

亮点◎直击

群众过年 我们“过关”

——聊城水务集团保障居民春节期间用水安全

■ 本报记者 王文轩

“我记得这个小区的自建供水管道不止一次出现漏水问题了,距离上次还不到一周又出现了问题。这个小区要盯紧,确保春节期间居民用水安全。”1月13日上午,在东昌府区新区街道某住宅小区供水维修现场,聊城水务集团润达水业用户服务处处长张同尧开始调度解决该小区自建供水管道频繁泄漏的问题。

维修施工现场位于三栋住宅楼中间的一处草坪。维修过程中,许多居民纷纷打开窗户查看施工进度。4名维修人员在周围居民的“监督”下迅速行动,10时3分挖掘出漏水点;11时6

分维修完毕并开始供水;11时7分做路面恢复工作;11时49分路面恢复完成。不到两个小时,维修工作全面完成。

“您好,近期如果有用户在业主群反映家里的水压小或者水压不稳定,请第一时间跟我们联系报修,春节期间居民用水量,我们需要提前排除隐患。”刚刚结束维修工作,张同尧立刻前往物业进行沟通,“明天如果没有维修任务,我们将带两个人对所有维修过的节点再清查一遍。”

“张处长,我这里刚入住,用水量就接近20立方米了,帮我们检查一下吧。”维修人员还没来得及休息,就再次接到检修任务。“居民生活用水,尤其是春节期间的居民生活用水,对每

一位居民来说都是大事,我们不敢有半点马虎。”张同尧随即带领大家赶往现场查找漏水点。

这是聊城水务集团全力保障供水工作的一个缩影。地势、压力、高差,多组数据在调度大屏上反复滚动。“我们的供水调度都是智能化的,利用给排水一体化管理系统,能够合理平衡城区供水压力,优化二次供水设施运行参数,确保用户家中供水压力平稳。如果有数据出现异常,我们也会第一时间将情况通知给张同尧处理。”运营管理部调度主管崔永莉表示。

为确保引水线的供水安全,聊城水务集团还专门组建了专门巡查小组,抽调专业巡检人员,徒步对43公里

的东聊引水管线集中巡查,集中对引水管线及附属设施进行安全隐患摸底排查,最大限度地减少因管道损坏给居民用水带来的不便。“东聊引水管线是城区供水命脉,一旦发生事故,整个城区供水将陷入瘫痪,直接影响人们的生活、生产。‘守护城市外的‘大动脉’和城市里的‘小动脉’必须一起发力,才能确保居民的用水安全。”聊城水务集团副总经理孙庆贤说,“综合大厅、用户服务、管线维修、水厂、96568水务热线等,集团无数个岗位在春节期间都要24小时有人值守,确保用水无虞。群众在过年,而我们就是在‘过关’。”

市关工委 举行“水城关爱·送温暖”活动

本报讯(张洋洋)1月12日上午,聊城市关工委联合裕昌控股集团有限公司,在奥森小学举行“水城关爱·送温暖”活动。

活动在庄严的国歌声中开始,与会领导为10名孤困儿童代表以及各县(市、区)、市属开发区关工委发放羽绒服。随后,受助学生代表发言表达感谢,表示会更加珍惜学习机会,长大后用实际行动把这份爱心继续传递下去。

此次送温暖活动,惠及全市700名孤困儿童。近年来,市关工委坚持“急党政所急、想青少年所需、尽关工委所能”的工作方针,帮助孤困儿童改善成长环境和生活条件,助力他们健康成长。市关工委将继续举办“水城关爱·送温暖”系列活动,让这项活动制度化、体系化、规范化、品牌化,动员更多社会力量加入到关爱行动中来,形成关爱孤困儿童新风尚。

冠县公共资源交易中心 获2022山东省“交易创新奖”

本报讯(记者 朱海波)1月14日,记者从冠县公共资源交易中心获悉,在山东省公共资源交易协会主办的“2022山东省优秀区、市(县)公共资源交易平台运行服务机构年度评选”活动中,该中心荣获“交易创新奖”荣誉称号。

