

## 外省团队来平调研天然气掺氢项目

近日,辽宁法库经济开发区调研组赴市天然气公司交流调研氢能天然气集团的天然气管道掺氢、输送、分离应用技术研究及浙能先导示范项目。

据了解,该项目的成功实施,验证了3%至30%比例氢气掺入天然气的技术

可行性,填补了我国利用在役城镇燃气设施进行高比例掺混氢气试验的空白,实现了掺氢燃气的宽压力、长周期、规模化应用。

市天然气公司向调研组详细介绍了该项目在绿电制绿氢、储氢、天然气管网掺氢以及分离等方面开展的研究探索工

作,包括技术原理、工艺流程、设备选型以及掺氢天然气在成本、能效、环保、经济性等方面的情况。

调研会上,双方对天然气掺氢技术进展、政策处理、综合平台搭建、经济与环境效益等展开了深入讨论交流。调研组表示,氢能作为一种清洁零碳能源,被

誉为21世纪的终极能源。近年来,在相关政策大力支持下,围绕氢能“制、储、运、用”的相关探索实践不断突破。该项目的成功投运,对未来推进“氢进万家”产业体系发展,助力我国实现“双碳”目标意义重大。

■通讯员 吴尚儒

## 强化安全管理,做好燃气设施改造

生命和财产安全。

近日,市天然气公司组织相关岗位人员集中学习浙能燃气公司下发的《居民用户项目零星改装作业安全管理要求》,旨在强化岗位人员对燃气施工规范与标准的认识,切实提高用户燃气设施改造项目安全管理水平,保障人民群众

学习会上,客户服务部负责人向与会人员宣讲了《居民用户项目零星改装作业安全管理要求》的主要内容和规定,并结合天然气公司实际情况和城市燃气相关法律法规,进行详细解读。与会人

员针对该管理要求细则,积极进行讨论,加深对条文的理解。会议要求各岗位严格执行安全管理规定,认真落实居民用户项目零星改装作业安全管理工作要求,围绕2024“安全筑基”行动目标,认真落实责任,确保安全管理工作做到实处。

通过此次学习,进一步强化了业务人员安全生产责任意识,有效预防和减少各类燃气安全事故发生。接下来,天然气公司将严格落实各项安全管理要求,理论联系实际,实现用户端燃气零星改造作业管理标准化、规范化。

■通讯员 冯伟

## 主题教育活动激发团员青年爱国情怀

近日,市天然气公司团支部组织团员青年开展了国家公祭日主题教育活动,旨在弘扬爱国主义精神,激发团员青年为实现中华民族伟大复兴而不懈奋斗的正能量。

为铭记历史,重温民族苦难记忆,

活动期间天然气公司团支部组织团员青年观看了抗日影片《南京!南京!》。影片中那一幕幕沉重的历史画面,让团员青年仿佛置身于令人悲痛的岁月。观影结束后,团员青年们围绕“勿忘国耻,圆梦中华”主题展开积

极讨论,用独特的形式阐述爱国主义的含义,分享如何立足岗位建功立业,实现民族复兴。最后,大家通过登录“国家公祭网”平台,线上参与公祭活动,悼念南京大屠杀中的死难同胞,抒发和平愿望。

此次活动,不仅是一场精神的洗礼,更是让团员青年们铭记历史、奋发进取,将感悟化为工作动力,在各自的岗位上担当作为,为实现中华民族伟大复兴贡献青春的力量。

■通讯员 顾晨源

## 高效规范办实事 热情贴心为企业

近日,浙江绿色巨农生物科技有限公司向市天然气公司送来一面写有“高效规范办实事,热情贴心为企业”字样的锦旗。

浙江绿色巨农生物科技有限公司是我市生物饲料研发和生产的重点企业,自成立至今一直使用的是生物质锅炉。在与该企业签订天然气配套合同后,天然气公司第一时间进行现场踏勘。为了不耽误用户原有的生产,天然气公司积极配合企业生产时间,利用企业休息时间加班加点施工,各部门紧密配合,顺利完成了天然气管道施工置换工作,使用户第一时间用上了清洁、高效的天然气。

