

对它,永远说不!



英
该如此

主持人:王英

毒品对人的危害无需赘述,但如何禁毒,避免更多的人特别是青少年接触毒品不仅是

6月26日,国际禁毒日。笔者不由得想起此前看过的缉毒警察与毒贩斗智斗勇的电影、电视剧,想起公安部门公开牺牲缉毒警察的照片,想起一位警察朋友讲述的缉毒警察的故事,想起……面对毒品,我们要永远说“不”。

公安部门要关注的问题,也是每一位公民应尽的义务。

26日,赛罕区禁毒办联合辖区各禁毒成员单位在金桥广场开展以“防范青少年药物滥用”为主题的宣传活动。现场民警介绍,随着时代的发展,现在的毒品不仅包括鸦片、海洛因、甲基苯丙胺(冰毒)、吗啡、大麻、可卡因等传统毒品,还包括人工化学合成的致幻剂、兴奋剂类毒品。它们伪装成电子烟油、笑气、聪明药、减肥药、神仙水、娜塔莎、0号胶囊等,出现在娱乐场所,有的甚至出现在学校附近,让人细思极恐且愤怒。

父母是预防青少年沾染毒品的第一道防

线,家庭是预防毒品的第一道关口,对于毒品的宣传不能只依赖于公安部门、学校,作为青少年的第一监护人,父母应该承担起宣传引导的责任,让孩子们识毒、防毒、拒毒。对于吸毒人员而言,他们既是违法者,也是受害者。帮助吸毒人员戒毒、防止复吸、融入社会,需要动员更多力量,也需要更多人献出爱心、付诸努力。

禁毒是一场看不见硝烟的战争,也是一场必须打赢的战争,需要全社会共同参与。我们每个人都有义务举报非法种植、买卖毒品的行为,也有责任净化社会环境,为青少年的成长扫除障碍,为社会发展进步贡献个人力量。

共享单车停放不应该“任性而为”



妍
之有 李

主持人:马妍

共享单车为市民出行的“最后一公里”提供了很大便利,近日,记者在街头走访时发现,有些市民在停放共享单车时很随意,盲道上、马路边、公园内,还有的占用了人行便道,而施划的共享单车停车位有的空空如也,有的被塞得满满当当。

“我一般会将共享单车停放到停车位内,但我经常会看到有人将共享单车随意停到马路边就走了。”市民张女士说。

在展东路与北二环路交叉口,几辆共享单车被随意停放在公园的西南角入口处,沿着展东路向南,一辆共享单车被停放在马路边。走访一圈后,记者发现,在盲道、绿化带、非机动车道、公交站牌后面,甚至在机动车道上,都可以看到共享单车的身影。

经常骑共享单车出行的刘先生说:“共享单车停得乱哄哄的,非常影响市容,共享单车就应该停到该停的位置,如果随意乱停放,既不文明,也严重影响了市民生活和城市形象,这样的话共享单车就失去了原本便民的意义。”

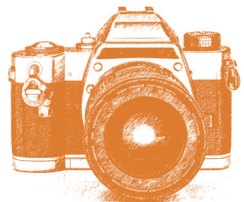
针对共享单车乱停乱放现象,新城区城市管理综合执法局一工作人员表示:“为方便共享单车停放,城管部门在城市大小主干道、公园、商场、医院等附近设立共享单车停车位652处,呼和浩特市共有共享单车停放点3000多个。为整治共享单车乱停乱放现象,城管部门与单车企业还成立了共享单车共治组。但即便如此,还会有市民随意停放共享单车。”

美团单车企业新城区负责人高晓伟介绍:“为规范车辆停放,我们已在内部管理上进行了相应的调整、增加了人力,维护人员在自己的管辖范围内会不定时地巡查,发现乱停乱放的车辆就会第一时间做相关处置。在比较繁华的地段,如果出现车辆比较集中的情况,我们会及时派车和维护人员向周边疏散车辆,以免出现共享单车停车位和非机动车停车位拥挤的情况。但光靠企业,资源有限,希望能借助政府、媒体以及相关执法部门的力量,呼吁市民一起参与到文明骑行的行列中来。”

美景如画



在夕阳的余晖中,数条快艇疾驰于黄河之上。金色的阳光洒在水面,泛起粼粼波光。快艇划破平静的河面,留下一道道白色的水痕,成为独特而又充满活力的风景。



咔咔 联拍

主持人:王劭凯

夏天来了,警惕冰箱里的李斯特菌



有医说医

主持人:于亚军

住着“冰箱杀手”——李斯特菌。今天,本报特邀内蒙古自治区人民医院药学处副主任药师李文妍为大家科普李斯特菌的危害。

李文妍介绍,李斯特菌又名单核球增多性李斯特菌,是一种在有氧和无氧环境下都能生存的细菌,它在70摄氏度以上高温加热2分钟能被杀灭,在零下20摄氏度的低温环境可存活1年。家用冰箱的冷藏温度通常在4摄氏度至10摄氏度,冷冻温度通常在零下4摄氏度至零下24摄氏度,成了李斯特菌宜居繁殖的“好地方”。

李斯特菌在日常生活中无处不在,大多数食品中都能找到,如肉类、蛋类、禽类、海产品、乳制品、蔬菜等。但不是所有通过食物接触李斯特菌的人都会发病,感染者通常在进食受污染食物后3天至70天内会出现症状,包括类似感冒症状、恶心、呕吐、腹部痉挛、腹泻、头痛、

便秘及持续发热,严重感染个案可能出现败血症及脑膜炎。此外,李斯特菌病的潜伏期较长,从食用受污染食品直至患者发病,一般间隔1周至8周。需要关注的是,李斯特菌对某些特殊人群的危害很大,如孕妇、新生儿、年长者和免疫力较低的人群。孕妇感染后可能不会表现出严重的症状,但细菌能通过胎盘传染给胎儿,造成流产、败血症和新生儿脑膜炎等严重后果。

李文妍表示,为尽量避免感染,大家应尽量做到生熟分开,避免交叉污染;合理利用冰箱空间,熟食、剩饭剩菜等应放在冷藏室上层,果蔬类食品最好放冷藏室下层,冷冻保存的肉类也不要反复化冻;尽量每周清洁冰箱,避免冰箱物品过满。

另外,尽量避免食用高风险食物,如生食海鲜、未经高温消毒的生乳制作的奶酪、生鸡蛋或温泉蛋、预制水果或蔬菜沙拉、冰箱冷藏未经彻底加热的剩饭剩菜等;注意食品包装,选择包装完好、没有破损的食品;养成良好的卫生习惯,处理食物前后或进食前认真清洗双手;特殊人群应控制生冷食品的摄入,少吃或不吃冷冻饮品,不吃未经彻底加热的熟食。

“如果市民不慎感染李斯特菌,应尽快到医院接受治疗。日常生活中,市民应了解李斯特菌的特性和危害,并采取适当的预防措施,可以有效降低感染风险。”李文妍说。