

孩子们的老师妈妈

本报通讯员 朱 鹰

学生来自一个经济条件比较差的家庭，长期缺乏关爱使她的心灵变得敏感而躁动。“初中毕业就得外出打工，年满十八就要找婆家嫁人……”学生越说声越低，直至泣不成声。

韩文苗将自己的成长经历讲给她听，她说：“我能靠知识改变命运，我相信你也行！”吴姓学生猛地拉住老师，像抱住了一根希望的稻草。

没有一个冬天不会过去，吴姓学生像一颗被唤醒的芝麻，花儿越开越高，梦想越来越远大。她先是考上重点大学，又考上西安交通大学的研究生。现供职于西安市儿童医院，成为一名医技精湛的医生。

2011年，因为镇内教师退休的较多，边远教学点教师欠缺严重，英语、美术等学科更是被教成了“拼音”、涂鸦。于是韩文苗主动请缨去条件极差的两个教学点任教。“我们的祖国是花园，花园里的花儿真鲜艳……”当载着韩文苗的摩托车进入学校那一刻，几十个孩子手拉着手围成了一个圆圈，他们唱呀、跳呀，用最朴实的方

式诉说着心灵深处的喜悦。

“韩老师来之前娃画的画全是黑白的，韩老师来了以后娃画的画全都是彩色的！”这是一位学生家长的心里话，也是韩文苗带给山区教育的变化。新授《庐山的云雾》那一课的时候，韩文苗在导课环节播放了宣传片《风情天竺山》，孩子们的积极性一下子被激发起来。在学到词语“千姿百态、瞬息万变”的时候，前排一个站起来举手的同学引起了韩文苗的注意。小男孩大声地说：“我姐姐在法官中学念书，她学校都举行艺术节了，她还唱歌跳舞表演节目，可有意思了。我们学校也可以举行这个艺术节吗？”韩文苗斩钉截铁地说：“能！”两个教学点校园文化艺术节如期开展，家校携手师生同台，唱响了一台振兴乡村教育的“大戏”。

2014年暑假，韩文苗通过选拔考试走进了山阳县第二幼儿园，成了一名幼儿教师。2017年9月，韩文苗班里来了一名张姓的特异体质幼儿。孩子先天性扁桃体肥大，严重缺钙。幼儿一日活动中的晨午检

查记录、应急处理等工作非常烦琐，接收一个特异体质幼儿就意味着工作中会有更多更重的“味道”。孩子刚来幼儿园，哭闹情绪非常严重。好不容易才哄全班幼儿入睡，张姓幼儿一个惊醒，抽抽着身体闹腾了起来。那一刻，韩文苗毫不犹豫抱起孩子冲了出去。好在发现及时，有惊无险，孩子安然无恙。事后，家长满脸愧疚地说出了孩子患有先天性扁桃体肥大的实情，睡觉会惊。韩文苗安慰家长说：“我也是当母亲的，孩子是一家人的希望，当家长的一定要

把孩子的养育当重要事来经营。”3年来，韩文苗手把手拉孩子下楼梯、教孩子上楼梯，活动时专门观察训练……2020年夏季毕业季最后一次送幼儿离园，张姓幼儿的妈妈抱起幼儿正准备离开，孩子却突然挣扎着喊起了“妈妈”。孩子的母亲大惑不解，问孩子怎么了。孩子口中的一句“韩妈妈，我要韩妈妈”，让在场所有人的心仿佛都被瞬间融化，有的流下了感动的泪水。



2007年9月，韩文苗怀揣教书育人梦想走进了山阳县法官镇碾头九年制学校。9月的鹤岭深处，风是凉的、雨是冷的，瓦房里朗朗的读书声却是热的。韩文苗在满眼是光的孩子们身上看见了自己靠知识改变命运的身影。她就想用七彩的画笔唤起孩子们对美好未来的憧憬，起伏的远山、霜染的红叶在她的笔下都变得能传神、会说话，一天到晚被文化课塞满的校园生活瞬间变成了四月里的小河，活泛灵性了起来。

一个初夏的午后，一名姓吴的女学生交来的美术作业引起了韩文苗的注意。晚自习后韩文苗将吴姓女学生约去操场散步。

梨园村文明新风沁人心

本报讯（通讯员 禹 爽）

今年以来，柞水县乾佑街道梨园村立足“凝聚群众、引导群众、以文化人、成风化俗”工作主题，秉承“服务为先、特色鲜明、群众认可”的服务理念，通过乡风引领、示范带动，村民们的精神风貌焕然一新，养成了人人关注环境、户户讲究卫生的好习惯，形成了移风易俗、勤劳致富的新风尚。