2022年,冠县公共资源交易中心共完成各类公共资源交易项目401个,预算金额119.8亿元,成交金额104.3亿元,与上年相比均实现翻番。2022年是冠县公共资源交易历史上成交金额最多的一年,实现了交易总量和服务质量双突破、双提升。

放轻松,与压力和谐相处



口述:聊城市第四人民医院精神科专家 杜志国
采访整理:鞠圣妍

压力是生活中不可避免的一部分,来自工作、家庭、学业、人际关系等方面,有时人们也会面对多重压力。我曾有位中年患者,孩子进入高中后,学习成绩从名列前茅下降到中等水平,她由此想到孩子可能考不上好大学、找不到好工作,以后要像自己一样辛苦工作。再加上疫情影响导致收入水平下降,多重压力下,她十分焦虑,出现失眠、烦乱、胸闷、食欲下降等症状。

从心理学上讲,压力是对一个威胁或挑战事件进行评估并作出反应的一系列生理、心理和行为动态变化的过程,身、心两方面都会作出应激反应。面对压力,人体有三个阶段:第一阶段为警觉阶段,注意到压力的存在,调动资源应对挑战;第二阶段为抵抗阶段,挑战持续存在,人体为了保持平衡,大量消耗已经准备的资源;第三阶段为衰竭阶段,如果问题未能解决,人体已经没有足够能源去对抗压力,就有可能走向崩溃。如果压力过大,人长期处于应激状态,储备资源逐步耗尽,便会带来不适,有的人可能会感到心跳加快、出汗、震颤、呼吸急促、窒息、恶心、头晕、虚弱、自觉肌肉紧张无法放松、肌肉紧张性疼痛、疲乏无力、眼睑面部肌肉抽动、双手手指微微震颤等。有的人会变得焦躁、容易发脾气,“一点就着”或者出现悲观、厌世

情绪。

过大的压力会让人不舒服,我们可能感到焦虑、抑郁,但不可否认压力也会带来动力,会帮助我们调动更多的人体资源,保持对某件事的兴趣,把事情完成得更完美。

每个人对待压力的阈值是不同的,同样的压力,有的人可能就无法承受,有的人却应对自如。其实,无法承受压力并不是你的问题,如果压力已严重影响你的社会功能,如不愿意上学、无法正常与人交往,或导致了抑郁、焦虑等情绪,可以到医院就诊,寻求专业人士的帮助。然而,很多患者受躯体疾病的影响,并且有精神、心理疾病的病耻感,第一次就诊经常到综合性医院治疗胃痛、头痛等,然后才来到心理门诊。如果压力带来的焦虑、抑郁属于轻中度,可以通过心理咨询解决,也可以参加医院组织的心灵成长小组,

获得心灵的全面成长。如果问题严重,就需要采用药物、心理治疗相结合的方式。

既然压力无法避免,我们要学会自我调节,可以用以下方式来缓解压力:第一,写日记,书写有助于梳理思维,大脑快速思考就有可能发现解决问题的关键;第二,提高运动强度,高强度运动可促使多巴胺的释放,减轻抑郁、焦虑症状,并有利于提高注意力;第三,改变饮食,减少咖啡因、游离糖的摄入,尽量不要夜间加餐;第四,好好休息、不要熬夜,给紧绷的神经以放松的机会;第五,培养健康的爱好,以获得心理的平衡。

只要我们对某一件事有期待,希望它变得更好,就一定会承受压力。所以,我建议市民朋友多看到压力的积极一面,尝试与压力和谐相处,接纳它的存在,并积极面对它。

擅自新改扩建各类工程、炸鱼、毒鱼、电鱼…… 位山灌区内,这些行为明令禁止

本报讯(记者 夏旭光)“《聊城市位山灌区管理办法》第十一条规定了10项在灌区工程管理范围内禁止实施的行为。”1月15日,市位山灌区管理服务中心党委委员、副主任杨玉广介绍灌区管理范围和保护范围内的禁止事项时说。

