

世界水日:守碧水清波 护亚运安澜

■记者 韩柳青 通讯员 陈儿

今天是第三十一届“世界水日”,3月22日至28日是第三十六届“中国水周”,我国的主题是“强化依法治水 携手共护母亲河”。近年来,随着“五水共治”“水岸同治”等工作的推进,萧山的人居环境、河道水质有了明显改善,基本实现“水清、河畅、岸绿、景美”的目标。

五水共治,美丽河湖纵横

我区地处萧绍平原河网,境内河流众多,源源不断的水,不仅是萧山城市的生命线,更是美丽萧山的靓丽底色。

楼塔溪是楼塔的母亲河,位于萧山最南端,为永兴河主干流之一。漫步楼塔溪边,看到的是两岸绿树成荫,溪内水清如镜、游鱼穿梭,沿溪而造的独山廊桥、龙潭公园等景观场所,已经成为人们滨水休闲的好去处,山清水秀转变成美丽经济;临浦镇东北为水网平原区,浦阳江、杭甬运河(西小江)从境内流过。临浦的水,有赵家潭白鹭纷飞的静谧,有浦阳江的激情,有南河十里长潭的厚重,有峙山河亲水便民的现代,也有梅里溪泉水叮咚的古朴。

去年,我区楼塔镇和临浦镇上榜杭州市2022年水美乡镇名单。楼塔溪—永兴河还获评省级“美丽河湖”。据悉,截至2022年

底,萧山区共创建省级美丽河湖5条,市级美丽河湖22条,水美乡镇3个,乐水小镇5个,水美乡村47个。我区已连续五年获得全省治水最高荣誉“大禹鼎”,并已二次获得“大禹鼎”银鼎,交出了萧山治水的靓丽答卷。

昨日,2023“潮涌水蕴萧山·活力悦动亚运”萧山区全民护水迎亚运活动举行,我区亚运智慧护水队正式成立。接下来,我区将通过组建智慧护水队、镇街单位护水队、民间河长队护水队、市民护水队等四支护水队,为即将到来的亚运会保驾护航。

水利建设,筑牢安澜防线

不仅有水环境的全域美丽,萧山也筑

牢安澜防线。近年来,萧山扎实开展民生水利建设,持续推动海塘安澜、永兴河流域综合治理等一大批水利工程建设,为全区经济社会发展“保驾护航”。

海塘安澜工程全长23.37公里,设计防洪(潮)标准为300年一遇。去年8月,我区“14.3公里海塘提标加固”项目提前三个月开工建设,建成后有效提升周边区域海塘防洪能力,提升沿线景观,提高城市能级,保障亚运,服务亚运。

除了海塘安澜工程外,我区还实施亚运村及周边防洪排涝提升工程,服务亚运村区块建设,兼顾城市水系景观改造。去年10月,亚运村区块的中央水轴、先锋河

正式建成贯通。这条极具亚运特色的滨河生态景观带,还承担着整个亚运村及周边的防洪排涝功能,为亚运村区块添上了一道有力的安澜防线。

通过水系调整,结合钱江枢纽、新建五堡闸站,亚运村区域排涝标准达到50年一遇,钱江世纪城河网排水更加顺畅,全面护航亚运会“水环境”。

结合智慧水利管理系统的投入使用,萧山全面筑牢水利安全屏障。今年,我区将继续锚定民生水利重大项目,不断提升水安全保障能力,为亚运举办和经济社会发展,提供强有力的水利支撑。

水果价格“偷梁换柱”? 警惕消费“刺客” 区市监局:保留证据,12315上举报,查实会处罚

本报讯(记者 杨圆圆)购物完小票不看就扔掉,相信这是很多市民的消费习惯。没想到,这一举动可能让商家钻了空子。

“明明买的是西梅,怎么小票上显示的是进口水蜜桃?”3月21日下午,陆先生在人民路的一家鲜丰水果店购买一份水果礼盒,拿到小票后,他发现了蹊跷:“西梅标价39.8元一斤,水蜜桃78元一斤,价格可相差一倍呀。”