群众在哪里，志愿服务就送到哪里。梨园村以群众需求为导向，精心设计志愿服务项目，邀请专业技术人才、村里能人等志愿服务力量，专门组建了产业发展、文化振兴两大志愿服务组，推出了“线上接单+资源整合对接+志愿者接单”一站式服务，通过居民微信、电话、上门接单和实践站整合资源对接及志愿者接单的方式，快捷有效地完成村民的微小心愿和需要。面对村上闲居劳动力的情况，定期开展北美冬青、红豆杉种植、酿酒技术培训，架起村民增收致富的“桥梁”。今年累计带动56户群众通过

土地流转、就地务工、盆景培育等方式就近增收，鼓励发展农家乐10多户，拓宽群众自主创业渠道。

梨园村依托新时代文明实践，发挥“自治、德治、智治”作用，以“和谐家风、文明村风、社会新风”建设为抓手，广泛宣传村规民约，大力推行“家文化”“善文化”“先贤文化”，组织丰富多样的文化活动和科普宣传，积极发挥“德治”教化作用。以秦岭山水乡村、星级文明户、“五美庭院”创建为重点，通过完善村规民约，健全“四会”制度，坚持“红黑榜”亮相，引导村民治陋习、除旧弊、破陈规。今年先后组织评选星级文明户65户、五美庭院20个、好婆媳2人。以“人盯人+”社会基层治理创新平台，将平安创建、信访调解、便民服务、法制宣传等工作纳入村级治理“一张网”，实行网格化管理，发挥智治支撑作用，建设人人有责、人人尽责、人人享有的社会治理共同体。

梨园村紧盯最美秦岭山水乡村建设目标，将“五美庭院”建设作为推进文化振兴、建设秦岭山水乡村的重要抓手，实行环保责任区网格化管理，全面开展村内河道整治及道路院落美化、亮化工程，鼓励和引导群众主动投身房前屋后的美化绿化工作，对群众房前屋后的柴堆、草堆、沙堆、粪堆等进行了全面清理，拆除了一批猪圈、柴棚等乱搭乱建，完成“厕所革命”，通过“晒美亮丑”，直接推动群众的院落更加干净整洁、舒适宜居，进一步推动文明梨园、美丽梨园建设进程。



连日来，洛南县保安镇积极落实落细森林防火相关举措，利用村村通应急广播、流动宣传车等将防火通告、禁火令和反面典型案例录制宣传语音，进行不间断宣传，筑牢森林防火第一道防线。图为近日工作人员在进行森林防火宣传、排查隐患。（本报通讯员 杨开让 摄）

商南加强农家书屋管理

本报讯（通讯员 代绪刚）今年以来，商南县进一步加强农家书屋的管理和使用，健全农家书屋长效运行机制，推动农家书屋规范正常运转，有效保障群众阅读的基本文化权益，充分发挥农家书屋在传播科技文化、丰富群众业余文化生活、培育文明新风等方面的积极作用。

商南县加强农家书屋资产管理，明确农家书屋资产归各村（社区）集体所有，由各村（社区）负责管理，任何单位、集体和个人不得侵占农家书屋资产，对挪用、挤占农家书屋设施的，追究相关人员的责任。严格执行《农家书屋管理制度》《农家书屋借阅制度》《农家书屋管理员岗位职责》《农家书屋资产管理规定》等规章制度，并公开上墙。农家书屋每周开放不少于5天，每天开放时间不少于4小时，具体开放时间各村（社区）根据实际情况制定开放时间表，并悬挂在显眼位置，以便农民群众借阅，并接受村民监督。每个农家书屋至少配备一名专（兼）职管理员负责日常工作，管理员要具备一定的文化水平和管理能力，负责做好农家书屋的图书管理、分类、上架、登记、借阅等日常管理和相关服务工作，切实为农民选书、借阅提供优质服务。