10项在灌区工程管理范围内禁止实施的行为包括:擅自新建、改建、扩建各类工程,布设机泵、虹吸管等设施;爆破、采石、取土、放牧、垦植、打井、挖洞、开沟、建窑及毁坏林木;擅自开启灌区工程的闸门、机泵,自行引水、堵水、设置阻水渔具;毁坏灌区工程及其附属设施;在渠道堤防道路上行驶履带车辆、超重车辆;排放污水、

废液,倾倒废渣、石渣、煤灰、垃圾等废弃物;在水域内清洗车辆、容器,浸泡麻类植物;在堤防和护堤地葬坟、存放物料、开展集市贸易;在水域内炸鱼、毒鱼、电鱼;其他影响工程运行、危及工程安全或者污染水体的行为。

沉沙池管理范围内,在不影响沉沙池正常运行的情况下,可以实施取土、放牧、垦植、打井、挖洞、开沟。

《聊城市位山灌区管理办法》第十四条规定了两项在灌区工程保护范围内禁止实施的行为:影响灌区工程运行和危害灌区工程安全的打井、爆破、采石、取土等;影响灌区水体安全的养殖、排污、化工生产、倾倒废弃物等。

“不退缩,拼命上” ——聊城市肿瘤医院全力救治新冠病毒感染患者



吴长刚在呼吸科门诊为患者量血压

■ 文/图 梁丽姣

随着疫情防控进入新阶段,感染人数不断增多,医院接诊量攀升,我市迎来新冠病毒感染患者住院高峰,呼吸与危重症医学科、急危重症监护室成为主战场。

1月13日,笔者来到聊城市肿瘤医院新冠病毒感染患者救治一线,了解医护人员的工作日常,记录他们白衣为甲、直面病毒的点滴故事,感受他们守护生命的医者大爱。

“人少,科室也得转”

走进市肿瘤医院呼吸与危重症医学科,沿着走廊从东走到西,两侧病房内的床位饱和。病床上躺着的,大多是七八十岁的老年人,有借助氧气管氧维持正常呼吸的,有趴在病床上俯位通气的,病房内咳嗽声此起彼伏,护士们步履匆匆地穿梭在各个病床间。

2022年12月22日,市肿瘤医院呼吸与危重症医学科病房内40余张病床无一空位,科室医护人员却因陆续感染只剩7人在岗。3名医生,4名护士,医患之间数量悬殊。“人少,患者得

收,科室也得转。”科主任吴长刚坚毅地说。但此时的他,也没能躲过感染。体温在38—39.6℃之间反复,吃上退烧药就到门诊坐诊,坐完诊再到病房继续值夜班,只能见缝插针吃口饭。

高负荷的工作加重了他的症状,撕心裂肺的咳嗽声不断,像是要把肺咳出来一般,在同事的劝说下,他去了做了CT——肺上有多发片状影。“实在不行就回家休息休息,输点液。”“没事,不用。”相对于为患者诊治的一丝不苟,自己的病情,他却总是轻描淡写。

1月13日早上8时,吴长刚在病房交接完后,来到呼吸科门诊坐诊。这时,门口已经排起了长队,等候看诊的患者中不时传出阵阵咳嗽声。打开诊室门后,看诊的患者接二连三。“一天下来,就诊量能达到百余人,比之前增加了2到3倍。”吴长刚说。

下午5时,走出门诊室,他顾不上休息,马不停蹄地到其他病区为一位重症患者会诊,紧接着又回到病房,这时的他已满脸疲倦,说话有气无力,但遇见患者时,还是会故意提高音量,面带微笑询问病情。

“不敢歇着也不能歇着,医护人员都倒下了,科室怎么运转?住院的患者怎么办?就像是在战场上打仗,只能毫不犹豫往前冲,谁处在这个位置上都会这么干。”从感染初期至今,吴长刚从未缺席过一天。在他看来,他的所作所为并没有多么伟大,只是一名呼吸科医生的本职与担当。

“每个人都支撑到了极限”

相较于呼吸与重症医学科病房的喧嚣,ICU重症监护室外显得格外寂静,机器的嘟嘟声和医护人员步履匆匆的脚步声清晰可见。在这里,一台台医疗仪器维持着患者的正常生命体征,患者的眼神中充斥着对疾病的无助和恐惧。

