

食药监局突击检查西部零售市场畜产品

本报讯(通讯员袁龙)7月20日凌晨3时,石景山食药监局主管局长带领区局食品流通科、稽查大队、金顶街、五里坨、广宁、苹果园食药监管所执法人员,联合公安、动检所等部门,对西部法海寺早市、龙海添依市场进行突击检查,防止不合格肉品流入市场销售,保障辖区肉类市场食品安全。

检查中,执法人员重点检查商户的食品经营许可证、营业执照等资质,查验检疫票据、食品进货台账记录,仔细核对进货来源以及数量,严查私自夹带未经检疫肉类进场销售。执法人员现场抽取羊肉、牛肉样本4个;现场快速检测瘦肉精,检测结果合格。商户牛羊肉基本上来自本

市锦绣大地批发市场,个别商户经营的牛羊产地为河北张家口市,发现有河北大厂清真牛羊肉涉嫌假冒,执法人员责令市场主办单位和商户拆除牌匾。检查的猪肉产品全部来自本市五肉联,检疫票据齐全,未发现私自夹带行为。但是也发现个别商户将肉品直接放置地面,未实施冷藏贮存,存在一定的食品安全风险隐患。

石景山局在此次专项打击行动中,实施专项检查和突击检查相结合,并借助动检、公安的力量,加大监管力度,深入排查肉类市场食品安全风险隐患,严厉打击食品违法违规行为,确保辖区人民群众的食品安。下一步区局将继续加大对食品集



中交易市场的突击监管力度,采取多项措施,强化快检和监督抽检职能,排查清理来源不明的不合格肉及肉制品,监督经营者落实索证索票、进货查验、冷链销售等责任和义务,严禁食品经营者购进、销售、使用无合法来源和腐败变质的肉品。

残疾人基本服务状况和需求动态更新入户调查工作启动

本报讯(通讯员白静 刘会生)近日,区残联、古城街道有关领导一行来到古城街道北小区社区肢体残疾人张德茂家,对我区残疾人基本服务状况和需求信息数据进行更新采集。

石景山区残疾人基本服务状况和需求信息数据动态更新信息采集工作于7月26日至8月15日展开。200余名从各社区选调的调查员将通过入户、电话调查等形式,对我区18325名持证残疾人的服务状况和需求信息数据进行登记、更新。

在古城街道北小区社区两户残疾人家中,调查员按规程对家庭和残疾人的信息进行了采集,区残联理事长亲切询问了残疾人身体状况和目前享受服务的状况,认真听取残疾人的需求,并表示残疾人基本服务状况和需求信息数据动态更新工作是我区开展残疾人精细化服务工作的基础,一定要详细问、认真听,把残疾人的需求及时反馈至区残联,对每年度动态更新工作的成果要运用好,以需求为导向,精准做好我区残疾人服务工作。

“石景山综治”官方微信正式开通

本报讯(通讯员常莉莉)2016年7月22日,由石景山区社会治安综合治理委员会办公室主办的“石景山综治”官方微信正式开通。

官方微信将全方位展现石景山区社会治安综合治理工作,及时发布“平安石景山”建设权威信息,定期推送日常安全防范常识。微信用户还可以通过“石景山综治”微信公共平台直接留言。微信用户只需通过搜索微信号“sjszzb”或搜索公众账号“石景山综治”,也可直接在微信中扫描右方二维码并选择“关注”即可。



“爱心天使团”情系北京太阳村



本报讯 近日,赵山社区组织辖区内40余个家庭组成“爱心天使团”走进北京太阳村,用行动弘扬社会正能量,传递“崇德向善,互敬互爱”的精神。

太阳村是一个社会组织,20年来无偿为服刑人员代养未成年子女,同时进行特殊教育、心理辅导、权益保护以及职业培训,使他们能在一个相对安定温馨的大家庭里接受教育。了解到现在社会上有很多服刑人员子女生活困难,面临辍学、流浪、乞讨和严重的违法犯罪,需要社会上更多人的支持和帮助,大家拿出早已准备好的衣服、玩具、书包、书籍、学习用品等百余件,捐助给了太阳村。随后,大家还购买了太阳村孩子们亲手制作的手工艺品,爱心书籍等。社区举办这样的活动,希望每一个家庭培养孩子的社会责任感,增强他们对弱势群体的关注和了解;同时拓展社区志愿服务和公益项目领域,关爱家庭,奉献爱心,温暖社会。

张静/文 田玉苗/图

苹果园街道雨后善后工作稳步进行

本报讯(通讯员魏雨婷)近期北京地区连续面临强降雨天气,经过摸排,苹果园地区整体排水情况良好。北空路38号院门前、八大处路等区域因雨势大积水较深,防汛办工作人员第一时间动手清理了雨篦子,保证排水通畅,并安排保洁人员随时清除排水口的污物;街道防汛办还协调社区居委会、保洁公司、施工单位等力量对西黄村火车站、金顶山村等问题区域及时采取了清掏雨篦子、设置膨胀袋、抢挖排水沟等措施,为漏雨、倒灌的居民家提供了塑料布和沙袋并帮助其尽快解决困难,使居民生活恢复正常。

