历下山体绿化纪实之三

荒山成了真正的天然氧吧

家住转山脚下银座花园的王兴萍女士,今年成了转山的新粉丝,平坦易攀登的山路、满眼青翠的山林、清新芬芳的空气,让她迷上了自家门口的这座天然氧吧,她也加入到了爬山健身养生一族的行列。今年2月以来,历下区实施山体绿化提升工程,为群众打造娱乐休闲、低碳健康的山体公园。越来越多临山而居的历下区居民,感受到了山体绿化整治带来的美丽与舒适。

本报通讯员 马宏展 杨晓琳

供市民休息的景观亭。 本报通讯员 杨荣超 摄

上山羊肠小道 变身康庄大路

王兴萍是11年前从老家烟台迁到济南的,“那时候的转山和荒山无异,山上光秃秃的,上山的路都是人们踩出来的羊肠小道。”可就在今年,转山大变样,王兴萍感叹,不仅山变绿了,树变多了,多条上山的小道简直修成了康庄大道,转山由荒山变成了自家的“后花园”。

据了解,自历下区山体绿化提升工程实施以来,包括转山在内的5座山体,在13万余棵苗木的装扮下,全部穿上“绿衣”。不仅如此,5座山体都修建了便捷的上山景观道路。仅转山这一座山,就修建了3000多米的人行道,以及800多米的车行道。

“我爬转山有7年了,过去这山上的路很难走,岔路又多,不熟悉的很容易迷路。经过整治,山路变得宽阔平坦了。”家住山东师范大学师大新村的79岁老者魏璁说,“现在下着小雨我都会上山,路好走了,山上的绿树多了,空气特别清新,真成了名符其实的天然氧吧,每天呼吸这好空气,延年益寿啊。”

此外,为了方便市民夜间上山休闲娱乐,山上还架设了太阳能路灯。“现在每天晚上上山休闲的市民达到千余人,真正让山体成了附近居民生活的一部分。”历下区市政局综合科科长慈红刚说。

景观平台 增添情趣

经过绿化提升,如今历下区几座青山真的成了山体公园,这不仅体现在山路的完善上,更表现在山上因地制宜建设的休憩平台,以及由专业园林队伍匠心独具打造的景观小品上。

在五顶茂陵山的上山路上,记者注意到路两侧种植了大量的大株绿植,在每一条主要道路的中段和山顶部位,还建设了5处休憩平台,平台上利用前期修路开凿出的原有山体岩石就地取材制成了石桌石凳,为市民提供休闲、娱乐、健身场所的同时也节省了经费开支。

山东政法学院副院长张振智说,他从1986年开始进入学院工作,他见证了坐落在学院中的茂陵山发生的巨大变化。张振智大赞此次山体绿化提升工程的成效:“如今工作累了,我就会到茂陵山上转转,看到曾经荒芜的茂陵山变得如此青翠美丽,看到学生们在新建的山景平台读书、休闲,就打从心里觉得舒服惬意。”

而在转山上,除了供市民休憩的凉亭、观景平台和休闲座椅,还有专业园林队伍打造的景观小品。转山半山腰处的一座凉亭旁,开挖了一处景观湖,并通过风力发电装置作为驱动建造了瀑布,水流拾阶而下灌入景观湖,湖内栽植着美丽的睡莲、芦苇。清风徐来,睡莲随涟漪微微荡漾,看到这旖旎一幕,爬山过程中的疲累就抛诸脑后了。

注重细节 以人为本

“转山山路的交汇处设置了指路导向标,景观平台节点处设了整个山体公园的导游图,自己身在何处一目了然,爬山的过程中再也不会担心迷路了。”居民魏璁说。

在转山上,记者还注意到很多树木上都有自己的“名片”,树木名牌上详细地记载着树木的名称、科属、习性等。慈红刚介绍,此次转山绿化栽种树木的种类有二十多种,因此就在主要树种上挂上了标牌,居民上山游玩,特别是那些带孩子爬山的人,还能给孩子上一堂生动的植物课。

“山体公园特别注重对我们老年人的关怀,前不久我看到工人正在改造已经建好的山路台阶,当时我不太理解。上前细问才知道,原来是施工方看到个别台阶有点高,考虑到老年人腿脚不灵便,就及时进行了整改,我真的特别感动。”魏璁说。

据了解,此次山体绿化提升工程在便民上做了大量细致有效的工作。如设置多处卫生间,解决市民爬山如厕难的问题;设置分类垃圾箱,让爬山休闲更文明、更环保等。

山东东方男科医院专家提醒:拖延不治诱发前列腺炎

夏季泌尿生殖感染爱闹腾 男人且行且珍惜

【导读】进入三伏天之后,连续30℃以上的高温,加之暴雨等湿热天气,导致男性泌尿生殖感染疾病的发病率大大提高。据山东东方男科医院相关科室数据显示,泌尿生殖感染疾病的日均就诊量已经提高了近30%,对此,专家提醒广大男性朋友:闷热潮湿的三伏天更要特别提防泌尿生殖感染,一旦发现身体不适应及时就医。