锦旗既是认可,更是激励。天然气公司表示,将继续秉承“心系万家,气通万户”的核心理念,全力为广大燃气用户提供高质量、高效率的服务。

■通讯员 毛丽娟



## 科普之窗

### 冬季润燥,不妨多吃些藕

冬季天气干燥,特别是北方,室外冷燥、室内热燥,除了喝足汤水,还要每天吃一些清热润燥的食物,而这时候,藕就成了我们滋补润燥的不二之选。人们不仅要注意天气的变化、防寒保暖,更要做到合理饮食、均衡营养,因此特别推荐吃些藕。

#### 不同品种的藕吃法不同

藕,又名莲藕、莲菜,是莲生长在淤泥中的茎,生于淤泥而又不染于淤泥,肥美白嫩。把藕横切,可以看到藕的孔。按孔数分,可分为七孔藕和九孔藕。

七孔藕。七孔藕又称红花藕,外皮为褐黄色,体形又短又粗,生藕吃起来味道苦涩,宜煮炖。七孔藕淀粉含量较高,水分少,糯而

不脆,适宜做汤。

九孔藕。九孔藕又称白花藕,外皮光滑,呈银白色,体形细而长,生藕吃起来脆嫩香甜。九孔藕水分含量高,脆嫩、汁多,凉拌或清炒最合适。

#### 藕的营养很丰富

莲藕不仅称得上蔬菜中的“白富美”,而且从营养成分来看,藕含有蛋白质、碳水化合物、矿物质、维生素C等多种营养素,可以说是营养多多。

碳水化合物丰富,提供能量。每100克莲藕中就含有11.5克碳水化合物,丰富的碳水化合物使得莲藕为人体提供更多能量,对抗冬季的寒冷。

膳食纤维含量高,促进通便。“妾心藕中丝,虽断犹连牵”,莲藕丝的主要成分是膳食纤维,每100克中的不可溶性纤维就可达到2.2克,可与许多叶菜类蔬菜,如西芹(2.2克)相媲美,因此食用一定量的莲藕可以促进大便通畅、预防便秘。

维生素C含量高,帮助抗氧化。莲藕所含的水溶性维生素中,维生素C含量是最丰富的,每100克中就含有19毫克,可以帮助机体抗氧化、提高免疫力等。

钾含量高于香蕉、芹菜,有助防治高血压。藕中所含有的矿物质也比较多,其中含量最高的是钾,每100克含有293毫克的钾,高于香蕉、芹菜,有助于防治高血压。

## 嘴唇干燥起皮,别舔别撕!

嘴唇常年反复干燥脱皮,还越舔越干,怎么回事?这是慢性唇炎,别舔别撕。

慢性唇炎又称慢性非特异性唇炎,是唇部的非特异性、炎症性病变。病程迁延,反复发作。患者多出现唇部干燥、脱屑和渗出糜烂等症状。寒冷、干燥季节,烟酒、过热食物、舔和咬唇等不良习惯以及化学、机械刺激等因素,都有可能導致慢性唇炎的发生。

慢性唇炎的治疗首先应去除刺激因素。

比如,轻度脱屑患者,没有自觉症状,可涂少量护唇膏;中度症状患者,应在医生指导下使用局部治疗药液,局部湿敷去除痂皮后,局部应用软膏。

第一步,将消毒棉球(片)延展成条状,根据唇病损大小进行修剪,用药液将棉片充分浸湿。

第二步,将浸药后的棉片敷于唇部病损上,覆盖所有病损表面。湿敷20—30分钟,每隔几分钟滴加药液保持棉片湿润。湿敷时间

根据具体情况增减,待痂皮变软可无痛去除后,可再追加几分钟湿敷以巩固效果。

第三步,湿敷结束后揭开棉片,立刻在湿润的唇皮表面涂擦药膏,保持湿润,直至下次湿敷上药。

而对于唇部皮肤糜烂严重的患者,建议及时到医院就医,必要时联合中医药治疗。除此之外,预防慢性唇炎的发生应保持规律作息、饮食均衡,注意唇部的保湿。

### 头晕,当心耳石症!

当突然出现头晕时,多数人首先考虑是不是出现血压升高、脑卒中等。所以,头晕患者通常首选神经内科就诊。但是,除了一些中枢问题导致的头晕之外,还有一种最常见的外周性眩晕,这就是耳石症。