旁边的店员闻声急忙解释,“不好意思,这是我们店里新来的实习生,不熟悉操作,重新给您结算一下。”看起来似乎是误会一场,忙中出错可以理解。

但在第二份结算小票上,该店员将西梅打成了澳洲油桃,单价为59.8元,与西梅的价格依然相差甚远。一错再错的概率并不大,如果陆先生不认真查看小票,很容易被糊弄过去。

事实上,这样的水果“刺客”并不少见,区市场监管局之前就处罚了一家对榴莲“标低卖高”的水果店。此外

有不少消费者反馈,在购买水果时也经常遇到买整盒水果,打开发现底下都是烂果,拿回家却不承认的情况,消费体验十分糟糕。

那么,在我们日常生活中没被发现的价格“刺客”有多少呢?商家通过“偷梁换柱”的方式欺骗过多少消费者呢?根据3月15日公布的数据,在去年的全区消费投诉中,食品类总量排名第二,同比增长46.68%,按投诉类别分,价格类投诉有1036起,同比增长56.73%。有不少市民曾吐槽消费时被“加价”,差点成了“冤大头”。

“市民在消费时要留意,仔细核对消费单价与结算价格是否一致,避免踩坑上当。”区市场监管局相关工作人员提醒:“遇到消费欺诈问题,我们也鼓励消费者积极维权,保留好消费凭证,通过拨打82812345区长热线或者在12315小程序上进行举报或投诉,一旦查实,我们执法人员会出动对其进行处罚,让我们共同维护良好的消费环境。”

你买的“劳力士”“欧米伽”可能是假的!

我区查获一批涉嫌假冒“国际名表”

本报讯(记者 杨圆圆 通讯员 庄映泉)近日,区市场监管局空港分局接到辖区派出所通报的线索,称有不法分子兜售涉嫌假冒的“国际名表”。

接到警情线索后,空港分局高度重视,第一时间安排执法人员前往案发现场,发现涉嫌违法行为人3人,查获劳力士、欧米伽、万国、江诗丹顿等“国际名表”共计27块,执法人员现场依法予以扣押。

据了解,上述涉嫌违法行为人多为老乡带老弟,他们的目标往往是独自出行的男性,几万、几十万的“国际名表”开价只要一两千。有部分男性出于虚荣心会想购买,一旦有所犹豫,这些涉嫌违法行为人就以“卖多卖少都是

钱”等理由把手表硬塞给顾客。意志力不坚定的人很容易中了这种套路,那些开价几千元的“国际名表”,砍完价最后往往只需三四百元就能成交。

经商标权利人鉴定,上述27块手表均属侵犯注册商标专用权的产品。目前该案件正在进一步调查处理中。

区市场监管局提醒广大市民朋友,购买价值较高商品时,务必选择正规、有保障的销售平台,切勿贪图便宜,谨防上当受骗。杭州亚运会召开在即,区市场监管局也将进一步加强队所联动,以“零容忍”的态度,严厉打击制假售假违法行为,营造公平竞争市场环境,切实捍卫消费者和商标持有人的合法权益。

“盈风时光”女性人才服务项目发布

本报讯(记者 章宇倩)人才是实现共富的灵魂,每位女性人才都是一颗创新的种子。日前,在区委人才办、区妇联指导下,“盈风时光”女性人才服务项目在萧山国际人才俱乐部正式发布。

据了解,“盈风时光”女性人才服务项目将围绕女性人才、女性科技工作者所需所想所盼,以共FOR女性工作室为载体,以“社区妇联+楼宇妇联+公寓妇联”联动模式,建立健全全天候的女性人才服务体系,促进更加文明、更有文化、更加积极向上、充满生活氛围的人才社区建设,助推产业发展升级。

活动现场,共FOR女性工作室正

式启动。工作室将广泛吸纳辖区科技、法律、教育、金融等领域人才,为辖区女性提供个性化就业指导、心理辅导、法律援助和政策解答,形成互帮互助良性氛围。现场还为“萧山区人才公寓妇女联合会”授牌,为辖区优秀女性科技工作者颁发盈丰街道“最美女性科技人才”奖项。

近年来,区妇联在省市妇联的指导下,不断加强科技创新巾帼行动实施力度,成立区女企业家纺织新材料产业链联盟,强化“巾帼共富工坊”创建,开展“最美女性人才”寻找活动,挖掘了一批先进典型,凝聚科技创新巾帼力量。