【解读】泌尿生殖感染,让男人麻烦的大事

目前我国泌尿生殖感染的人数逐日递上升趋势,这已经成为全球医学界专家关注的大事。据山东东方男科医院专家唐顺平主任介绍,泌尿生殖感染是一个很麻烦的疾病,特别是它的反复感染,让很多男性头疼。这个疾病常表现为尿频、尿急、尿痛、尿不尽、尿道红肿、增生物和分泌物增多等症状,其危害性很强,如果得不到及时专业医院的治疗,感染会反复发作,最终导致男性不育症,前列腺炎、附睾炎、睾丸炎等并发症及相关组织的恶变,还会造成夫妻双方交叉感染。

【呼吁】三伏天是发病高峰期,应及时治疗

夏季高温潮湿,容易使人体黏液处于液态不断而长时间潮湿。气温回升时,各种病菌随着空气开始侵袭人们的身体,男性泌尿生殖感染位居入侵发症率。据山东东方男科医院相关科室数据统计,接诊的泌尿生殖感染疾病患者群中,高温引起的生殖感染疾病占据很大的比例,明显的症状有尿频、尿急、尿痛、刺痒、小腹睾丸疼痛等。唐顺平主任提醒广大男性朋友,引发生殖感染疾病的病原微生物比较高小,药物比较难对付,并且潜伏期长,症状比较不明显,等发现时已比较晚,容易出现病情反复。所以,一定要警惕。如果感染,须及时寻求治疗。

【曙光】 东方AHA中西医免疫综合疗法,可快速攻克

目前,泌尿生殖感染的常规治疗手段很多,如西药抗生素治疗、中成药全身和局部用药、理疗等,效果位不尽相同。山东东方男科医院始终坚持人本位医疗,一切以患者为中心,不断钻研与创新治疗泌尿生殖感染的高新疗法。医院汇聚最权威的男科专家团队,结合多年临床经验,总结出的一套针对性治疗各种泌尿感染疾病的个性化疗法“AHA中西医免疫综合疗法”,一举击破了泌尿生殖感染难题。此疗法采用先进的DNA基因测序技术,将患者所感染的病毒进行基因定性定量检测,再通过中西药成分将脂质包膜液化溶解,清除了包膜的药物屏障作用,使药物直接进入将致病菌、支原体、衣原体等微生物杀灭和清除,脱膜的溶解液化组织作为异物被原激活机体的免疫功能,大量的免疫细胞进入并聚集在病灶处,使致病微生物被消灭和清除从而达到根治难复发的目的。

【警惕】

泌尿感染拖延不治引发前列腺炎

山东东方男科医院唐顺平主任表示:临床上因泌尿生殖感染拖延不治引发的前列腺炎很常见,因此一旦怀疑自己被感染,要及早到正规专业男科医院确诊,不可乱就医、乱用药,避免出现久治不愈的后果。对于因泌尿生殖感染引发的各类前列腺炎,唐顺平主任指出应根据患者的个体化差异制定个性化诊疗方案,以达最治疗病的目的。医院独家采用的分型诊疗方案,可使病变部位处于电场与磁场的双重作用中,促使病灶组织中的纤维分子液化、变形和易于转动摩擦面产生温热效应,刺激神经纤维纤维,进而达到影响纤维特性治愈的目的。此疗法可针对发病根源,全面有效消灭病菌,安全高效且无损伤,疗程更短恢复更快,疗效更明显。

温馨提示:

齐鲁暑假生殖健康行

暑期学生包皮环切绿色通道正式开通

暑假期间,为普及生殖健康知识,帮助广大青少年朋友早日摆脱包皮、包茎的困扰,在做包皮手术防止炎症出现的最佳时节,由中华健康基金会、山东东方男科医院共同发起的“暑期学生包皮环切“绿色通道”正式启动。7月1日-8月20日,凡是到山东东方男科医院就诊的青少年(持学生证或相关学生证明)均可享受手术费减免90%的优惠政策。活动期间,全省范围内符合条件的青少年均可拨打咨询热线0531—82988882或登录山东东方男科医院官方网站http://www.82987977.com/提前预约报名。

山东东方男科医院 Tel:0531-82988882 官方网址:www.82987977.com QQ:800033313
省内首家专业品牌男科医院 地址:济南市英雄山路162号 长途汽车站乘4\35市内乘27\64\67\76\88\137\K52\K93路车到“七里山路”站下车路东即是