

随州90后男子捐髓救人

# 4岁女儿:我爸爸是英雄!

长江云记者 卢叶 随州日报通讯员 袁圆

“爸爸,我上次打针只哭了一小会儿,你要是怕疼,也可以哭一下。”3月25日上午8点半,小女孩糖糖(化名)轻声细语地安慰着正在扎针的爸爸。糖糖爸爸程先生(化名)是来自随州的一名志愿者,他将为一位素未谋面的血液病患者捐献造血干细胞,重新点亮他的生命之光。

2016年3月,程先生在第二次献血时加入了中华骨髓库,成为一名造血干细胞志愿捐献者。8年以来,他一直在等待着有一天能与有需要的患者匹配成功。

2024年初,程先生和一名患者初步配型成功,当地红十字会打来电话询问他的捐献意愿,他毫不犹豫地答应了。“人之初,性本善。在别人生命垂危的关键时刻,相信大家会和我做出同样的选择。我只是比他们更幸运,有这样的机会去救人。”

很快,程先生在当地红十字会工作人员的陪同下,完成了高分辨血样采集等流程,并把这件事告诉了爱人胡女士(化名),希望征得她的同意。“虽然是我商量,但是你听他的口气能明显感觉到,他是一定要捐髓的。既然他已经想好了,对他身体也没什么影响,那我就全力支持他!”胡女士笑着说。

3月20日,程先生一家三口来到武汉,办理入院手续。医院的护士们很少看见带着孩子来捐髓的志愿者,开玩笑说:“你们这是全家总动员啊。”程先生解释道,

把糖糖带在身边,一方面是为了方便照顾她,另一方面是想通过自己的言传身教,培养她善良的品质。“可能她现在还小,不太理解什么是捐献造血干细胞,只知道爸爸是在帮助别人。但她长大了,懂得了这件事的意义,一定会为我感到自豪。”

3月25日上午9点,采集正式开始,鲜红的血液从程先生体内缓缓流出,慢慢汇集到采集袋中。看着躺在病床上的程先生,糖糖骄傲地说:“我爸爸可厉害了,他是在救人,是大英雄!”

下午1点,伴随着离心机“嘀”的一声提示音,采集顺利结束。程先生成功捐献了268毫升造血干细胞混悬液,成为全国第17201例、湖北省第635例捐献者。程先生表示,希望患者赶快好起来,以后都健健康康、平平安安的;也希望有更多人参与公益事业,在别人需要帮助的时候伸出援手。



培育和践行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

## “千年枣林 百里桃园”邀您打卡



千年枣林,百里桃园,盛邀奔赴一场花的盛宴!3月27日至28日,由美丽中国行网组织的“千年枣林、百里桃园”古唐国邀你打卡春天活动在随州唐县镇华宝山村举行。来自北京市、河南省、广东省、山东省、武汉市等省市千余名房车游爱好者、自行车骑行爱好者和旅游爱好者,齐聚华宝山村万亩桃园赏桃花。

这次活动内容包括:“千年枣林,百里桃园”古唐国邀你打卡春天大型活动开幕式及文艺演出;

2024首届唐县镇·百里桃园自行车越野拉力赛;百名唐装汉服美女踏青赏花,徜徉花海;百辆房车花海巡游,露天篝火音乐晚会等。活动现场,央广网、央视网、中青网、中国经济网、中国网、凤凰网、搜狐、新浪、抖音、今日头条等百家媒体记者现场报道,网红大咖现场直播。

据了解,唐县镇是春秋时期周天子分封的姬姓唐国所在地,历史悠久,这里有唐国大将华宝战死的华宝山,山上怪石嶙峋,古墓巍峨屹立千年,1500年的古黄连树,如一段动魂的历史,昂首苍天;这里有一片千年枣林,金黄枣果响彻中外;这里有万亩桃园,每到春天,忽如一夜春风来,千树万树,如约盛开。本次美丽中国行活动,以唐县镇千年枣林、百里桃园为依托,引领文旅产业破局出圈,推动当地旅游业和经济的发展!