“黏土”变“砂土”? 精准监督护水利

本报讯(首席记者 蒋超 通讯员 刘梦婷)“你们中转场的黏土是否已经清运完成?土方检测是怎么进行的?项目进度如何?”近日,派驻第六纪检监察组工作人员前往钱塘江标准堤坝坝顶管理点进行现场督查。

根据省、市、区工程渣土处置领域行业性腐败问题专项整治工作方案的要求,区纪委开始排查全行业的风险隐患并清理整顿。其中,发现我区海塘安澜工程土方中转场出现大量黏土,而项目建设的土方要求为粉土或粉砂土。“是否存在消纳的土方不符合项目建设要求的情况?”带着这个疑问,派驻第六纪检监察组立即向钱塘江灌区管理人员了解情况,并进行实地检查。

通过现场督查,工作人员发现中转场出现的黏土已经全部清运完毕,

未用于工程项目建设。工程项目的土方检测由专业的第三方检测机构进行,采取源头和工程现场抽样检测的方式。由于目前土方来源较为紧张,所以项目进度有所滞后。对此,工作人员要求工程建设有关部门做好项目现场管理工作,确保项目如期完成。

海塘安澜工程全长23.37公里,从七甲船闸起至赭山湾闸止,预计可消纳70万立方米的土方,是实现渣土“资源化改革”的优秀案例,对打造“无废城市”具有重要意义。项目建成后,将有效提升亚运村周边区域海塘防洪能力,并为沿线景观增添亮色。

接下来,我区将继续聚焦水利工程建设领域的廉政风险点,开展事前、事中、事后全闭环监督,着力扫除监督“盲区”,为亚运保驾护航。



昨日,以“潮涌水韵萧山 绿色悦动亚运”为主题的萧山区全民护水迎亚运活动启动仪式在盈丰街道拉开帷幕,旨在共同打造“水清、岸绿、景美、河畅、鱼欢”的水生态环境,为亚运盛会保驾护航。图为现场开展无人机、无人船巡逻。 首席记者 唐柯 摄

全民护水迎亚运

睡觉打呼噜是睡得香? 错! 鼾声背后隐藏健康危机

■记者 盛凤琴 通讯员 邹繁 沈佳祥

3月21日是世界睡眠日,今年的主题是“良好睡眠,健康之源”。有不少市民认为,打呼噜是睡得香的表现,殊不知,在不规律的呼噜声中,隐藏着健康危机。

据区一医院统计,每个月都有100多名患者因打呼噜来医院进行多导睡眠监测,其中男性打呼噜人数是女性的4倍。医生提醒:别把打呼噜不当回事,严重的能危及生命。

经常打呼噜要引起重视,尽早干预

“白天醒不了,夜里睡不着。”“一夜能醒很多次,每次醒来都很难入睡。”“别人睡醒一觉精神百倍,我睡一觉依然精神疲惫。”……你是否也有这样的睡眠障碍?

萧山的余先生就是如此,而且这样的情况已经持续了一年多时间。余先生说:“每天早上起来嘴巴和喉咙干得厉害,我老婆说我晚上睡觉呼噜声可响了,为了不吵到孩子我都搬到小房间睡觉。”更让人担心的是,他睡觉打呼噜打着打着中途没反应了,要过半分钟才能呼吸。

于是余先生来到区一医院鼾症门诊找到了医生李勇斌。在检查后,李医生为他安排了多导睡眠监测,简单来说就是戴着专业仪器睡一晚,通过监测鼾声大小、心率、脑电图、血氧饱和度等情况来分析患者的睡眠质量。

从余先生的睡眠监测结果中显示,他

呼吸暂停低通气指数竟高达20次/小时,最长暂停时间达到一分钟,最低血氧80%。

李医生说:“患者的症状是典型的阻塞性睡眠呼吸暂停综合征。口和鼻气流停止10秒以上为一次呼吸暂停,在一夜7个小时的睡眠中,呼吸暂停发生30次以上或睡眠呼吸紊乱指数超过5次以上可以诊断为阻塞性睡眠呼吸暂停综合征。”

在日常生活中,像余先生这样的患者有很多。李医生表示,阻塞性睡眠呼吸暂停综合征被称为“潜伏的杀手”,会严重影响人的睡眠质量。打呼噜的人深睡眠时间短,血氧饱和度下降,容易出现缺氧现象。睡眠及睡眠障碍与心脑血管疾病、糖尿病、呼吸疾病、精神障碍等多种慢性疾病密切相关,甚至有些患者在打呼噜过程中发生猝死。

