地区各级医疗机构
积极应对春季疾病高发期 为各族群众身体健康保驾护航

服务新闻

本报讯(记者 古扎丽·阿布都热西提)随着春季到来,阿勒泰地区气温逐渐回升,但昼夜温差较大,这样的气候特点导致流感、心脑血管疾病等进入高发期。为进一步增强各族群众的健康意识,做好疾病预防工作,地区各级医疗机构积极行动,开展了一系列疾病防治宣传活动。

近日,地区人民医院组织开展多场健康讲座,邀请全科医学科、老年医学科、神经内科医疗专家为居民普及疾病防治知识。活动中,全科医学科主任朱涛详细介绍了流感的传播途径、症状表现以及预防方法。

“流感主要通过飞沫传播,在人群密集场所容易扩散,大家要勤洗手、保持室内通风,尽量避免前往人员密集的地方。”朱涛说,“老年人、儿童、孕妇以及患有慢性疾病的高危易感人群,建议接种流感疫苗进行预防。”

针对心脑血管疾病的高发态势,神经内科主任梅歆给出了专业性建议。她表示,春季气温变化大,容易导致血压波动,进而诱发心脑血管疾病。梅歆特别提醒患有基础疾病的患者,要严格遵医嘱按时服药,定期监测各项健康指标,保持健康的生活方式,如合理饮食、适量运动、戒烟限酒,保持心理平衡。

为了更全面覆盖居民群体,地区各级医疗机构通过多种形式进行宣传,包括设置社区宣传栏、开展线上健康咨询、发放宣传资料等。同时,为应对可能出现的就诊高峰,地区各级医疗机构提前做好了充分准备:一方面,建立儿科、呼吸、重症等专业应急梯队,充实医疗紧急救治力量,保障患者就医;另一方面,储备充足的医疗物资,如检验试剂、流感疫苗、抗病毒药物、心脑血管疾病治疗药物等。同时,加强与上级医院联系,开通转诊“绿色通道”,对于重症患者,做到及时转诊。

地区卫生健康委员会党组成员、副主任刘任飞说:“春季是疾病高发季节,做好疾病防治宣传工作,提高居民自我防护能力,是我们的重要职责。我们将持续加大宣传力度,加强医疗机构服务能力建设,为全地区各族群众身体健康保驾护航。”

春天气温回升,医生提醒:
别急着脱棉衣,这些部位要“捂”好!

□记者 古扎丽·阿布都热西提

近日,气温逐渐回升,不少市民开始琢磨着把厚衣服收起来,换上轻薄的春装。不过,中医专家提醒大家:别急着“减负”!应遵循“春捂秋冻”,尤其是老年人、孩子和体质虚弱的人,更要注意保暖。

“春捂”是啥意思?

简单来说,就是春天刚回暖时,别急着脱掉厚衣服。因为春季阳气初生,人体的阳气也在慢慢恢复,如果过早换上单衣,一旦遇到突然降温,寒气容易入侵身体,导致感冒、咳嗽甚至关节疼痛等问题。

哪些人特别需要“春捂”?

阿勒泰地区中医医院(哈萨克医医院)专家李润涛表示,老年人、儿童和体质虚弱的人尤其要注意“春捂”。这些人群抵抗力较弱,对气温变化更敏感。而阳气旺盛的年轻人则不需要过度“春捂”,以免导致体内阳气过盛。

重点保暖部位:腹部、背部、双脚和颈部

“春捂”不是随便捂,关键要护好这几个地方:

腹部:腹部有重要脏器,保暖腹部有助于保护脾胃阳气。

背部:背部是阳气汇聚的地方,保持背部温暖可提升整体阳气。

双脚:双脚离心脏远,血液循环差,容易受寒。老话说“寒从脚底生”,所以脚部保暖很重要。

颈部:脖子有大椎穴等重要穴位,受寒后易引发感冒等疾病,风大时可以戴围巾或穿高领衣服。

“春捂”要捂到啥时候?

李润涛建议,“春捂”的程度以不出汗为宜,出汗时毛孔张开,寒气容易入侵。时间上,一般从立春捂到春分,但具体要看气温变化。如果昼夜温差超过8℃,建议继续“捂”;如果气温连续一周都超过15℃,就可以适当减少衣物了。

小贴士:别突然增减衣物

医生还提醒,“春捂”要循序渐进,不要突然增减大量衣物。可以选择方便穿脱的外套,根据气温变化随时调整。同时,也要结合自己的身体状况灵活应对,如果感觉不舒服,及时咨询医生。

遵循“春捂秋冻”的原则,让身体慢慢适应季节变化,增强抵抗力,才能活力满满!