图为百辆房车在桃花花海中巡游。(随州日报全媒体记者李文军摄影报道)

## 我市区域医疗数字一体化平台项目建设见成效

随州日报讯(全媒体记者滕锐、通讯员黄昆)3月26日,从全市卫生健康重点工作座谈会上获悉,我市全力推进随州区域医疗数字一体化平台项目建设并取得初步成效。

据了解,随州市区域医疗数字一体化平台项目总投资7909万元,已完成投资3231万元。该项目于2022年5月全面启动建设,2023年6月通过中期验收。项目覆盖了全市医疗服务、疾病预防控制、综合监管、基本公共卫生服务等各项业务工作,共开展一体化应

用、数据底座、便民惠民和新技术探索等4个方面的67项应用、1264项功能模块建设,其中943项功能模块已投入使用。

目前全市全部967个村卫生室(社区卫生服务站)、全部67家乡镇卫生院(社区卫生服务中心)和10家二级以上医疗机构完成搭建并使用,随州市中心医院、曾都医院和广水市第一人民医院正在紧锣密鼓部署实施中。预计该项目今年10月可全部完工并交付验收。

## 广水街道架起政企沟通“连心桥”

随州日报讯(通讯员叶明明、徐阳梅)今年以来,广水市广水街道充分发扬为民办事实、为企业环境的工作作风,持续推动营商环境优化升级,切实做好企业发展的“二传手”、解决企业问题的“贴心人”、架起政企沟通的“连心桥”。

强培训,优化服务提效能。组织举办2024年度招商引资专题培训,对60余名街道、社区干部进行专题培训,切实提升干部政策水平,改进干部能力作风,牢固树立“服务至上”的理念。进一步优职能、促协同、强服务、缩环节,培养一支“懂产业、懂项目、会招商、会服务”的招商干部队伍,当好服务企业和群众的“店小二”。

强服务,助企排忧解难。紧盯企业“引进来、留得住、发展好”的目标,以“进解解”为抓手,结合亲商助企,通过实地走访和召开政企座谈会等形式,畅通镇域内企业诉求反映渠道,面对面了解帮助企业解决实际困难。先后协调解决企业用地、用水、用电、道路、办证、用工等困难问题31件。

强监督,维护环境强保障。对辖区工商贸企业、项目施工现场开展多轮次、全覆盖安全检查,对发现的问题隐患建立台账,及时督促整改到位,进一步营造安全、有序的营商环境。同时,积极开展普法宣传、亲商助企活动,增强群众守法、用法意识。

## 春季如何正确补水?

春季气候干燥,身体容易缺水,很多人都感觉到皮肤干燥、眼睛干燥、排便干燥……在这种情况下,适度多喝水,有助于补充水分,改善血液循环,促进新陈代谢。

一、每天喝水的科学饮用量  
“感觉口渴”已经是身体明显缺水的信号,不要等到口渴了再喝水,每天应主动、少量多次饮水。建议每天饮用水的量为6-8杯(女性约1500毫升,男性约1700毫升),但如果空气过于干燥,天气太热,出汗太多,则还要增加水量。

二、喝水少身体慢慢发生变化  
1.大便干燥。大便70%都是水分,若身体缺水,大便中的水分就会被大肠吸收,导致大便干燥,排泄不畅,久而久之形成便秘。  
2.长出结石。喝水少会导致尿量减少,身体内的废弃物不能随着尿液及时排出来,易形成结石。  
3.尿酸升高。喝水少会导致体内尿酸增多或排泄减少,尿酸盐会沉积在关

节、肾脏等部位。  
4.血液变粘稠。高血压、高血脂、高血糖患者饮水不足,血液粘稠度会升高,血液循环变慢,容易引发心肌梗死、脑血栓等。  
三、五类补水饮品  
1.淡汤类。用餐时,可以先喝点含盐非常少、咸味若有若无的汤。  
2.粥汤类。比如稀的玉米汤、小米粥汤、糙米汤、燕麦汤之类。既能补水,又可以增加钾和维生素B1,适合天气干燥或出汗多的情况。  
3.豆汤类。比如黑豆汤、红豆汤、扁豆汤,以及稀豆浆,都可以作为用餐时的饮料。两餐之间喝也可以。它们既补水,又增加钾和维生素B1,还能增加少量蛋白质和抗氧化物质。  
4.羹汤类。比如银耳羹、皂角米羹、桃胶羹等,都是可以用来补水。加一点点山梨糖醇或低聚果糖来替代部分冰糖,补水效果可能更好。  
5.淡蜂蜜水。用一汤匙富含果糖的棉花蜜、荆条蜜等蜂蜜,加一大杯温水,调到淡淡的一点甜味,小口小口地慢慢咽,就有补水的作用,又不至于又太高的热量。

