

我市革命老区红色纪念地和英烈人物系列邮票将印制发行

□记者 杨元琪

本报讯 10月20日,市老区促进会传来消息,为深入挖掘我市红色革命历史,弘扬爱国主义传统,我市革命老区红色纪念地和英烈人物系列邮票将印制发行。

据市老促会常务副秘书长陈始伟介绍,我市革命历史源远流长,在这块土地上,平顶山人民在中国共产党的领导下,经历了大革命、土地革命、抗日战争、解放战争的严酷斗争和考验,为中华民族的独立和解放做出了巨大贡献。我市是红色资源大市,红色纪念地含金量高、英烈人物影响深远。全市现有革命根据地、旧址、纪念馆、烈士陵园等红色遗址、遗迹和纪念地134处。在中国近代革命史的四个伟大时期,平顶山大地涌现出无数舍身为国、抛头颅洒热血的革命志士,赓续红色基因、永葆初心使命是我们义不容辞的责任。

市邮政分公司相关负责

人说,把我市的革命历史有效地融入邮票、邮资明信片、邮资封中去,不仅是庆祝建党100周年活动的延续,也是服务地方政治、经济、文化发展的需要。为此,市邮政分公司集邮与文化传媒部在市公司党委的支持下,经报请省公司同意,于今年7月中旬,正式启动红色邮票项目,将印制发行“平顶山市革命老区红色纪念地”“平顶山市革命老区英烈人物”系列邮票、邮资明信片、邮资封等。届时市老促会、市委宣传部、市委党史研究室、市邮政分公司举办邮票首发式。自首发之日起,全市119个邮政网点及主题邮局、集邮网厅同时发售。

10月20日上午,平顶山市革命老区红色纪念地和英烈人物评选会在市老促会举行,与会专家学者对我市红色革命历史资源进行了深入研讨挖掘,对未来抢救性保护提出了整理规划意见。

评选会上,按照平顶山

市革命老区红色纪念地和英烈人物入选依据,与会领导和专家学者进行了认真讨论和评定。经评选,叶县文庙(平顶山地区第一个党支部旧址)、中国工农红军第九军诞生地(叶县望夫石山)、段庄革命老区纪念馆(平顶山第一个农村党支部旧址)、河南区党委河南军区河南人民抗日军司令部旧址、临汝县抗日民主政府旧址纪念地、八路军豫西抗日根据地曹沟旧址、新四军虎头山抗日战斗遗址、中原解放纪念馆、豫西革命纪念馆、豫陕鄂军政大学旧址入选“平顶山市革命老区红色纪念地”。段语禅、吴镜堂、段永健、陈遗、李书乾、牛子龙、吴凤翔、马英、陶士党、曹子俊入选“平顶山市革命老区英烈人物”。

即日起,针对入选的“平顶山市革命老区红色纪念地”“平顶山市革命老区英烈人物”名单,广大市民可向市老促会提出意见和建议,电话:0375-4987976。

世界骨质疏松日 专家建议多晒太阳多运动

□本报记者 王春霞

本报讯 10月20日是世界骨质疏松日,今年的主题是:骨量早筛查,骨折早预防。当天上午,市第一人民医院内分泌代谢科、骨科、肾脏病风湿免疫科及放射科专家在门诊大厅举行义诊宣传活动,免费为患者进行骨质疏松症评估及骨密度检测。

“我年轻时光脚量身高1.62米,前年体检时变成了1.58米,咋变矮这么多?”义诊现场,75岁的王老太咨询肾脏病风湿免疫科主任张献朝。“平时有啥症状没?”“常感觉腰背疼痛,别的没什么。”“骨质疏松就会导致变矮,要先测量一下骨密度,看看骨质疏松的程度,然后再对症治疗。”张献朝解释道。

市民李女士刚满50岁,3年前绝经后,常感腰背及关节疼痛。内分泌科副主任医师李进看到她刚做的骨密度检测单,腰椎及股骨的骨密度检测值分别是“-38”和“-36”,判断她的骨质疏松比较严重,并针对她的情况给出了治疗方案。

李进说,骨质疏松症初期通常没有明显的临床表现,因而被称为“寂静的疾病”,但随

着病情发展,骨量不断流失,患者会出现腰背疼痛或全身骨痛,身高变矮或驼背,甚至发生骨质疏松性骨折等后果,是老年患者致残和致死的主要原因之一。所以,如果老年人出现上述症状,最好做个骨密度检测,接受规范治疗。