分类信息 刊登热线 0906-2315709(办)

声明

◎阿勒泰地区教育学会(法定代表人:徐胜功)开户许可证(核准号:J9020000233602;账号:107626898425;开户行:中国银行股份有限公司阿勒泰市解放路支行)丢失,声明作废。

◎阿勒泰地区教育学会(法定代表人:徐胜功)原公章(章号:6543010005658)丢失,声明作废。

◎阿勒泰市汇丰机动车驾驶员培训学校开具给阿热艾·木黑提的收据(编号:2527419;金额:1500元;开票日期:2023年7月14日)丢失,声明作废。

◎福海县翼中天通讯店(法定代表人:米拉·恰克曼)开户许可证(核准号:J9024000232201;账号:30081801092000288 84;开户行:中国工商银行股份有限公司福海支行)丢失,声明作废。

公告

以下货运车辆挂靠我公司名下,因车主不服从公司管理且受自然灾害影响的原因,车辆已达报废标准且不能上路运营。现我公司将向相关部门申请注销这些车辆的户籍及运营手续。车辆信息如下:新H09941、新H12807、新H12772、新H11286、新H12735、新H09122、新H1911挂、新H1932挂

新疆晁光运输有限责任公司富蕴分公司
2025年2月27日

将AI纳入课程 学生直呼“太神奇”!

本报讯(记者 古扎丽·阿布都热西提 通讯员 库来扎·巴合提)随着人工智能的浪潮席卷全球,教育领域也迎来了前所未有的变革。在这场科技盛宴中,阿勒泰市实验小学敏锐捕捉到了时代脉搏,率先将人工智能教育纳入校本课程,为学生们打开了一扇通往未来世界的大门。

2月24日,阿勒泰市实验小学的人工智能课堂上,一场知识的盛宴正在上演。信息科技组的老师们化身“魔法使者”,用通俗易懂的语言,将人工智能这个看似高深莫测的概念,拆解成一个个生动有趣的故事,讲给充满好奇的孩子们听。从人工智能的诞生到其在科技舞台上的蓬勃发展,再到DeepSeek、讯飞星火等热点软件背后的机器学习、深度学习、自然语言处理等关键技术,老师们通过实例讲解,让孩子们真切感受到人工智能就在身边,正悄然改变着我们的生活。

教育部办公厅发布的《关于加强中小学人工智能教育的通知》,犹如一场及时雨,为学校的探索指明了方向。作为全国人工智能教育基地、全国中小学科学教育实验校,阿勒泰市实验小学早在2022年就开始布局。学校精心打造了人工智能实验室,成立了国家通用语言编程领导小组和育贤工作室,组建了课程研发组和实验室运行维护组。每年,学校都会制定详细的学习计划,通过校本培训、校本教研和专题讲座,让人工智能教育在校园里生根发芽。

在这股人工智能学习的热潮中,学生们的热情也被彻底点燃。该校六(7)中队的陈有泰同学对人工智能在教育领域的潜力充满了期待:“我觉得人工智能就是未来学习的关键,它能帮我们解决好多难题,让每个人都能按照自己的节奏学习。说不定以后,我们的学习方式会因此发生巨大变化呢!”而该校的赵梦琪同学则更关注人工智能在日常生活中的应用:“AI助手、智能家居,已经让我们的生活变得超级方便。我特别期待未来能有更多这样的创新,让生活变得更加美好!”

为了给学生们提供更好的学习条件,阿勒泰市实验小学的人工智能创新实验室里配备了先进的火星车设备、百变机械套装以及传感器套装等,还有丰富的编程教程书籍。此外,学校还创建了实验小学智慧教育平台,上面汇聚了800多个各学科优质课视频,这些课程资源不仅服务本校学生,还面向全地区教师开放,实现了教育资源的共享与优化。

对于未来,阿勒泰市实验小学党委书记施晓东有着清晰的规划:“我们会紧跟人工智能技术发展的步伐,不断完善师生培养培训方案。让学生们通过完成一系列编程项目,将学到的知识运用到实际生活中,培养他们的创新思维和实践能力。我们相信,人工智能教育将在这里生根发芽,结出丰硕的果实。”

从散打健将到手工艺人
看哈巴河县这位小伙的转型之路

□记者 古扎丽·阿布都热西提
通讯员 沙妍粼

在哈巴河县库勒拜镇萨尔塔克太村,有一位名叫巴合提别克·库曼的小伙,他的人生经历就像一部精彩的电影:从散打赛场上的“武林高手”,到如今成为远近闻名的冬不拉手工艺人,他的故事让人们忍不住竖起大拇指!