据了解,李医生所在的鼾症门诊中,有十分之一的患者为阻塞性睡眠呼吸障碍,其中男性患者人数是女性患者人数的4倍,而且肥胖人群更容易发生阻塞性睡眠呼吸障碍。

对此,李医生建议,经常打呼噜的患者可以进行睡眠检测,如果确诊是阻塞性睡眠呼吸障碍的需要尽早干预。

年轻“特困生”睡前请放下手机

据《2022中国国民健康睡眠白皮书》调查显示,44%的19—25岁年轻人熬夜至零点以后,42%的老年人入睡时长超过半

小时,失眠率高达21%。

是什么原因让越来越多的年轻人成了“特困生”主力队员?

对此,记者还咨询了区中医院神经内科主任曹利民。曹医生表示,睡前持续玩手机成为干扰年轻人睡眠的主要原因,晚上眼睛长时间暴露于蓝光会延迟昼夜节律并抑制促睡眠激素褪黑素的水平,从而影响睡眠的神经行为功能,降低睡眠质量。此外,饮酒、喝咖啡、长期睡眠不规律等都会影响睡眠质量,成为健康睡眠的“拦路虎”。

面对失眠问题,服用褪黑素成为许多人的新选择。“褪黑素有副作用,可能会导致第二天昏昏沉沉,长期吃对血压也可能产生影响。”对此,曹医生提醒,要科学慎用褪黑素,不能当作药品使用。

健康睡眠既要保质,又要保量,是不是睡的时间越长,睡眠质量就越好呢?

曹医生说:“健康睡眠不完全取决于时间长短,如果前一天晚上睡好了,白天精神状态不错,就算是健康睡眠。”

曹医生提醒广大年轻人,睡前请放下手机,还自己一个良好的睡眠环境。如果长时间出现睡眠障碍困扰,难以正常作息的,及时就医才是正确做法,通过物理或药物治疗,来改善睡眠质量。



扫一扫二维码 查看更多内容

“海姆立克急救法”生命速救 进化一位阿姨转危为安

本报讯(首席记者 黄婷 通讯员 金鑫瑛)日前,一位患者在家属的陪同下,将一面写着“医者怀仁心,妙手救危急”的锦旗送至进化镇社区卫生服务中心急诊科,以表达对中心副主任袁泉江、朱铭瑶医生、吴杰护士等医护人员的感激之情。

据了解,2023年3月6日中午12时许,进化镇社区卫生服务中心急诊值班护士吴杰接到一个电话求助,得知,近60岁的一位阿姨在吃饭的时候不慎被食物噎住了,家人发现其剧烈咳嗽,呼吸困难,用力拍打她的背部,用手指伸进口腔抠除异物,结果没有任何缓解。

时间就是生命,电话就是命令,吴杰立

即呼叫当班医生朱铭瑶一起在中心门口等候病人,以第一时间展开救援,中心副主任袁泉江了解情况后,心系病人,也匆忙赶到现场,几分钟,病人到达中心,朱铭瑶医生快速评估,发现患者口唇青紫,呼吸心跳比较微弱,情况十分危急,随时有生命危险,朱铭瑶医生立即使用“海姆立克法”对其进行抢救。

当时,朱医生站在病人的背后,用两手臂环绕病人的腰部,然后一手握拳,将拳头的一侧放在病人腹部(肚脐稍上);再用另一手抓住拳头,快速向上冲击压迫病人的腹部;中心副主任袁泉江和朱铭瑶医生轮流进行抢救。3分钟后,阿姨将梗阻

在气道的东西吐出来,呕出一大小约3cm*3cm饭团,面色才逐渐转红润。家属及医务人员都随着病人突然畅通的呼吸松了一口气,一次惊险的气道异物梗阻意外,因为“海姆立克急救法”消弭于无形,这个“生命的拥抱”,让六旬老人转危为安。

“多亏你们的及时救治,我妈才化险为夷,太感谢了!”看到家人安然无恙,家属紧紧握着医务人员的手,激动万分。

噎食窒息多系骤然发生,分秒必争,正确的施救方法是抢救的关键。常规可以使用海姆里克腹冲击法(Heimlich Maneuver)手法。