许多老年人认为,预防骨质疏松就是补钙,其实这是一种认识误区。李进说,单纯性补钙常出现两个坏处,一是过量补钙加重肾脏负担,导致肾结石;二是过量补钙会导致血管钙化,对心脑血管造成影响。治疗骨质疏松之前,需要补钙、补维生素D和服用抗骨质疏松药物,因此最好先查一下血钙、尿钙及维生素D的含量,在医生指导下用药。

采访中,张献朝和李进都表示,一些人尤其是年轻人出现骨质疏松的原因之一是缺乏户外运动。“现在不少女性出门就打伞,怕晒太阳,其实多运动和晒太阳,是最经济有效的补钙方式。”李进提醒说,普通人预防骨质疏松,除了注意日常饮食多摄取钙质丰富的食物,少喝咖啡和碳酸饮料,远离烟酒之外,还要适当做一些户外运动,比如打太极拳、慢跑等。

发放优惠卡 承诺免费培训退役军人 “背上兄弟”拥军获赞誉

□记者 吕占伟

本报讯 10月20日上午,冷风细雨中,湛河区伟和疼痛门诊(背上兄弟颈肩腰腿康复馆)门前却是暖意融融:“背上兄弟”窦小伟、李永和向湛河区10个乡(街道)退役军人服务站的工作人员每人发放30张军人诊疗优惠卡,并承诺免费对退役军人进行颈肩腰腿健康调理技术培训,帮助有意愿的退役军人开办疼痛康复连锁服务机构,助力退役军人就业创业。

“这些诊疗优惠卡长期有效,请各位负责人发放到有颈肩腰腿理疗需求的退役军人手

中。持此卡来我们医馆就诊的退役军人,可免收咨询及诊断费,治疗费、理疗费、药费亦可享受不同程度的优惠。另外,每年建军节当天持此卡可享受一定额度的免费治疗。”窦小伟说,除发放军人诊疗优惠卡外,“背上兄弟”还愿意无偿帮助有意愿、有责任心和爱心的退役军人学习颈肩腰腿健康调理及推拿按摩技术,帮助退役军人开办疼痛康复连锁服务机构。

当天,湛河区委宣传部、湛河区双拥办、湛河区退役军人事务局联合向背上兄弟颈肩腰腿康复馆赠送了“湛河区拥军优属先进单位”牌匾。

桥梁施工 鲁山这段路需绕行

□记者 胡耀华

本报讯 记者10月19日从鲁山县公路管理局获悉,因该县董周乡境内的周庄大桥正在施工,鲁山县城通往观音寺和仓头乡方向的车辆需绕道行驶。

周庄大桥位于鲁山县城通

往观音寺和仓头乡的三岔路口东边不远处。相关部门已在城西八里仓路段的311国道与207国道交会处设立了绕行标志,提示过往车辆沿311国道绕行小集至207国道,然后再往观音寺或仓头乡方向行驶。

据了解,该路段恢复通车时间为11月10日。



画扇

10月20日上午,在湛河区锦绣小学,孩子们在团扇上作画。近日,锦绣小学的师生一起绘制彩扇,并将其挂在校园各处,成为一道亮丽的风景。本报记者 彭程 摄

市区黄金路、白银路单行方向互换

□记者 刘蓓

本报讯 10月20日,从市公安局交管支队传来消息,即日起,市区黄金路、白银路单行方向互换。

据市公安局交管支队秩序大队副大队长郑温平介绍,市区黄金路与东安路交叉口是建东小学、金太阳幼儿园所在地,以前黄金路实行由西向东的单向交通,车

辆从黄金路路口驶出时,与接送孩子上下学的市民相遇,极易发生拥堵。为改善这一情况,优化东安路、白银路、黄金路附近区域路网交通环境,畅通局部道路微循环,根据相关规定,市公安局交管支队对白银路及黄金路西段(东安路至诚朴路段)的交通组织进行优化调整。

具体措施为:白银路取消由东向西的单向交通组

织,实行由西向东的单向交通。黄金路西段(东安路至诚朴路段)取消由西向东的交通组织,实行由东向西的单向交通。

郑温平提醒市民,以上交通组织调整措施即日起开始执行,请驾驶员按照交通标志、标线指示有序通行。违反规定者,公安交管部门将通过现场执法和电子监控设备抓拍进行处罚。