## 全省服务贸易统计及数字贸易和服务外包业务培训会在随举行

随州日报讯(全媒体记者刘馨怡、通讯员钱涛、温翔)3月28日至29日,由省商务厅主办,随州市商务局承办的全省服务贸易统计及数字贸易和服务外包业务培训会在随州举行。省商务厅党组成员、副厅长李海燕,市委常委、副市长黄继军出席开班仪式并讲话。

此次培训邀请服务贸易领域知名专家以及武汉市服务外包协会等行业机构专家,围绕服务贸易、数字贸易创新发展、服务贸易和服务外包支持政策、服务贸易和服务外包业务统计等内容进行专题授课,旨在

让商务干部和企业掌握服务贸易最新政策,了解当前世界和我国服务贸易发展现状,搭建交流聚集平台,提升全省服务贸易系统业务水平和实践能力。

近两年来,我市抢抓服务外包新机遇,辅导齐星集团、重汽华威公司、品源公司等企业争取中央和省级项目资金392万元。下一步,市商务局将持续对商贸企业开展“送政策、报项目、争资金”活动,促进我市服务贸易实现高质量发展,为企业争取更多的项目资金,为随州创建全省服务外包示范城市贡献商务力量。

## 我市部署第三届运动会筹备工作

随州日报讯(全媒体记者赵慧林)3月28日,随州市第三届运动会筹备工作动员会召开,听取运动会前期筹备工作情况汇报,解读竞赛规程总则。副市长罗兰出席会议并讲话。

据悉,随州市第三届运动会首次由县市区政府承办,本次由曾都区人民政府承办,于今年5月至10月在曾都区举行,设置竞赛项目45项,包含青少年体育类和群众体育类,今年首次在群众体育类中纳入残疾人组,包含田径、游泳等5个项目。

罗兰强调,市三运会是提高我市体育运动水平、促进群众体育和

竞技体育协调发展、打造动感随州、全面展示城乡融合示范区建设成就的重大举措。各地各部门要统一思想,提高认识,通过举办三运会把“更高、更快、更强”的奥运精神转化为“创新、创业、创造”的实际行动,推动我市经济社会发展。要加强领导,落实责任,成立相关机构,重点围绕“组好队伍”“筹好经费”“抓好节点”,做好组织、筹备、发动、选拔、训练等各项工作。要科学谋划,精心组织,严格遵守竞赛规程总则要求,确保运动会文明、安全、有序,不断擦亮“动感随州”新名片。

## 张书文带队调研突发环境事件风险防控和应急处置工作

随州日报讯(全媒体记者刘馨怡)3月27日至28日,市政协副主席张书文带队到随县、广水市、曾都区、随州高新区调研突发环境事件风险防控和应急处置工作。

张书文一行先后到封江口水库、海诺尔垃圾焚烧发电厂、展利公司、徐家河EOD项目、润恒公司、国能长源随州电厂、永兴纸业等地,详细了解黑臭水体治理、环境应急管理情况。

张书文提出,要提高政治站位,牢固树立和践行“绿水青山就是金山银山”的理念,坚定不移地走生态优先绿色发展之路。要深刻认识流

域综合治理的重要意义,切实增强政治自觉、思想自觉和行动自觉,切实把环境保护摆在更为突出的位置。要做好应急能力储备,提高应对突发环境事件的能力,完善部门监管与应急协调联动机制,构建并完善共同防范、互通信息、联合监测、协调处置的应急指挥体系。要进一步加强对源头防控,完善环境风险防控体系,对环境隐患开展常态化排查,实施综合整治,持续开展化工园区、饮用水水源地风险评估工作,提升区域环境风险管控水平,不断推动府河河流域系统治理工作取得新成效。