同时，商南县把农家书屋全民阅读活动和新时代文明实践志愿服务结合起来，统筹实施，利用农闲时节，开展主题性和常态化阅读活动，提高书屋使用效率，促进乡村阅读深入开展，力争把农家书屋打造成各村（社区）文化志愿服务的主要阵地。农家书屋每年至少开展4场主题阅读活动，如读书征文、演讲、讲座、培训等。县委宣传部采取不定期督查方式，对各农家书屋管理制度的落实情况、日常服务情况进行检查，将督查结果纳入各镇办意识形态年度目标责任考核。

柞水民警快速追回老人损失钱财

本报讯（通讯员 周盼 记者 方方）“非常感谢民警同志，在这么短的时间内，帮我们追回救命钱，解决了我们的心上事，你们是我们这些老年人的守护神。”近日，柞水县公安局凤镇派出所成功追回两名老人损失钱财，获得群众点赞。

12月15日8时30分，柞水县公安局凤镇派出所接到辖区两名老人报警，称他们被人诈骗。接到报警后，民警询问相关情况，立即展开调查。经过调查，该报警事实不存在诈骗行为，不属于案件，属于经济纠纷。原来，居住在凤镇镇皂河村的村民郑某以修庙的名义寻求两位老人支持，老人们本着做好事的想法各自拿出近千元现金支持，后来感觉被骗，想把钱要回，但两人上门讨要多次无果，所以报警寻求帮助。

“这两位老人，一位是75岁的五保户，另一位已经80多岁，他们家庭困难，无稳定经济来源。”为了尽快解决问题，帮助老人追回被骗现金，民警通过多次上门走访，向皂河村郑某说法律、讲案例、分析事情后果，动之以情、晓之以理，最终帮两名老人追回现金近两千元。

麻街镇关爱保洁员

本报讯（通讯员 李伊 范璐）“大姐，冬天天冷，这是我们镇上给您买的棉衣和棉帽，请收好。”12月20日，商州区麻街镇的工作人员为辖区保洁员送上了越冬棉衣，把温暖和关怀送到他们的心坎上。

眼下，麻街镇正处在人居环境提升攻坚的关键时期，保洁员担负着不小的责任。他们除了做好日常的清洁保洁工作外，还要扮演好环境卫生“监督员”、防火禁烧“巡查员”。他们在严寒中以实际行动激发村民的卫生荣誉感，促使村民讲究卫生、爱护环境，确保“扫干净、摆整齐、有归栏”成为常态。

入冬以来，持续寒冷的天气给在露天工作的保洁员带来了严峻的考验。12月20日，麻街镇组织开展“寒冬送温暖，情系保洁员”慰问活动，为全镇保洁员发放了冬季御寒新装103件。

“我们辖区有100多名保洁员，他们很多人年纪都不小了。为确保辖区内的保洁员能在低温环境下正常工作，保护他们的身体健康，我们购买了棉衣赠送给他们。”麻街镇工作人员说。

“今天，我收到的新棉衣轻盈保暖，非常适合在工作中穿戴，非常感谢镇政府对我们的关心与爱护。有了这件棉衣，扫地的時候就暖和多了。我们会一如既往地做好本职工作，保障好责任区域的环境整洁。”穿上新棉衣的保洁员田小利难掩心中的喜悦之情。

无偿献血倡议书

社会各界爱心人士、广大热心市民朋友们：

时值寒冬，加之疫情影响，市中心血站现阶段血液库存严重不足，就连急诊也无法保证，对全市临床用血安全构成严重威胁。

为了保证临床上急需血液救助的患者能够及时输血，我们向全市广大爱心人士发出倡议：全市18周岁至55周岁（符合健康体检要求的多次献血者可延长至60周岁）、身体健康、符合献血条件的公民，让我们发扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神和“人道、博爱、奉献”的红十字精神，伸出手臂，自愿加入无偿献血的行列中，努力贡献自己的一份力量！

众人拾柴火焰高，涓涓细流汇成海！爱心不论大小，善举不分先后，每份捐献都是弥足珍贵的爱心，都将化成一缕缕阳光，汇成一股股甘泉，在呵护健康、拯救生命的过程中绽放出灿烂的光芒。让我们用博爱情怀温暖他人，用奉献精神激励自己，愿我们的点滴付出