耳朵有两个同等重要的功能——听觉和前庭觉。当后者出现问题,就可能导致眩晕或头晕发生。耳石症也称为“良性阵发性位置性眩晕”,是一种源于内耳的疾病,在老年人群中的发病率更高。通常在翻身、坐起或躺下时出现短暂的天旋地转症状,一般持续时间在1分钟以内。眩晕随着头位变化可以反复出现,并伴有恶心、呕吐。

耳石是人体耳内椭圆囊斑上的碳酸钙结晶颗粒,是感受人体位置变化的结构。当各种原因使它从原位脱落而游离在内耳其他位置,就会在人体头位发生变化,出现耳石随着重力的移动,刺激内耳平衡器官和神经,从而发生眩晕。

耳石症的病因比较复杂,有些病理机制尚不明确。它可以随着年龄的增长出现耳石的自然衰老脱落,也可以由于骨质疏松、钙代谢异常等引起耳石脱落。所以,耳石症常见于40岁以上的人群,并且随着年龄的增长发病率会进一

步增加。还可能与外伤撞击、剧烈运动有关,也可能继发于各种中耳、内耳疾病,如中耳炎、梅尼埃病等。此外,由于过度疲劳、睡眠不足等,也可能使内耳微环境改变而发生耳石脱落。

耳石症一般通过位置实验和眼震视图相结合的方法来诊断。医生会根据不同体位是否有诱发的特征性眼震来判断耳石是否脱落,以及脱落发生的具体位置,在排除其他疾病后作出诊断。

耳石症具有自限的特点,大部分患者可以自愈,但自愈的时间长短不一,所以手法复位仍然是最简单且行之有效的首选治疗方案。确诊后,医生会根据不同的耳石异位类型,选用不同的手法进行耳石复位治疗。若同时伴有其他疾病或者复位治疗后仍有头晕不适,也可辅助药物治疗。(摘自《人民网-科普中国》)



平湖市科学技术协会 嘉兴日报社平湖分社 联办

## 多部门联合开展消防安全集中宣传

为进一步提升广大群众的消防安全意识和自防自救能力,近日市消防救援局联合多部门开展了“12·4”国家宪法日集中宣传活动,大力普及

消防法律法规和冬季防火安全知识。

活动现场,消防宣传人员以普及消防常识为切入点,以“贴近实际、贴近群众、贴近生活”为原则,在现场设

立了咨询台,并向群众发放消防法律法规、消防安全常识、电动车宣传品等相关资料。

此次活动的开展,进一步扩大了消

防宣传的覆盖面,提升了广大群众的消防安全意识和火灾逃生能力,为做好冬季火灾防控工作打下了良好基础。

■记者 杨思慧 通讯员 谷敏

## 消防安全宣传 进老年活动中心

近日,市消防救援局组织人员前往广陈镇老年活动中心,开展消防安全宣传。

活动中,大队“火焰蓝宣讲团”成员针对老年活动

中心老人数量较多、年龄偏大等实际情况,用通俗易懂的语言为老人们讲解了火灾预防、扑救方法、火场逃生方法等基本的消防知识,并对有抽烟嗜好的老年人进行了安全提醒。宣传人

员还把消防安全宣传资料送到老人手中,并组织老人们现场学习宣传资料内容,提醒大家要时刻关注消防安全。

通过此次宣传活动,进一步提高了老年活动中心的消防安全管理水平,增强了老人们的消防安全意识和火灾自防自救能力。

■记者 杨思慧 通讯员 谷敏

## 危化品道路运输事故应急处置演练举行

为进一步完善道路危险化学品运输事故应急救援机制,提高应急处置能力,最大限度降低事故危害程度,近日市消防救援局联合我市应急管理、交通运输、卫生健康、公安、生态

环境、网信办等部门,开展危险化学品道路运输事故应急处置拉练活动。

此次拉练采取实时实景、线上线上和前后指挥的方式进行,旨在强化各处置力量、联动部门协同配合。演

练过程中,各参与单位反应迅速、分工明确、紧密配合、处置有序,达到了模拟的预期目标,多部门联合救援、快速反应和综合应急处置能力得到了有效检验。

演练结束后,参演单位分析总结了演练中的经验与不足,针对存在的短板弱项进行整改和补足,进一步优化了各单位联动配合处置机制。

■记者 杨思慧 通讯员 谷敏

健康平湖 公/益/广/告

美好生活从健康开始  
健康城市从文明开始

市委市政府健康平湖建设领导小组办公室 宣