

### 天然气公司 优质服务获用户点赞



热水器生产厂家,随后她陪同用户实地查看并提出既方便又保证安全的解决办法,最后使热水器得以顺利安装。此外,考虑到没有天然气会对生活带来不便,于是马晓燕提前联系了通气师傅,让用户下午就能用上热水。面对前来感谢的用户,马晓燕说,能及时为用户解决问题,自己再辛苦也值得。

而这第二件事源于去年疫情期间天然气公司对滨江万家花城万和苑工程的支持。去年由于受疫情的影响,万和苑燃气配套工程施工进度减缓。疫情防控形势好转后,天然气公司在保证施工质量的前提下加大施工力度,加快施工进度,最终万和苑燃气配套工程按时完工。滨江房地产公司为此送来一面写有“全心全意 优质服务 精益求精 组织施工”字样的锦旗,对天然气公司优质高效的服务表示感谢。

作为民生服务行业,天然气公司一直秉承“心系万家 气通万户”的核心理念,将保障和改善民生作为开展为民办实事的落脚点与出发点,为用户提供便捷、高效的服务,树立了良好的社会形象。 ■通讯员 许谈 徐珏

近日,市天然气公司组织人员走进东湖小学,为师生们上了一堂生动的燃气安全知识课。

“如果发现家里燃气泄漏该怎么办?大家知不知道燃气灶的使用年限?”活动中,燃气宣讲员通过卡通图画、现场讲解、有奖问答等多种方式,为孩子们深入浅出地讲解了

“如何应对燃气泄漏,作为公民如何保护好身边的燃气设施”等安全知识和常识,并指导孩子们认识一些燃气设施。课堂上,孩子们聚精会神听讲,踊跃举手回答问题。

“天然气作为清洁高效的能源,给日常生活带来了很大便利,所以我们需要正确使用燃气、了解燃气。”据燃气

近日,市天然气公司党支部组织党员前往新镇镇福陵园公墓内的烈士陵园,开展以“学党史 祭英烈 践初心”为主题的祭奠活动,缅怀革命先烈,传承革命精神。

在庄严肃穆的烈士陵园内,

近日,市天然气公司与平湖技师学院举行了一次篮球友谊赛,旨在通过体育竞技活动,加强企业与院校之间的联系,进一步发扬拼搏、协作的团队精神。

随着裁判员的一声令下,比赛正式开始,由于平时工作忙碌的缘故,天然气公司的队员开场发挥不佳,接

### 燃气安全知识宣传进校园

宣讲员介绍,此次燃气安全宣传活动的目的是让孩子们从小掌握燃气安全常识,使安全用气的理念深入人心。

活动结束后,孩子们收获了不少有关燃气安全方面的知识。许多学生告诉宣讲员,通过听取安全知识讲解,知道了在燃气泄漏时一定要不能惊慌,首先要关闭燃气总阀门,然后开窗通风,到室外拨打燃气服务电话“967677”。

此次活动是天然气公司今年“燃气安全进校园”宣讲系列活动的

“燃气安全进校园”宣讲系列活动的

第一站,后续还将走进其他学校、社区、企业、小区等开展宣讲,普及燃气安全知识,预防燃气事故的发生。 ■通讯员 冯伟

### 篮球友谊赛搭建院企交流平台

连失球。但随着比赛的持续进行,他们也渐入佳境,以一个三分球率先打开局面,现场比赛气氛不断升温,攻防快速转换,争夺异常激烈。上半场,该公司以6分落后的差距结束比赛;下半场,队员们以全场联防打乱了对手的节奏,比赛逆风大翻盘。最终,天然气公司取得了此次比赛的胜

利。

本次篮球友谊赛进一步拉近了企业与院校之间的距离,搭建了合作交流平台,同时也丰富了职工的业余文化生活,展现了天然气公司青年员工朝气蓬勃、勇猛精进的良好精神风貌。 ■通讯员 余汛



### 科普之窗

### 绿豆,夏季清热解暑的良品

绿豆在夏日食物中占有绝对的“C位”。一碗绿豆汤下肚,好吃不贵、清凉解渴,很是舒服。那么,夏天喝绿豆汤到底好在哪里呢?