都凝聚成爱心的彩虹，为那些垂危的生命搭建一条焕发新生的新通道！携手人道，共克时艰，奉献爱心，情暖人间！

市中心血站将严格按照疫情防控要求，做好献血场所的卫生消毒，尽全力保护每一位献血者的健康安全。

捐献全血联系电话：0914-2335555

刘建红 13991488839

陈佳 13891408839

捐献血小板联系电话：0914-2335205

捐献血小板地址：商州区北新街东段商洛市中心血站四楼机采科

商洛市卫健委
商洛市红十字会
商洛市中心血站
2022年12月21日

新冠发烧捂汗“直冒烟”，专家提醒！

12月16日，湖北十堰一女子记录下了丈夫发烧后的情况，引起很多网友关注。

视频中，男子捂着被子躺在床上，脸部、额头上都是汗水，还不停冒出汗气。据女子介绍，她丈夫发烧温度超40℃，吃了退烧药后就是这种状态，现在温度正慢慢降低。有过感染经历的网友表示“出汗以后就好了”。

类似情况还发生在河南郑州。12月13日，一男子躺在床上发烧39.2℃，掀起被子发现直冒烟。当事人田先生称当时是吃了退烧药睡在床上，实在是太热，掀起了被子床单和被子都湿了，还在冒白烟，跟蒸桑拿一样。

新冠发烧后捂被发汗可行吗？

据相关媒体报道，12月16日，北京中医医院呼吸科主任医师周继朴表示：

“捂被子出汗适用于风寒感冒，也就是身上怕冷不出汗的情况，此时可以适当捂一捂，就会出汗，汗液会带出大量的热量，会起到一定降温效果。不过，一定不要过分盲目地捂，特别是体温特别高的时候，比如39.5℃以上，这时候是需要的是散热，如果盖着很厚的被子会影响散热，让体温更高，反而达不到退热效果。”

感染后不停地大量喝水？

周继朴表示，适当加大喝水量是好的，但水不要喝太多，当机体所摄入水总量大大超过了

排出水量，以致水分在体内滞留，引起血浆渗透压下降和循环血量增多，会出现水中毒，又称为稀释性低钠血症。特别是对于心血管病患者、肾储备差患者或患有慢性肾功能不全的人或者是老人，要控制饮水量，如果水超过了人体代谢的限度会加重肾脏负担。一般来说，一天喝两升左右温开水较为安全，适量喝，多次喝（每隔一个半小时喝一次）。（来源：人民日报微信）



布洛芬和对乙酰氨基酚是市面上常见的两种退烧药，二者之间有什么区别？如果发烧，我们又该如何选择呢？专家介绍，布洛芬和对乙酰氨基酚都是通过抑制下丘脑的体温调节中枢而起退热效果，它们的区别有以下几点：

起效时间：

布洛芬1小时左右起效，对乙酰氨基酚30分钟至1小时内起效；

作用持续时间：

布洛芬6~8小时，对乙酰氨基酚4~6小时；

适用年龄：

布洛芬适用于6个月以上孩子和大人，对乙酰氨基酚一般用于2个月以上人群；

给药途径：

布洛芬可以口服、栓剂、静脉，对乙酰氨基酚一般用于口服、栓剂。

专家提醒，吃了布洛芬以后不推荐再吃其他退烧药，因为两种药共同使用，没有显著的临床意义，还可能增加药物的不良反应风险。

此外，市面上常见的“感冒药”（如白加黑、泰诺等），它们的药品通用名中含有“氨酚”或“酚”，即对乙酰氨基酚成分，也可以起到退烧作用。（来源：人民日报微信）

布洛芬和对乙酰氨基酚有啥区别

免费赠饮情可表 对症预防更紧要

本报讯（记者 胡蝶）12月22日18时左右，商州居民周军锋在市区万达广场大路边向经过的市民赠送“爱心预防汤”，排队喝汤的市民还不少。对此，记者进行了采访，并咨询了市中医院院长陈书存。

据周军锋介绍，该爱心赠饮是根据12月10日国家中医药管理局中医药防治专家委员会发布的《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》中的新冠预防方案，由生黄芪、金银花、广藿香按比例，并咨询几位老中医后，适量添加甘草熬制而成。每天花费七八百元，熬制600斤，上午在麻街镇安置点、晚上在万达广场向居民免费派送。“反正闲着也是闲着，为家乡父老乡亲健康作点小贡献，也没什么。”周军锋说。

12月23日，记者就此专门采访了市中医院院长陈书存。陈书存认为，如果该汤饮确实按照此方熬制，具有一定益气固表、清热解毒、芳香化湿的功效。但是面对新冠病毒，防护还是第一位的，吃药一定要对症、按量服用，不可盲从。