大雨过后,苹果园街道协调保洁公司加强地区环境卫生的保洁力度,重点对排水口、雨水篦子和卫生死角进行清扫。为防范可能引发的地质灾害隐患,街道主要领导带队再

次展开更为细致的雨后巡查。在对防汛重点区域巡查中发现,金顶山村数户居民房屋因地势坍塌等原因出现裂缝、塌墙、房梁塌陷等险情;琅山水电宿舍北侧拆迁区内一处疑似防空洞出现了面积约一平方米的坍塌。

按照险情的危急程度和房屋土地归属权,街道立即联系相关房主和产权单位,告知隐患处危险性和避免的重要性,督促其尽快对隐患处进行修缮加固。针对有家中困难无法自行修缮的居民和无主房屋,街道出资协调施工队为其进行墙体维修和加固。巡查过程中还查处了3处对防汛排水有安全隐患的违章建筑,由街道城管分队进行监督拆除。琅山水电宿舍的坍塌处街道已迅速安排施工人员进行回填、加固等措施的作业,确保周边平房区居民的生活安全。

石景山医院“骨科数字化模型实验室”成立

本报讯(通讯员海蒂)近日,骨科数字化模型实验室揭牌仪式在石景山医院举行。

仪式上,副院长云才对实验室成立的目的和作用做了简要介绍。石景山医院骨科作为石景山区重点学科,肩负着医疗、教学、科研三方面重要责任,必须站在时代的前列,紧跟当今最先进技术发展步伐,率先在我区建起骨科数字化模型实验室,全面提升我区骨科在该领域的发展水平,造福全区广大患者。医院相关领导介绍了实验室“3D打印导板技术”及其在临床上的应用。

据了解,“3D打印导板技术”是目前骨科领域的开发热点。2014年国内开始报道临床应用案例以来,“3D骨科”技术引起了临床医生与相关研究人员合作热潮。“数字骨科”技术主要包括医学影像处理、三维虚拟仿真与可视化技术、人体骨骼快速成型技术、临床术前计算机辅助设计/计算机辅助制造(简称CAM)技术等信息化高科技手段。

医院医护人员还一同参观了正在进行的“3D打印”的病人肩胛骨模型,感受到技术的精准度和安全性。

柠檬水不能和含钙的食物同食?

有传言说柠檬水不能和含钙的食物一起吃,钙和柠檬酸会结合成沉淀,甚至在体内生成结石。这其实是个谣言。

事实上,柠檬酸不会像草酸那样

促进肾结石,相反,柠檬酸等有机酸是有助于食物中钙、镁、铁、锌等多种矿物质吸收的,而研究证明柠檬酸对肾结石的预防也是有利的,甚至已经用于肾结石的治疗当中。 杨鸣



注意! 中老年人不要让肩膀“静”下来

“静”是导致肩周软组织慢性劳损或病变的主要原因。在日常生活中,人们最好别让自己的肩长时间“静”下来,尤其到了老年,更是如此。进入老年期后,由于骨质疏松、肌肉松弛无力,体力活动及肩部运动量一般都会减少,这就增加了肩周炎的发病机会。同时,肩关节周围的血液循环本来就不丰富,再由于老年期植物神经系统和内分泌系统功能易紊乱,进一步使血液循环减慢,促使老年人肩关节疾病的发生。

今天介绍几种可以增加关节及周围组织的血流量,增强新陈代谢的常用的锻炼方法:

门框牵拉法:患者站立,患侧手握门框,逐渐下蹲,用自己的身体重量来牵拉肩关节,反复数次,幅度由小到大。

上提下吊法:在门框上或树枝上设置垂巾,紧套手腕,患肢尽量高抬,然后做下蹲动作。次数、强度应该量力而行,循序渐进,但在严重疼痛期应轻做、少做为宜。

擦背法:取立正姿势,两脚分开与

肩同宽。把一条长毛巾搭在肩上,患肢背于背后,双手抓紧毛巾的两端,健肢在胸前用力向前下方拉,然后患肢再拉回,反复拉动如擦背状,次数不限。

拉绳法:把滑轮(可用硬圆筒代替)固定在高门上,绳子从滑轮上(或圆筒里)穿过,双手抓紧绳子两端的拉手。逐渐加力,带动患肢活动,每日拉动50~100次,并逐渐增加次数。

摘星换斗:右足在前,左足在后成丁字步,两膝伸直,左手握拳,屈左肘,将左拳置于腰后,右手高举过头,掌背朝天,五指自然微屈,肘略屈,目视右掌心。然后右手置于腰后,左手高举过头,左右来回练习。

幼鸟受食:两脚开立,距离与肩同宽,两臂下垂。屈肘上提,两掌与前臂相平,提至胸前与肩平,掌心向下;两掌用力下按,至两臂伸直为度。上提时肩部用力,下按时手掌用力,肩部尽量放松,动作宜慢,呼吸均匀自然。

以上各势,可以对肩部、颈部软组织损伤、肩关节周围炎等疾病有预防作用,具体治疗还应谨遵医嘱,切勿盲目锻炼。



北京长庚医院健康教育知识普及 健康热线:010-88296363