

德州团到博兴考察体育发展

就体育中心的运营、基层群众体育活动的开展等进行了交流和探讨

本报4月6日讯(通讯员 孙成祥 记者 孙菲) 3月31日,德州市宁津县考察团在县委副书记林春的带领下,一行5人到博兴县参观交流。博兴县委副书记刘春国、县委办公室副主任袁昊、县体育局局长李光辉等人陪同考察。

通过观看体育发展专题片,了解博兴体育发展史、参观篮球馆、游泳馆、综合训练馆等体育设施,开展座谈交流等形式,考察团充分了解了博兴县体育发展的整体情况。座谈会上,双方就体育中心的运营、基层群众体育活动的开展、竞技项目训练、运动人才输送、届次运动会举办、体教结合、校园足球的发展、体校办学理念与建设管理及招生选材瓶颈的突破等方面进行了全方位的交流和探讨。

最后,双方表示今后要进一步加强沟通、促进交流、相互学习,为共同促进两地的体育事业健康快速发展不断努力。



德州市宁津县考察团。

男子误开他人车 险被当作贼来抓

本报4月6日讯(通讯员 谭曙光 卞静静 记者 王泽云) 3月30日凌晨2时许,家住博兴县城东办事处某小区的侯某到博兴县公安局城东所报案称其停放在某烧烤店门口的一辆白色汽车被盗。就在民警对警情进行深入调查时,早上7点多钟,博兴县城东办事处的吉某开着“被盗”车辆急匆匆来到派出所,说来“投案自首”。

经了解,原来3月29日晚,吉某与朋友到烧烤店吃饭,饭后已至深夜,由于饭店所在处路上无路灯,店外灯光又昏暗,吉某在与朋友的寒暄中误将同在此处吃饭的侯某停在路边与自己一样的车开回家,第二天醒来后才发现不是自己车,因为当时边与朋友说话边去开车,而那辆车门又没锁,车钥匙还在车上插着,就糊里糊涂地将车开回了家。吉某发现开错车后,怕失主报案把自己当成贼,于是赶紧把车送到派出所。

民警在了解情况后及时联系失主,在征求失主意见后,鉴于吉某为无心之失,在民警的协调下,双方达成一致协议,吉某给予侯某一定的经济赔偿,侯某不再追究吉某的任何责任。

车停门口挡了路 邻居心急欲扎胎

本报4月6日讯(通讯员 谭曙光 李晓彤 记者 王泽云) 1日,博兴县公安局陈户派出所成功调解一起因停车引发的纠纷,受到当事双方和周围群众的好评。

1日13时许,博兴县陈户镇的霍某驾车到陈户镇某村看朋友,将车停放在该村李某某家大门前,阻碍了李某某从家里开车出门,李某某一气之下找来铁锥欲扎霍某的车轮胎。此时,恰巧被霍某撞见,于是两人发生争吵,随即相互厮打。

陈户所值班民警接到报警立即赶到现场,了解情况后,鉴于车辆并未造成损失,对双方进行劝解。民警以事实为依据,分析双方在纠纷中的不当之处,引导双方换位思考,学习古人“忍一时风平浪静,退一步海阔天空”的处事境界。经过民警耐心劝解,双方最终达成协议,相互致歉,握手言和,一起纠纷得以圆满解决。

惠民30多年的木工不幸断三指

经多方打听来到博兴兴福手足外科医院就医成功保住手指

本报4月6日讯(记者 王泽云 通讯员 牛广聪 杨志勇) 3月31日下午,惠民县曹佃勇工作时不慎被电锯割断了三根手指头,在诊所医生的建议下来到博兴兴福手足外科医院就诊。现在,曹佃勇的手保住了,正在恢复期。

4日,记者在博兴兴福手足外科的病房里见到了曹佃勇,他的儿子和女儿正在陪护,说起当天的事故,曹佃勇觉得自己是很倒霉。“我从小就干木工,一直很小心,谁知道就那么巧,哎,就是倒霉啊。”曹佃勇告诉记者,3月31日下午,他在一家热电厂干活,在梯梁上工作时不慎被电锯割断了左手的手指,中指和无名指,随即老板便带他去了离热电厂较近的一处诊所,“去了以后那大夫都不敢给我处理,是他说这个医院很好,老板就带我到这来了。”

