

## 名士豪庭社区举行春季传染病防治讲座

# 传染病一般通过空气飞沫传播

本报讯(记者 肖龙凤 实习生 丁海奇 通讯员 李怡冰) 3月26日上午,名士豪庭社区居委会会议室聚集了前来听讲的居民,历下区人民医院感染科主任李咏芳向大家讲解了春季常见传染病的预防知识。

此次讲座,李咏芳主要针对流行性感冒、水痘、流行性腮腺炎、手足口病等春季常见传染病,并从主要症状、怎么传播、传播给谁,以及如何预防等4个方面进行了通俗易懂的讲解。

为什么春季是呼吸道传染病高发的季节呢?李咏芳介绍,春季是呼吸道传染病的高发季节,因为天气多变,时暖时寒,气候仍然寒冷、干燥,特别是在北方,人们经历了一个漫长的冬天,当春季来临时,人体内环境很难一下子与外界环境相适应,人体的免疫力相对低下,病菌、病毒等致病微生物趁机而入,侵袭人体,特别容

易引起流感、流腮等呼吸道感染病。同时随着气温转暖,手足口病等传染病也逐渐抬头。“若平时不注意锻炼,再加上室内空气不流通,很容易发生呼吸道传染病的流行。”李咏芳提醒道。

对于传染病的传播途径,李咏芳讲解说,“传染病一般是通过空气飞沫传播的。空气飞沫一般是指从传染源口中因说话、打喷嚏等带出的唾液在空气中流动,它可以传播到6米远,就比如我在这讲话,如果我带有传染病病毒的话在这个教室的后排也可能被传染上,而且其传播速度很快。”李咏芳的讲座通俗易懂,并展示了相关照片,让社区居民直观地认识到春季常见传染病的发病症状和预防知识。

讲座进行过程中,社区居民们就一些疑惑向李咏芳请教,还把关键内容记在了笔记本上,以备日后查看。

## 预防传染病十大注意事项

李咏芳表示:“传染病虽然种类繁多,但只要重视预防工作,做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗,就可以有效地阻断传染病的流行与传播。”以下是李咏芳分享的预防传染病的十大注意事项:

- 1.每天开窗通风,保持室内空气新鲜。
- 2.按时注射预防疫苗。少到人口密集、人员混杂、空气污染重、空气不流通的场所去。如:农贸市场、个体饮食店、游艺活动室等。
- 3.勤洗手,并用流动水彻底清洗干净,包括不用污浊的毛巾擦手。
- 4.合理膳食,增加营养,多喝水,摄入足够的维生素;积极参加体育锻炼,增强体质。
- 5.合理安排好作息,做到生活有规律;注意不要过度疲劳,防止感冒,以免抵抗力下降。
- 6.不食不清洁的食物,拒绝生吃各种海产品和肉食,不喝生水。不随便堆放垃圾,垃圾要分类并统一销毁。
- 7.注意个人卫生,不随便吐痰,打喷嚏。
- 8.发热或有其他不适及时就医,到医院就诊最好戴口罩,及时洗手,避免交叉感染。
- 9.避免接触传染病人,尽量不到传染病流行疫区。
- 10.传染病人用过的物品及房间适当消毒,如日光下晾晒衣被,房内门把手、桌面、地面用含氯消毒剂喷洒、擦拭。

## 蓝天苑社区

### 开展“反邪教宣传周”



为进一步加深广大居民群众对邪教本质的认识,营造崇尚科学、文明的良好氛围,切实增强广大居民群众自觉抵御邪教侵蚀的能力,努力营造积极向上、健康和谐的社会环境。蓝天苑社区开展以“崇尚科学、关爱家庭、珍惜生命、反对邪教”为主题的警示教育宣传周活动。

活动周期间,社区积极做好各项宣传活动,向居民发放反邪教宣传品,在校区张贴反邪教宣传品,营造良好的反邪教氛围。同时对辖区进行拉网式排查,对发现邪教宣传标语及时清理,还社区一片净土。

(蓝天苑社区 于召 供稿)

## 十里河社区开展“庆三八”演出

# 300多名妇女姐妹一展风采

本报讯(记者 肖龙凤 通讯员 张彬) 为了传承“三八”精神,弘扬社会主义核心价值观,凝聚发展合力,鼓舞妇女士气,展示妇女新风采,近日,十里河社区妇联、计生办联合举办的“巾帼建新功 共筑中国梦”庆三八文艺汇演在十里河小学隆重举行,社区300多名妇女姐妹们欢声笑语,载歌载舞,一片热闹场面。

每年的三八节,可

以说是十里河社区最隆重、最受关注的节日。300多名妇女姐妹积极参与,18位楼片长精心组织,认真编排,大家放弃休息时间,用心排出最精彩的节目,展示女性最靓丽的风采。而且节目形式推陈出新,节目质量也逐年提高,体现了居民的整体素质不断提升。例如,今年的小品《团团圆圆》、《婆媳情》等,表演得都非常精彩,深受群众欢迎。



## 十里河社区开展

### 全民健身活动调查



3月25日,济南市全民健身活动状况调查工作小组来到十里河社区进行体育健身活动开展状况调查,按照不同年龄组共抽查访问60人。本次调查是根据国家体育总局统一部署和要求开展,将为《全民健身计划》的总结评估和研究制定等提供数据支持,同时也为建立和完善我市群众体育健身活动调查系统提供支持。

(十里河社区 张彬 供稿)

# 预产期临近先办证后补章

## 名士二居为民办实事 居民送来锦旗

本报讯(记者 肖龙凤 通讯员 高燕 付春江) 3月26日,名士豪庭第二社区居民蒋芳为社区居委会送来一面写着“为民办实事,真情暖人心”的锦旗,表达对名士豪庭第二社区的感谢。

蒋女士是名士豪庭第二社区的居民,她和丈夫都是独生子女,符合国家生育二胎的政策,但蒋女士的计生关系和父母的户口却没迁入本社区,在老家甘肃仍属省外关系,因此要办二胎证不仅要办二胎证,还要在二胎申请表上加盖省外三级章。为此,蒋女士的老母亲特地花费千元回老家办理计生



关系迁入资料,回来后才发现申请表上少盖了一个章,无法迁入关系。此时蒋女士临近预产期,一

家人心急如焚。名士豪庭第二社区居委会负责计生的工作人员通过电话询问和计生系统

查询,认真核实其情况完全属实后,秉承“服务于民,为民办实事”的服务理念,特事特办,先给予办理二胎证,让孩子合理合法地出生后,再补章,免除一家人的后顾之忧。

现在可爱的宝宝已经三个月了,昨天蒋芳一家抱着孩子来居委会,为表谢意,她特地为社区居委会送来锦旗,说居委会让他们感受到了社会大家庭的温暖。

名士豪庭第二社区主任杨奎香说:“居民来送锦旗是对社区工作的肯定,更是对我们今后做好服务工作的鞭策,我们一定要努力把工作做得更好!”

## 三箭平安苑社区

### 召开预备党员转正会



近日,三箭平安苑社区召开了预备党员庄洋同志的预备期满转正会议。全体与会党员在听取了庄洋同志的转正申请后,并对庄洋同志一年来的学习、工作情况作了中肯的评价。经过充分讨论,会议一致通过庄洋同志转正,并宣读了入党誓词,老党员也重温了入党誓词,之后大家以热烈掌声表示祝贺,庄洋同志本人也十分激动,表示以后要向各位老党员学习,提高思想觉悟,做个合格的党员。

(三箭平安苑社区 袁铭 供稿)