炎炎夏日人体出汗多、水分损失很大,其中钾的流失最多,体内电解质平衡遭到破坏,用绿豆煮汤来补充是理想的方法。绿豆性味甘、寒,有清热、消暑利水、解毒的能力。在古代,人们就视绿豆为夏令解暑佳品。绿豆

含有大量淀粉(62%),很少的脂肪(0.8%),而大豆、黄豆等含淀粉量极少,主要为蛋白质和油脂。绿豆蛋白质含量为21.6%,低于大豆但高于其他常见谷物,是大米的3倍左右,而且蛋白质是完全蛋白质(指必需氨基酸种类齐全、含量充足、相互比例适当,能够维持生命和促进生长发育的一类蛋白质),含有较多的赖氨酸,可弥补谷类食物中赖氨酸不足的缺点。

绿豆皮含有多种生物活性物质,包括单宁、香豆素、生物碱、黄酮类化合物等,赋予了绿豆抗炎、消肿、促进吞噬功能的药理作用。此外,绿豆含有的大分子化合物,如蛋白质、多肽、低聚糖和多糖,还有微量营养素、黄酮、酚酸、有机酸、三萜烯、醛等具有抗氧化特性。三伏时节一旦中暑或上火出现口干舌燥、咽喉肿痛的症状,喝些绿豆汤即可以缓解。绿豆中的抗氧化物质,对

于高温高温条件下身体产生的很多有害物质具有一定的清除作用。

虽然绿豆是一种有益的夏季食物,但是脾胃虚寒泄泻者食用的时候还是要慎重。体质虚弱的人群一般肠胃功能较弱,难以在短时间消化掉绿豆蛋白,容易因消化不良而引起腹泻等现象;绿豆性寒,体质寒凉的人喝了绿豆汤容易引起腹泻泻等现象,所以并非适合所有人群。

### 肩痛,最常见的原因是肩袖损伤

肩关节有很多的肌腱和肌肉,可以做很多大范围的动作,同时也最容易产生疾病。肩关节及其周围的肌肉韧带疼痛被称为肩痛。肩周炎又称肩关节周围炎,俗称凝肩、五十肩。由于“肩周炎”这个概念在很多人的思想里已经很根深蒂固,所以绝大部分人都认为“肩痛就是肩周炎”“忍忍就过去了”,有些人不到医院,而是自行按摩推拿、“爬墙”锻炼,这样的医疗常识误区导致很多患者病情加剧,并且顽固地认为“肩周炎就是治不好的”。

那么,肩痛就是肩周炎吗?有研究数据表明,真正的肩周炎发病率很低,只占肩痛患者的10%-15%,导致肩痛最常见的原因是肩袖损伤,其中60岁以上由于肩痛就诊的老年人中,肩袖损伤的比例超过60%。

肩袖损伤的发病机制分为急性损伤和慢性损伤。急性损伤常见于摔倒时肩部支撑、暴力牵拉、提拉重物;慢性损伤常见于60岁以上的老年人。肩袖损伤临床症状多表现为急性外伤史、重复性或累积性损伤史;肩关节疼痛、活动障碍,其中最典型的是颈肩部夜间疼痛以

及“过顶位”活动疼痛(即患肢高举过自己头顶),患者十分痛苦,无法患侧卧位,严重影响睡眠。

患了肩痛,专家提醒大家不要盲目自我诊治,以免加重病情。肩痛时,应先到医院请医生诊断病因,经过MR检查明确病因诊断后,再进行治疗。肩袖部分撕裂可以非手术治疗。根据医生的嘱咐,休息制动、口服中药或采用非甾体抗炎药、外用贴、封闭、牵引等。肩袖的全层撕裂为肌腱的连续性中断、撕裂,从关节面延伸到滑囊面,此类患者需要手术治疗。目前关节镜微创手术技术日趋成熟,其视野开阔、创伤小、术后恢复快,已经在临床广泛采用。

(以上摘自《人民网-科普中国》)



平湖市科学技术协会 嘉兴日报平湖分社 联办

很多人到医院作口腔检查时发现自己有牙周炎,常表现为牙龈退缩、牙槽骨吸收、牙齿松动移位。同时,这部分人群常发现自己牙缝越来越大,门牙越来越飘。因此,无论是功能还是美观上,牙周炎给大家带来了极大的困扰。

什么是牙周炎?  
牙周炎在国人人群中发病率很高,尤其是在成年人中高达90%,也就

### 患有牙周炎还能矫正牙齿吗?

是说或多或少都存在不同程度的牙周病损。引发牙周炎的病因很多,最常见的病因是因为口腔卫生维护不良,导致菌斑沉积甚至矿化形成牙石刺激牙周组织,从而引起牙周组织的炎症。早期可能仅表现为牙龈肿痛,刷牙时出血等牙龈病损,但随着病情的进展,则会导致牙槽骨的丧失,出现牙齿松动移位甚至脱落的风险。