曹佃勇的女儿跟记者说等父亲手康复了就不让他干木工了,“当时他们说要来博兴兴福这边医院,我们全家人都不同意,后来经过上网了解,又问了几个在这边的同学,才放心让他到这里来治疗。”曹佃勇自己也说:“本来没想上这来,但是



医生正在给曹佃勇处理伤口。 本报记者 王泽云 摄

一进门,看到有这么多手外伤的病人在这里住院,我就放心了。”

断指再植患者尽早进行手术,成活率越高。曹佃勇到医院后,各个科室互相配合,用最短的时间让曹佃勇进入了手术

室。经过近5个小时的手术,曹佃勇的手保住了。“在来得路上,心里非常害怕,这以后可咋办啊。”做了30多年木工的曹佃勇回想起当时的心情,依旧很伤心。

说起医院,曹佃勇和家人

都很满意,“医生和护士都很好,当时医生还跟我聊天,很客气,护士也很细心。”记者通过给曹佃勇做手术的主刀医生郑主任了解到,曹佃勇的手术挺成功,预计三个月后就能干家务活。

博兴县中医医院 · 中医养生文化论坛

春季体内湿气重怎么办 推荐艾灸疗法见效快

人说春雨贵如油,现在这个节气,开始下雨了。很多的人开始身体不舒服了,尤其是体内湿气较重的人,在这个潮湿的季节,用传统的艾灸疗法祛除体内湿气效果最理想,可以起到预防各种疾病的作用,下面就一起来看看。

中医学认为,“湿邪”是“六淫”(风、寒、暑、湿、燥、火六种外感病邪的统称)之一,在人体正气不足、抵抗力下降时,就会成为致病因素,并侵犯人体导致疾病。而湿邪通常有两种,一是外

湿,一是内湿。外湿多因气候潮湿、涉水淋雨、居处潮湿所致;内湿则多由过度嗜酒或过食生冷,以致寒湿内侵脾阳失运,湿自内生。总之无论哪种湿邪,都会使人出现食欲不振、腹满腹胀等消化功能减退的症状,同时伴有精神萎靡、嗜睡、身体发困、不想饮水等一系列“湿浊内盛”症状。

如何判断自己体内有湿?

如果最近两周内常有以下表现,就说明体内有湿需要治疗了一、头部沉重,失眠,记忆力下降,易怒,烦躁。

二、口中发黏。

三、湿为阴邪,易滞留脏腑,阻碍气血运行致脘腹胀满,脾胃功能失常。湿邪停于下焦,则小便短少而不舒畅。

四、下肢浮肿,大便不成形,而且粘滞,便完后感觉不爽。

五、脚缝痒,起水泡甚至溃烂。

艾灸祛湿:推荐养生穴位

艾灸有开郁、祛湿、补阳气的作用,特别适合春季养生,经常艾灸可以让您轻松避免春季常见疾病,度过困乏的春天。

好的艾绒是至少三年的陈

艾。这样的艾绒沉淀后去掉了燥性药力更稳,烟更小。艾条的好坏可从以下几个方面辨别艾条的质量:

1.首先,无烟艾条碳化的过程中要加入化学粘合剂,已经失去了艾的药性,甚至市场上有些无烟产品的原材料不是艾,已经没有艾的药效;另外,无烟艾的火是猛烈的,没有有烟艾的柔和与渗透性,所以我们完全可以排除无烟艾。

2.闻味道。好的艾条味道温和、清香,普通的艾条闻起来有

点刺鼻。

3.看外观。艾条中的艾绒是土黄色的,细腻,柔软,用手捏一下,似乎有油粘在手指上。而普通的艾条呢,看上去粗糙,发青色,用手捏一下,似乎把手上的一点滋润都吸走啦!

4.燃烧时间。相同长度下,好的艾条燃烧时间比较长。

5.感受。好的艾条,皮肤感觉温暖而柔和,温热的感觉绵绵不断地渗入皮肤,顺着身体延展,舒服。普通的艾条呢,很容易有烧灼感,刺痛,热力猛烈多了。