



市疾控携手金胜社区开展 暖冬行动 志愿者现场挥墨送春联

记者 陈慧



春节临近,年味渐浓。16日一大早,市疾控中心党支部携手金胜社区党总支走进金胜社区,开展党员暖冬行动。30多名党员志愿者和多名本土书法家现场写春联送祝福(如上图),将节日的喜庆提前送到市民家中。

活动现场,几位书法家被围得水泄不通,前来索要春联的市民络绎不

绝。王女士家住华丰西路,听说金胜社区免费送春联,特意过来带两副回家。市民朱先生到附近的保险公司办事,看到送春联的横幅,特地过来询问,听说写春联的是我市书法家协会成员,赶紧领取红纸对,挑了自己喜欢的对联,请书法家书写。市民李女士向记者透露,过去每年春节都要

健康之窗
2017(4-5)
市疾控中心 主办
市健康教育所

敬请关注永康市卫计局 健康永康 微信公众号

开车到华丰菜市场买春联,今年在家门口就能免费拿到,觉得很方便。市民孙阿婆只拿了一副春联,她说:我只挑了一对,让其他人也有机会分享贴春联的高兴、快乐、吉祥。

市疾控中心主任、书记胡云卿告诉记者,这是该中心和金胜社区连续第6年进社区开展写春联送祝福活动,活动一年胜似一年。

金胜社区主任姚勇证实了这个说法:今年,社区准备了500多对红纸,比去年多了100对左右,不到两个小时就被陆续赶来的市民全部领取。看到活动受欢迎,他们都感到非常欣慰。

解小 成金华市数字校园示范校

通讯员 吕佳 记者 陈慧

近日,解放小学通过了金华市教育信息化工作专家组审核,成为了金华市首批 信息化特色学校和 数字校园示范校。

据悉,信息化建设是解放小学的中长期重点工作之一。该校从2014年申报 金华市数字校园示范校 开始,就坚持信息化建设服务于学校发展的战略思想,按预定方案积极开发 萤火虫 教研平台,建设一个集校本资源平台和网络教研功能于一体的教育资源管理系统。

解放小学始终坚持 建设需求来源于业务部门,建设成果服务于全体师生 的原则。随着学校信息化建设工作的推进,该校逐步探索出了高效合理的 萤火虫 网络教研平台研修模式,开展合理、高效的教研活动,形成丰富的教学资源,强化奖惩制度,保障网络教研平台实施和推广,信息化水平得到大幅提升,信息化日益融合于学校的教研活动之中,为学校教学工作的开展提供了支撑。在实地验收的反馈会上,金华市教育技术和信息中心主任沈才高度肯定了解放小学在数字化校园建设工作中的亮点,认为该校信息化建设卓有成效。

信息化建设没有终点。解放小学表示,该校将以获批 信息化特色学校和 数字校园示范校 为契机,紧紧围绕学校 育人为本 的中心任务,着眼信息化发展的新要求、师生的新期待,进一步加强信息技术与教学、教研、校园文化的深度融合,更好地满足广大师生的信息化需求,提升学校信息化建设的层次和水平,更好地为学校改革发展提供信息化服务保障。

手把手教你特殊片剂打开方式

专家提示:不正确的服用方式会影响药效,甚至有副作用

片剂是药品最常用的剂型,普通片剂服用方便,温水送服即可,老人儿童服用不方便还可以掰开碾碎,服用方法灵活多变。随着药品制作工艺的发展,片剂出现更多的剂型,分散片、泡腾片、缓释片、控释片、舌下片、肠溶片、咀嚼片、外用片等已是屡见不鲜。

市三院专家提示:不同的剂型也有着不同的使用方法和注意事项,不正确的使用方式会影响药物疗效,甚至有副作用。为了指导市民正确服用特殊片剂,本文罗列出5类常见片剂的正确打开方式:

分散片可送服或泡饮

分散片可以直接用温水送服,也可将药片溶于温开水中服用,分散片释药速度快,而且老人儿童或片剂较大不易吞咽时分散片就显得尤为方便。

泡腾片不宜直接口服

泡腾片要用温水完全溶解后(气泡完全消失)口服。很多儿童用药会制成泡腾片,并添加矫味剂以便儿童服用。儿童服用泡腾片时尤要注意,不能直接口服,否则泡腾片会在口腔及胃肠道中释放大量气体,造成胃溃疡,甚至窒息。

缓/控释片可整片吞服

缓释片、控释片可以延长药物作用时间,减少服用次数。一般情况下,缓释片、控释片都需要整片吞服,不能掰开,嚼碎或碾碎,否则会破坏剂型,无法控制剂量,甚至导致药物大量释放,造成危险。有些有特殊说明可以掰开的药物,也一定要沿着标注的刻痕掰开。

部分缓释片、控释片(如硝苯地平控释片)会将药物放进一个壳中,药物完全释放后,这个壳会完整地排出体外。服用这些药物后,若发现大便中有药片,不用担心是药品质量问题,或是药物没有被吸收。

肠溶片忌掰嚼服用

肠溶片通过在药物表面包裹一层特殊外衣而使药物在胃内不被溶解,到达肠道后才溶解释放药物。一些对胃粘膜有刺激性的、有效成分易被胃液灭活的药物常制备成肠溶片。因此,服用肠溶亦不能掰开、嚼碎。

舌下片宜舌下溶解

主要用于急症的治疗,如硝酸甘油片。应将药物置于舌下,使其溶解于唾液,进而被舌下血管吸收。舌下片不能吞服,否则起效缓慢,达不到治疗效果。

使用药物前应仔细阅读说明书,了解药物使用方法及注意事项,正确开具医嘱。

“永康精神卫生”
微信公众号

市第三人民医院

加强科普宣传
提高科学素养

科教视窗

市科协 市社科联 主办



防森林火灾 保绿色家园 筑生态屏障

时值冬日,天干物燥,在野外游玩时要避免使用火源,谨防森林火灾!

永康市森林消防指挥部 永康市农林局 永康日报社 宣