

八月谣言 健康领域仍是“重灾区”



我市“一村一名大学生村医”招生工作全面启动

本报讯 通讯员姚国薇报道:日前,经湖北省教育厅批准同意,2020年咸宁市“一村一名大学生村医”项目,将继续招收200名咸宁籍普通高中毕业生(参加2020年普通高考)。

录取的学生需签订《乡村医生定向培养定向就业协议书》,享受3年免费的全日制普通大专教育(在校期间学生每年享受1万元补贴政策,其中学费补贴5000元,生活补贴5000元)。学生毕业后统一安排就业,综合考虑户籍所在地及个人意愿,分配到村卫生室工作(服务期限为6年,服务期内优先安排参加“助理全科规范化培训”)。该项目旨在为全市村卫生室培养一批具有大专以上学历的乡村全科医生,欢迎咸宁市有志向且符合条件的考生踊跃报名。

根据湖北省招生办规定,今年普通高考高职高专志愿填报时间为9月8日8时至9月11日17时。“一村一名大学生村医”计划填报的学校为:湖北科技学院(院校代码为3600),专业为临床医学(专业代码为41,招考方向:咸宁市村医项目),招生区域:面向咸宁市招生。考生类别:理工类。详情请咨询湖北科技学院招生就业处,电话:0715-8338003

湖北科技学院附属第二医院 开展创文卫生大扫除活动

本报讯 记者陈希子报道:为深入推进我市文明城市创建工作,进一步加强医院环境卫生整治和管理,构建干净、整洁、舒适的环境,近日,湖北科技学院附属第二医院党委组织全体党员和职工在包保责任区开展了创文卫生大扫除活动。

活动现场,党员职工热情高涨,干劲十足,充分发挥不怕脏不怕累的精神,按照事先划分的网格责任区域,对堆积的杂物、路面卫生死角、水沟、绿化带杂草、枯叶进行深层次、全方位、多角度的清理。经过集中清扫,附二医院、老医学院二十八家、十四栋宿舍和中心校区西区学生宿舍区域环境面貌干净整洁,焕然一新。

“通过本次活动,增强了支部党员的责任感和荣誉感。”网格包保责任人余静萍表示,创建文明城市,事关城市形象,事关民生幸福。作为党员,大家有责任有义务带头垂范,积极作为,以实际行动助力我市文明城市创建工作。同时号召广大市民以主人翁姿态,积极参与到文明城市创建活动中来,培养良好的道德风尚,牢固树立公共环境卫生意识。

饮食减油为健康加油

本报讯 记者刘念、通讯员姚国薇报道:9月1日是第14个“全民健康生活方式日”,今年的宣传主题为“健康要加油,饮食要减油”。

油是人体必需脂肪酸和维生素E的重要来源,有助于食物中脂溶性维生素的吸收利用,但植物油和动物油摄入过多会导致肥胖,增加糖尿病、高血压、血脂异常、动脉粥样硬化和冠心病等慢性病的发病风险。大多数人烹饪时凭感觉添加烹调油,很容易造成摄入过量,因此减油十分必要。

市疾控中心健康管理中心主任廖晓兰为大家献上几个减油的生活小妙招:
一、定量用油控制总量。建议健康成年人每天烹调油摄入量不超过25克。可以在家中准备带刻度的控油壶,按照用餐的人数,将每天应该用的烹调油事先量好,做菜时再取用。

改变做法清淡口味。烹饪时多选择蒸、煮、炖、焖、凉拌等,减少油炸、煎、红烧等重油的烹饪方式,逐步养成清淡不油腻的饮食习惯。可以使用不粘锅、烤箱、电饼铛等厨具,也能减少烹调油用量。

减少在外就餐。有的餐饮店为改善菜品的口味,常在烹调时加入大量的油,顾客容易在无形中摄入过量的油,应当减少外出就餐的频次。在外点餐时要注意选择清淡菜品,同时避免浪费。