## 随州职院开展助老志愿服务

随州日报讯(全媒体记者刘馨怡、通讯员黎旭辉)“今天真是太高兴了,看到这么多年轻的面孔,他们给我们送水果,陪我们唠家常,就像我的孩子一样,让我心里暖暖的!”80岁的李奶奶笑着说。近日,随州职业技术学院信息工程学院青年志愿者来到健民老年公寓,开展以“弘扬敬老美德 传承和美家风”为主题的志愿服务活动,大力弘扬雷锋精神,争做新时代雷锋传人。

一大早,30位青年志愿者情绪高涨地来到老年公寓,大家分工合作、各司其职,帮助服务人员打扫卫生、整理内务,陪老人聊天、下象棋、散步,给老人捏肩、捶腿。大家还开展了一场小型的文艺表演,带来热情的歌曲,带领老人一起做手势舞,现场欢笑声不断。玩乐过后,志愿者们为老人分发牛奶和香蕉、柑橘、雪梨等水果,并拆开包装,剥开水果果皮,老人们面露满意的笑容,纷纷称赞志愿者们细心的服务,场面温馨而和谐。

志愿者们陶占山表示:“看见老人们开心,我们也很开心,作为大学生要积极行动起来,多做有意义的事情。”

## 广水开展“世界防治结核病日”宣传活动

随州日报讯(通讯员刘小斌、张冠锐)今年3月24日是第29个“世界防治结核病日”,主题是“你我共同努力 终结结核流行”。3月22日,广水市卫健局、广水市疾控中心联合城郊卫生院在城郊中心中学开展了宣传活动。

工作人员在活动现场拉起了宣传横幅,摆放了知识展板,开展了现场答疑、发放了宣传资料,共发放宣传资料7000余份,咨询人数达300余人。广水市一医院专家以《学校结核病防治知识》为题,为在校师生进行了结核病知识健康讲座,详细讲解了结核病的症状、传

播渠道以及防治知识,倡导大家正确认识结核病,积极做好防控工作。

自3月18日起,广水市各医疗机构通过健康义诊、发放宣传资料等途径开展结核病防治宣传。至3月22日,各医疗机构共发放防治结核病宣传资料10000余份,接受群众咨询达10000余人。

下一步,广水市疾控中心将持续深入推进“百万志愿者结核病防治知识传播活动提升行动”,不断壮大志愿者队伍,积极宣传结核病防治知识,营造全社会共同防治结核病的良好氛围。

## 市教育系统后备干部培训班开班

随州日报讯(全媒体记者王聪莹、通讯员何干武、李玲)3月26日,市教育系统后备干部培训班在国家教育行政学院开班,91名后备干部前往国家教育行政学院参加为期4天的培训。

此次培训邀请清华大学、北京师范大学等知名高校专家教授,北京通州区潞河中学、北京市第五十中学等名校校长为参训学员指点迷津,传经送宝。教授内容既有习近平总书记重要教育论述,加快建设现代化教育强国宏观的理论引领,又有学校管理创新实践探索的启迪;既有前沿教育数字化转型的最新理念,又有新时期师德建设的实践与探索。

此次选拔的后备干部培养周期为3年,旨在培育一批品德高尚、业务精湛、治教有方的后备校长,为更好实现专家治校、教育家办学奠定坚实的人才基础,以高质量的人才梯队助力随州教育高质量发展。

我市相关负责人希望各位干部教师不断学习教育理论方针政策,拥有大胸怀、大抱负、大视野、大格局,坚定正确的办学方向,成为办学方向的掌舵者;要有与时俱进的能力、超前的思维意识、前瞻的预见性,从学校的实际出发,顺应时代发展要求,打造“人无我有、人有我优、人优我特”的治校风格,提升学校影响力,成为师生的卓越引领者;要以“登峰愿献骨做梯”的气魄和创新精神,敢闯敢干,深入谋划,不断开拓新领域,成为学校发展的源头活水。

春节气候干燥,身体容易缺水,很多人都感觉到皮肤干燥、眼睛干燥、排便干燥……在这种情况下,适度多喝水,有助于补充水分,改善血液循环,促进新陈代谢。



科普知识 随州市科学技术协会主办

分类 信息 联系电话:(0722)3312088 微信号:1395609078

## 遗失声明

曾都区岁丰学校(原西城岁丰中心学校)遗失《湖北省行政事业单位资金往来结算票据》50份,票号:00641251-00641300,声明作废。  
高原遗失鄂S5737(挂)道路运输证,证号:421302100650,声明作废。