巴合提别克从小就有个“武侠梦”。高中时,他专门跑到乌鲁木齐学习散打,凭借刻苦训练,他多次在乌鲁木齐市举办的相关赛事中斩获佳绩。可谁能想到,这位曾经的散打健将,后来竟然和冬不拉结下了不解之缘。

毕业后,一次偶然的机会,巴合提别克认识了在乌鲁木齐开店的冬不拉制作师傅乌拉别克。看到工作室里一件件精美的冬不拉,他一下子就被吸引住了。冬不拉独特的琴声和师傅精湛的手艺,让他萌生了一个大胆的想法:学做冬不拉!

说干就干!巴合提别克开始跟着师傅学习冬不拉制作。可这门手艺并不简单,从选材、切割到烘烤、粘合,再到打磨、雕刻、上色、晾干,一共19道工序,每一步都需要耐心和细心。师傅忙时,他就自己琢磨,每天在工作室里一待就是十几个小时。“那时候,我满脑子都是冬不拉,怎么选材、怎么切割才能让音色更好,我不断地尝试。”巴合提别克回忆道。

经过五年的努力,巴合提别克终于掌握了这门技艺,还创新了传统的骨木镶嵌工艺,制作的冬不拉音色优美、做工精细,深受大家喜爱。

2015年,巴合提别克在乌鲁木齐开了一家小店,专门制作和销售冬不拉。没想到,他的冬不拉一上市就供不应求,订单源源不断。可就在这时,他做出了一个让人意想不到的决定:回到萨尔塔克太村。

回到村里后,巴合提别克一边照顾着年迈的父母,一边盘算着开一间冬不拉制作工作室,利用空闲时间继续制作冬不拉。如今,他的冬不拉不仅畅销哈巴河县,还卖到了喀什、塔城、伊犁等地。一把冬不拉的售价为500元到1500元不等,每年仅靠制作出售冬不拉,就有五六万元的收入。

虽然生意越来越好,但巴合提别克始终坚持品质第一。他说:“冬不拉不仅是乐器,更是一种传统文化,不能为了赚钱而丢了手艺。”

如今,巴合提别克还有一个更大的梦想:扩大工作室规模,带动乡亲们一起制作冬不拉。他还想收几个徒弟,把这门手艺传承下去,让更多人了解冬不拉、爱上冬不拉。

从散打健将到冬不拉手工艺人,巴合提别克用坚持和热爱,书写了一段精彩的人生故事。他的冬不拉,不仅奏响了美妙的音乐,还传递着文化的温度与力量。这样的“跨界”人生,真让人佩服!

改革风帆劲 天山春潮涌

(上接第一版)

2024年,自治区党委全面深化改革委员会召开3次会议,第一时间传达学习中央全面深化改革委员会会议精神特别是习近平总书记重要讲话精神,聚焦新疆深层次体制机制障碍,全面研究、精心部署、系统谋划各项改革任务。

研究审议《关于推进新疆普惠金融高质量发展的实施方案》《落实国务院办公厅〈加大力度支持科技型企业融资行动方案〉的若干措施》,研究自治区深化农村信用社改革工作,研究讨论关于进一步推进自治区以下财政体制改革实施方案……一年来,新疆全面深化改革的脚步坚定、足音铿锵。

特别是去年8月,自治区党委十届十二次全会召开,全面贯彻落实党中央决策部署,深入学习贯彻习近平总书记关于全面深化改革的一系列新思想、新观点、新论断,牢牢扭住社会稳定和长治久安总目标,研究部署通过进一步全面深化改革,形成完整准确全面贯彻新时代党的治疆方略的长效机制,为推进中国式现代化新疆实践提供强大动力和制度保障。