尽量少吃油炸食品。少吃油炸香脆食品和加工的零食,如饼干、糕点、薯条、薯片等。购买包装食品时阅读营养成分表,坚持选择少油食品。

在烹调油的选择上,尽量选择饱和脂肪酸含量较高的植物油如橄榄油,少吃饱和脂肪酸含量较高的动物油。

8月,伴随着暑热与暴雨,一波流言趁机来袭。一些地方蚊子嚣张肆虐,多地纷纷拉响登革热防疫警报。与此同时,登革热相关传言在网上流传;不少口腔护理产品厂家推出了添加“乳铁蛋白LF”的网红牙膏,号称可以杀灭幽门螺旋杆菌;网文文章称出现急性心肌梗死时,服下一片硝酸甘油就能缓解,煤气中毒后喝糖水可以缓解症状甚至救命;更有自媒体文章宣称“葡萄干含糖量高,每天吃一把葡萄干,补铁补血、气色红润”。以上的这些说法有无科学依据?相关领域专家做出了科学解答。

谣言一 网红牙膏能杀灭幽门螺旋杆菌

口腔内的细菌是导致口臭的根源。不过近些年的研究表明,口臭的形成过程并不简单,世界上感染率最高的病原体之一——幽门螺旋杆菌(HP),或许也参与作案。近日,不少口腔护理产品商家推出了添加“乳铁蛋白LF”的网红牙膏,号称可以杀灭幽门螺旋杆菌。真相:浙江大学明州医院消化科主任林琪表示,牙膏作用于口腔,最多能抑制口腔中的幽门螺旋杆菌,但这种菌主要存在于胃中,口腔里的不过是一些“散兵游勇”,杀灭与否意义不大,更何况相当一部分感染者仅胃里有菌,口中无菌,“杀菌”牙膏并无用武之地。

上海龙华医院宁波分院镇海区中医院消化科主任邱奕分析了“杀菌”牙膏的成分,以幽螺莎星牙膏为例,主要有效成分为甘草、板蓝根、连翘。“这几味都是清热解毒的中药,可能确实可以减轻口臭,改善口腔环境,但是无法杀灭幽门螺旋杆菌。临床上还没有证据证明哪一种中药能杀死幽门螺旋杆菌。”邱奕表示,针对一些阳性患者的杀菌治疗,中药最多起到辅助治疗的作用。

谣言二 吃葡萄干可以补血

近日,有自媒体文章宣称“葡萄干含糖量高,每天吃一把葡萄干,补铁补血、气色红润”。这一说法是否靠谱呢?

真相:食品工程博士、科普作家云无心表示,葡萄干含糖量高,为了补铁摄入过多的糖,对于健康是不利的,以100克葡萄干为例,其中的碳水化合物就超过80克,含糖量极高。而且葡萄干中的铁是非血红素铁,在日常膳食中,非血红素铁主要存在于植物源性铁中,易受其他食物影响,不易被人体吸收。

“补铁要考虑食物的铁含量和吸收率。一般动物性食物中的血红素铁含量较高,吸收率比较高。尤其是动物肝脏和动物血,每天吃几十克就能满足身体对铁的需求。”云无心说。

关节积液如何治疗?

本报讯 记者朱亚平报道:近日,周爹爹的膝关节时常疼痛,膝盖肿胀,医生说这是关节炎有积液,需要抽取出来才能断病根。他咨询,关节积液一般如何治疗?

花坛社区卫生服务中心相关负责人介绍,关节积液临床治疗方式一般是根据病情找到病因,进行有针对性的治疗。

正常的关节里都有关节液,是由关节滑膜分泌的液体,有营养关节软骨、润滑关节、减少关节活动时的摩擦等功能,比如膝关节,正常时有2—5毫升的关节液。当发生各种病理情况,导致滑膜分泌增多、出血等,关节液液体增多,这样就形成了关节积液。膝关节里液体如果超过50毫升,肿胀会比较明显。

造成关节积液的原因有很多,感染、创

伤、非感染性关节炎、免疫性疾病、关节不稳定、激素水平变化、特殊类型的滑膜炎等等。例如,细菌性感染引起的积液,除了处理积液,必须使用抗生素,必要时还要手术、引流,而痛风引起的积液还要控制尿酸。

治疗时,医生会根据患者肿痛的时长、有没有外伤史、伴随情况、关节活动情况,还需要仔细地对面查体,看关节红肿热痛情况、压痛位置、稳定情况等,最后提出治疗方案。以膝关节为例,当关节液增多时,关节肿胀是很难受的,严重的还会影响行动,抽液可以减轻肿痛,还可以将抽出的关节液送检,以更好地协助诊断和后期治疗。