很多患者会觉得自己的牙周状况不好,甚至有的牙都松了,所以对自己能否正畸治疗充满了疑虑。但事实上,牙周炎并不是正畸治疗的禁忌症。即使有牙槽骨的部分丧失,只要牙周病得到有效控制,牙根吸收不超过1/2就可以进行正畸治疗。因此,牙周炎患者正畸治疗前必须经过完善的牙周治疗,牙周状况稳定后方可开始治疗,且治疗过程中也需要定期进行牙周监测与维护。

牙周炎未经有效控制就进行正畸治疗有什么风险?  
正畸治疗的原理是通过牙齿施加某方向的力后,牙齿压力侧的牙槽骨破骨吸收,而另外一侧则会出现新骨的沉积。而当我们的牙周存在炎症时,新骨便无法沉积,此时就会加速牙槽骨的破坏,加剧牙齿的松动情况,严重的甚至会导致牙齿脱落。因此,当正畸医生提醒你先去进行牙周治疗再作正畸治疗,这绝对不是危言耸听。

### 市人大代表监督民生实事项目实施情况

日前,市人大代表新仓小组就2021年我市民生实事“消防安全提升项目”实施情况开展实地监督检查。

代表小组一行先后深入华

天众安物联网科技有限公司和园丁小区,实地察看智慧消防综合管理平台运行情况、小区电动自行车充电桩建设及管理情况。

随后,代表小组参观了市消防救援大队消防车辆、器材装备,并召开了座谈会。会上,代表小组一行听取了大队关于2021年消防民生实事项目推进情况汇报。

与会代表就消防民生实事项目情况进行了讨论交流,并就项目下一阶段工作提出了意见和建议。 ■通讯员 李唯忱

### 独山港组织考察 新农村消防设施配置提升点

为进一步增强新农村集聚区火灾防范和应急救援能力,日前独山港消防工作站对辖区内紫云佳苑、聚福佳苑等多个小区开展新农村消防设施配置提升点实地考察。

此次考察内容主要包括新农村微型消防站建设、消防设施

布点、农户室外电动车智能充电桩、消防车通道、室外消防栓配件增添、新农村点河流取水口等设施配置,以及新农村消防设施配置提升建设等。通过进一步提升建设,将极大地完善全镇新农村消防安全治理体系。 ■通讯员 李唯忱

### 多部门联合开展企业消防安全检查

日前,市消防救援大队联合市经信局、自然资源和规划局、建设局、综合执法局、“三改一拆”办等部门,对辖区企业开展消防安全检查。

行动期间,检查组人员先后来到曹桥街道金昂包装、勤达机械等3家企业,听取了企业负责人关于消防安全方面的情况介绍,并重点

围绕企业消防安全责任制是否有效落实,主要负责人、安全生产管理人员是否持证上岗,安全生产规章制度和操作规程是否规范制定,

消防安全责任人和管理人是否明确,以及消防安全管理制度是否建立健全等情况开展实地检查。 ■通讯员 李唯忱

### 消防安全集中夜查行动展开

为深入推进“建党百年系列活动”消防安保工作,切实维护社会面火灾形势稳定,近日市消防救援大队组织开展了消防安全集中夜查行动。

行动期间,检查人员先后前往御隆汤洗浴汗蒸会馆、阳光海岸休闲沐浴广场等娱乐场所,重点对场所内消防安全责任制是否

严格落实、消防器材设施是否完好有效、疏散通道和安全出口是否保持畅通、员工“四个能力”是否熟练掌握等情况进行了详细检查。针对检查中发现的问题,检查人员要求相关负责人及时整改落实,切实从源头上消除各种火灾隐患。 ■通讯员 李唯忱

### 消防宣传进学校 筑牢校园“防火墙”

为进一步提高辖区师生的消防安全意识和防御火灾事故能力,日前市消防救援大队深入嘉兴学院平湖校区,为该校1600余名师

生上了一堂生动的消防安全培训课。

培训中,大队宣传人员详细为师生们讲解了如何预防火灾、遇到

紧急情况时应该如何处理、消防器材的使用方法等知识。同时,结合火灾案例,向师生们讲授了如何在火场进行逃生自救等与大家的日

常生活密切相关的各类消防知识。理论培训结束后,学校还组织师生开展了灭火及疏散逃生演练。 ■通讯员 李唯忱

# 情系残疾兄弟姐妹 奉献一份诚挚爱心

平湖市残疾人联合会 宣