“11个病重,6个护理人员,白班加夜班坚持上,发烧39.5℃仍然在岗,苦苦支撑着科室的运转,仅仅是为了身上的责任,科里每个人都到了极限。”2022年12月23日晚上8时36分,市肿瘤医院急危重症医学科护士长杨翠红发了一条朋友圈,这样艰难的日子,他们坚持了一个星期。之后市肿瘤医院举全院之力增援ICU,但病人也在相应的增加,“ICU患者最多时达到25人,这是从未有过的。”杨翠红说。

急危重症患者增多,护理人员减少,让ICU的运转陷入困境。在岗的护理人员每人都身兼数职,承担着4到5人的工作量。“人员太紧张,而且都是带班上岗,随时有身体不适,没办法提前排班,只能当天早晨现统计,早晨经常接到同事病倒的电话。”杨翠红坦言。即便发着高烧,身体不适,她也从未离开,“有人实在坚持不住时倒下了,我就得立刻顶上去。”

“护士长,我症状好些了,明天把我排上吧。”“没事,我还能坚持。”虽然困难重重,但是护理人员都在尽全力坚持着。“还有的发着高烧坚持值班,晕倒在了病床旁。”……说到护理人员带病奋战在一线的艰辛,杨翠红几度哽咽,心疼得直抹眼泪。

在ICU接受治疗的患者需要特级护理,医护人员都会格外仔细。ICU的患者病情发展快,随时都有抢救的可能,护理人员需要随时观察和评估患者的病情变化,几乎全程都是小跑,一刻都不停歇。为了改善患者的氧合指数,医务人员需要为患者开展俯卧位辅助通气治疗,一次至少需要5名医务人员才能完成。“每个患者至少每两个小时变换一次体位,这对带病上岗的护理人员来说是个很大的挑战。”ICU副护士长朱高伟说。在如此高强度的工作下,没有

人喊苦喊累,他们拖着病躯守护着患者,默默无言地支撑过一个个体日夜。

“病床容量扩展了5倍”

人员力量欠缺,医疗设备、床位不足……这些都是市肿瘤医院亟须解决的难题。在保障普通科室正常运转的前提下,市肿瘤医院坚持“全院一盘棋”的理念,打破学科、科室和病区之间的界限,全院统筹扩容救治空间,全力确保应收尽收、应治尽治。

“呼吸科新增2个病区,增加60张床位,儿科、妇科、结核科、肿瘤科等科室将百余张空余床位全部转移给呼吸科,用于目前呼吸系统疾病患者的救治,床位从最初的几十张增加到将近200张,容量扩展了5倍。”市肿瘤医院医务部部长许婷婷介绍,“新冠病毒感染重症患者通常需要呼吸机支持治疗,医院一边动态调配,一边加紧采购,高流量呼吸治疗仪增加了10余台。”

住院患者人数上升,为保障住院患者能够得到及时有效的救治,市肿瘤医院成立3个专

家小组,带队专家实行包楼包片巡诊,对住院患者进行全面评估,每日会诊,同质化治疗方案,提高重症患者救治质量。

结核科二病区主任段月庭所负责的病房,也有20余名新冠病毒感染患者,他们大多是新冠合并肺结核。由于医院人手紧张,1月10日,段月庭执行完特殊防疫任务后,没歇一天,直接到科室上岗。

“目前ICU患者都在慢慢好转,我们医护人员也已经积累了丰富的诊疗经验,熬过了最艰难的时期,一切都在向好发展。”看着病房忙碌却有序的景象,市肿瘤医院急危重症医学科副主任张元明说。

“不退缩,拼命上。”这是坚守在一线的医护人员最真实的写照。面对这场前所未有的挑战,他们每个人都挑战着身体的极限,承担着身体和心理上的双重压力。无论性别年龄,无论何时何地,他们都在与时间赛跑、与病魔较量,用医者仁心守护着群众健康,用身体力行诠释着敬佑生命。



段月庭在结核科病房内查房