会议审议通过的《中国共产党新疆维吾尔自治区委员会关于深入贯彻党的二十届三中全会精神 进一步全面深化改革 推进中国式现代化新疆实践的决定》《中国共产党新疆维吾尔自治区第十届委员会第十二次全体会议关于深入贯彻党的二十届三中全会精神 进一步全面深化改革 推进中国式现代化新疆实践的决议》,为新疆进一步全面深化改革制定了任务书,画好了路线图。

健全铸牢中华民族共同体意识制度机制、构建高水平社会主义市场经济体制、健全推动经济高质量发展体制机制、统筹推进教育科技人才体制机制改革、健全统筹区域协调发展机制……新疆进一步全面深化改革路径更加清晰。

精准发力 用好改革“关键一招”

2024年,新疆全面铺开中国(新疆)自由贸易试验区改革任务,形成省级制度创新成果和典型案例35个,新增企业8500余家;高质量推进“十大产业集群”建设,全年生产油气当量6664万吨,连续4年稳居全国第一;企业发展态势良好,规上工业企业突破5000家,登记在册各类经营主体259.47万户……

实践证明,做好新疆工作,必须用好全面深化改革这个“关键一招”和“重要法宝”。

去年,新疆聚焦扎实推进反恐维稳法治化常态化、健全铸牢中华民族共同体意识制度机制、高标准建设中国(新疆)自由贸易试验区、加快构建现代化产业体系、深入推进农业农村改革、着力培育高质量经营主体、持续优化营商环境7个方面战略性、创造性、引领性改革,牵引带动新疆各领域改革向纵深推进,推动经济社会高质量发展迈上新台阶。

其中,制定《中国共产党新疆维吾尔自治区委员会关于坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导 有形有感有效铸牢中华民族共同体意识的实施意见》,系统安排有形有感有效铸牢中华民族共同体意识工作,各族群众“五个认同”思想根基更加牢固。

挂牌成立中国(新疆)自由贸易试验区工作办公室,改革试点任务全面启动,落地实施率达65.2%,分两批下放自治区级经济社会管理权限45项,圆满完成全年目标任务,新疆自贸试验区对外贸、投资开放、产业集聚的引领带动作用初步显现。

出台农村产权流转交易管理办法,全面完成农业水价综合改革。实施粮食、棉花等现代农业产业发展规划,新增高标准农田434万亩,粮食总产466亿斤、增产42.2亿斤,粮食单产1050斤、首次跃居全国第一。

深化行政审批制度改革,在全国率先将风电、光伏项目备案权限下放至地(州、市),将省级管理的72个矿种出让登记权下放和田地区,推动行政管理事项精准赋权,向地(州、市)下放行政职权75项。

改革为新疆高质量发展注入不竭动力。

目标导向 改革取得新进展

哪里有瓶颈制约,哪里就是改革的主攻方向。

2024年,新疆谋定后动,坚持问题导向、目标导向、结果导向,持续推动重点领域和关键环节改革取得新突破新进展。

充分发挥经济体制改革牵引作用,复制推广“公路口岸+属地直通”模式,编制区域科技创新中心建设方案,深化金融服务高质量发展专项行动,经济活力持续释放。

出台自治区喀什古城保护条例、自治区禁毒条例等,稳步推进行政复议体制改革,民主法制领域改革深入推进。

健全文化润疆体制机制,设立颁发天山文学奖,《我的阿勒泰》全国热播,宣传文化体制改革不断深化。

实施职业教育提质培优行动计划,实现南疆本科教育全覆盖,完成国家和自治区医保支付方式改革三年行动计划工作任务,人民群众获得感持续提升。

打好塔克拉玛干沙漠边缘阻击战,加大天山北坡城市群大气环境整治力度,完善水资源管理体系,生态文明体制改革取得实效。

健全全面从严治党体系,完善人才培养、引进政策,健全完善作风建设长效机制,全面加强党的建设领域制度改革走深走实。

加大改革试点探索创新力度,力破基层发展难题和治理难题。阿克苏地区创新推进社会组织促进各民族交往交流交融改革试点,“龟兹小巷”成为社会治理新样板。

山一程,水一程,改革开放又一程。

当前,新疆改革发展站在了新的历史起点上,自治区党委带领全区各族干部群众,持续破解影响改革发展稳定的深层次矛盾问题,为扎实推进中国式现代化新疆实践勇闯新路、勇开新局。