120元/180元/280元/380元

演出地点:哈尔滨音乐厅(群力大道1号)

业务电话:0451-84692455

售票电话:0451-84699400

加微信、赢门票 关注最新演出资讯,请加入我们的官方公众微信:yys0451

敬业

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐

自由 平等 公正 法治

爱国 敬业 诚信 友善

中国梦

哈尔滨市精神文明建设指导委员会办公室

查佩仙设计