生活顾问

用心服务企业 精准落实政策

本报讯 通讯员何佩竹、李强报道:“廖会计,你们公司3748.1元的城镇土地使用税减免已经办理到位。”近日,咸宁高新区税务局税源科科长刘国营拨通了咸宁市荆楚竹木科技股份有限公司财务负责人廖伦桂的电话。

因受今年疫情影响,房产税、城镇土地使用税困难减免政策出台,咸宁高新区税务局认真领会政策文件,仔细筛查享受房产税、城镇土地使用税困难减免的企业名单,通过微信、短信、电话、上门辅导等多种方式开展精准宣传。在一次税收政策辅导过程中,财务人员查看企业相关资料时,发现咸宁市荆楚竹木科技股份有限公司成本费用未列支,导致企业不符合政策享受条件。财务人员及时告知企业财务人员,并指导企业申请办理了一季度城镇土地使用税减免,让企业享受到了惠企红利。

据悉,为全力支持疫情防控和复工复产,帮助企业渡过难关,咸宁高新区税务局第一时间成立退税小组,认真梳理符合条件的园区企业143户,通过办税服务厅信息公示、“一对一”电话联系、精准推送短信等方式,确保纳税人“非接触”“零跑腿”享受税收优惠政策。据了解,预计咸宁高新区2020年第一季度自有房产土地的房产税、城镇土地使用税困难减免税额1600万元。

湖北富泉原种巴马香猪生态养殖发展有限公司 “野外游”香猪产业项目环境影响评价第二次信息公示

湖北富泉原种巴马香猪生态养殖发展有限公司就“野外游”生态养殖项目委托环评单位开展环评工作,现已形成《“野外游”生态养殖项目环境影响评价报告书(征求意见稿)》,根据《中华人民共和国环境影响评价法》和《环境影响评价公众参与办法》的要求,现征求与该建设项目环境影响评价有关的意见。现将有关信息公开如下:
建设单位名称:湖北富泉原种巴马香猪生态养殖发展有限公司
联系人:李冉
地址:咸宁市咸安区高桥镇刘英村4组村委会一楼
联系电话:15374591333
邮箱:hzauliran@126.com
一、环境影响评价征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径
环境影响评价征求意见稿全文链接:(https://pan.baidu.com/s/1j2ssApxXh13fM2csOb-VcdO 提取码:h4v1) 查阅纸质报告书的方式和途径,请到以上地址联系查阅。
二、征求意见的公众范围
本项目环境影响评价范围内

通城县国有建设用地使用权网上挂牌出让公告

经通城县人民政府批准,通城县公共资源交易中心定于2020年9月8日(2020年10月13日)以网上挂牌交易方式出让一宗国有建设用地使用权,通城县公共资源交易中心诚邀社会公众参与,现将有关事项公告如下:
一、公开出让地块的基本情况 and 规划指标要求(详见附表)。
二、竞买人资格要求
中华人民共和国境内的法人和其他组织除法律、法规另有规定外,均可通过网上注册参加竞买。申请人可以单独申请,也可以联合申请(联合申请应明确联合竞拍所涉及的企业出资比例,签订《国有建设用地使用权出让合同》的受让人),参加竞买须提出竞买申请,并提供竞买申请中要求提供的相应文件资料。
三、本次国有建设用地使用权网上挂牌出让在互联网上交易,即通过湖北省咸宁市国土资源局网上交易系统,按要求足额交纳竞买保证金的申请人,方可参加网上挂牌交易活动。
四、本次网上挂牌出让地块的详细信息和具体要求见网上挂牌出让文件,意向竞买人可于2020年9月8日起登录中国土地市场网、咸宁市国土资源局网上交易系统查询下载网上挂牌出让文件。
五、本次网上挂牌缴纳保证金截止时间为2020年10月10日下午16时,挂牌起始时间为2020年9月28日8时整,揭牌时间为2020年10月13日9时。地块在挂牌期间截止时,网上交易系统限时5分钟在线向,有意竞买人在此规定期限内表示愿意参与网上限时竞价,系统自动在网上限时竞价程序,以竞价方式确定竞得人。
六、竞买人参加本次网上挂牌出让活动须办理CA数字证书,办理流程请登录网上交易系统,详见《数字证书申领指南》。
七、竞买人参加本次网上挂牌出让活动须登录中国土地市场网、咸宁市国土资源局网上交易系统,并在规定时间内登录网上交易系统,并在规定时间内登录网上交易系统,并在规定时间内登录网上交易系统。
八、本次网上挂牌公告如有变更或补充,以通城县公共资源交易中心发布的网上挂牌补充公告为准。
特此公告
通城县公共资源交易中心
2020年9月8日

通城县国有建设用地使用权挂牌出让公告

根据《中华人民共和国土地管理法》、《中华人民共和国城市房地产管理法》、《招标拍卖挂牌出让国有建设用地使用权规定》的有关规定,经通城县人民政府批准,通城县自然资源局和通城县公共资源交易中心以公开拍卖方式出让G[2020]019号国有建设用地使用权。经县府授权,由通城县公共资源交易中心联合湖北楚天拍卖有限公司组织公开竞价,现将有关事项公告如下:
一、出让地块的基本情况 and 规划指标要求
二、竞买人资格要求
中华人民共和国境内的法人和其他组织均可参加竞买(法律法规限制的除外),不接受联合竞买。竞买人参加竞买须提出竞买申请,并提供《挂牌出让须知》中要求提供的相应文件资料。
三、通城县G[2020]019号国有建设用地使用权挂牌出让的规划指标要求
四、本次挂牌出让的详细信息和具体要求,见挂牌出让文件,申请人可于2020年9月8日至2020年10月10日,到通城县公共资源交易中心或湖北楚天拍卖有限公司索取挂牌出让文件。
五、申请人可于2020年9月8日至2020年10月10日下午16时前,到通城县公共资源交易中心或湖北楚天拍卖有限公司提交竞买申请,并缴纳竞买保证金和竞买保证金的截止时间为2020年10月10日下午16时(以到账时间为准)。
六、竞买人按规定缴纳竞买保证金和竞买保证金,具备申请条件的,湖北楚天拍卖有限公司将在2020年10月10日下午17时前组织公开竞买资格。
七、通城县公共资源交易中心湖北楚天拍卖有限公司对本次出让地块的国有建设用地使用权挂牌出让,实行组织现场踏勘和地块推介介绍,竞买人可在公告期间自行踏勘现场。
八、本次挂牌出让的国有建设用地使用权挂牌地点为通城县公共资源交易中心五楼开标大厅。地块的挂牌时间为2020年9月28日上午9时至2020年10月13日上午10时,揭牌时间为2020年10月13日上午10时50分。
九、联系方式:
(一)通城县公共资源交易中心
联系人:胡先生
联系电话:0715-8206068 13071810300
网址:http://www.baotianpan.com
(二)湖北楚天拍卖有限公司
联系人:陈先生
联系电话:0715-8206068 13071810300
地址:咸宁市咸安区大道6号万通大厦703-705室
(三)竞买保证金的指定银行账户
户名:通城县财政局非税收入汇缴结算户
账号:42210000000151536
开户行:通城县农村商业银行股份有限公司银山支行
账号:40236420234
通城县公共资源交易中心
2020年9月8日

遗失声明

付召华遗失位于通城县北港镇太平村组的土地使用证,号:142201027、142201032,宅基地建筑面积134.87平米,特声声明作废。
金光明遗失位于咸宁市咸安区双溪桥资源塔村十二组的农村土地承包经营权证,号:4212021052451200111,特声声明作废。
桂志恒遗失鄂A19153号车辆行驶证,证号:4212022007741,特声声明作废。
王舒丽遗失崇阳县白城镇一村二组的个体工商户营业执照,统一社会信用代码:92421223MA4A0L07XM,特声声明作废。
阙斌遗失东方红LX804插齿机牌照一块,车牌号码:鄂L1211455,特声声明作废。
湖北胜文软件技术有限公司遗失行政公章一枚,统一社会信用代码:91421200MA49JRHJ3W,特声声明作废。