

携一身正气 扬我知性美

——记区人民医院心内科医生王苗云

巾帼故事

“最近一次冠脉介入手术，用时23分钟。4年前，临安类似的病人要送到杭州救治，现在，我可以做骄傲地说，把这块工作做起来了。”

笑意盈盈的王苗云，脸上闪烁着自豪，而自豪的背后是她许许多多的付出。

王苗云是区人民医院心内科医生，因为手术有射线，穿铅衣防辐射，她称自己为穿几十斤重铅衣做手术的女人——“女铅人”。虽然穿着铅衣，但射线仍不可避免，因为累积作用，她的二胎宝

宝没能留下。

“做一个‘女铅人’我有点心酸，但我愿携一身正气于医生这份事业中。”

有一天晚上，参加了一整天抢救的王苗云刚下班，到家没半小时，电话响了，有急诊手术，她立即赶往医院。患者呼吸急促，脸色苍白，她丈夫急切地对王苗云说，快救救他老伴。考虑急性心梗诊断明确，王苗云冒着巨大的风险立即手术。

手术开始后，患者突然心跳停止。除颤、胸外按压，半小时，1小时，王苗云和同事不断努力着，但患者仍然没有心跳呼吸。不想放弃的王苗云争分夺秒地继

续抢救，2小时，3小时，4小时，一直持续到5个多小时，患者终于恢复了心跳呼吸。大抢救成功，家属的眼泪夺眶而出。

一站就是半天的大抢救时常发生，王苗云也因此有了下肢静脉曲张，可她不敢告诉家里人，怕他们担心。

“家里人很心疼我，前几天我难得休息，想起床做早饭，老公坚决不同意，他说我已经很久没有睡一个懒觉了。”王苗云说，正因为家人的支持与患者的肯定，她不断前进。

有一位老病人，每次去王苗云这儿看病都远远地站着，似乎一点也不着急。她忍不住问是

不是等急了，老病人却说，不急，看她工作是一种享受，她这么敬业，等等算什么。

“爱在左，情在右，走在生命的两旁，随时播种，随时开花，将这一径长途，点缀得花香弥漫，使穿枝拂叶的行人，踏着荆棘，不觉痛苦，有泪可落，却不悲凉。”王苗云说，她很喜欢这句话，她觉得这是对医护职业最好的诠释。

以最精湛的医术，持最高尚的医德，用最真诚的微笑面对每一位患者，每一个生命，王苗云说，她愿携一身正气，扬女性知性美。

记者 郑逸菲

春光无限好 减重要趁早

38人吃吃喝喝减去纯脂肪 69.4公斤

蕾语健康

记者 孙梦蕾 见习记者 楼飞宇

本报讯 每个人都有两个体重，一个是现实中的，一个是理想中的，现实和理想总是有差距。春天不减肥，夏天要后悔，想更健康更匀称，还得管理好自己的体重。

怎么样的体重合理？又怎样减重呢？不妨听听区人民医院营养科专业人士的建议。她们正在招募一批院内和院外人士进行营养干预减重，让你吃吃喝喝就瘦下来。还有这种好事？记者找到营养科副主任夏丹，她说去年有过为期4个月的试验，38人齐心协力减去纯脂肪69.4公斤。

你没看错，夏丹说的是纯脂肪而不是单纯的体重，这是实打实的“干货”，因为减脂可比减重难得多。她认为，大多数人需要减的是“白色体重”——脂肪，同时还得增加肌肉含量，这样才能拥有理想的体型和健康的身材。

在营养科有测量人体成份的仪器，你的骨骼、肌肉、脂肪、水份等都可以细化成一组组数据。在人体组成中，占比最大的一定是水，为65—70%。有些人觉得减肥不难，少

吃少喝就瘦了，其实这时候减下来的往往是水份。最难减的是脂肪，它们和水份不一样，不是短期内形成的，也不能在一天两天里减下去。

营养科成立的“营养干预减重小组”，目的就是通过饮食结构的调整，改变不良饮食习惯，改变碳水化合物、蛋白质、脂肪的摄入比例，促进体内脂肪的代谢来降脂减肥。这是一个长期的过程，不但改变身材，也要改变生活习惯。对夏丹来说，工作量不在于测人体成分或配营养餐，而在于微信群里的随时提醒和干预。

“比如有人把今天准备吃的午餐发个照片上来，我看了会告诉他，哪些热量过高了，哪些营养成分不够。”夏丹说，长期坚持下来后，大家都会养成健康的饮食习惯，有些人还自己动手做营养餐，颜值也很高，得到大家的鼓励后，减重的积极性就更高了。

事实胜于雄辩，去年10月第一批减脂成员每天在群里饮食打卡、报体重、测尿酸、晒运动，相互交流美食和减重经验，不仅学会了吃不胖，也交到了朋友，在良好的团队氛围里获得了健康匀称的身材。你也心动吗？只有行动才有改变，新的一批减脂志愿者（人民医院内部30人，院外30人）已经在路上。

因为一句话 他驾车狠狠地撞飞轿车肇事司机驾驶证被吊销且五年内不得重新取得

通讯员 符翔潇 记者 朱陈伟

本报讯 “以后要管好自家的嘴，今天就是给你买个教训……”说完，司机童某驾车逃离了。现场，一辆轿车已经被撞飞到人行道上，车损严重。车主姜某吓得不轻，赶紧报警。这是近日发生在昌化镇唐昌街上的惊悚一幕。

接警后，执勤交警立即赶往事故现场，姜某向交警诉说，撞自己车的人是童某，相互认识，“刚刚我和朋友在附近夜宵摊吃夜宵，童某驾车到店买夜宵，结果因为‘一句话’跟我发生了口角。”姜某说，让他没想到的是，店外传来一声巨响，“嘭！”他的车被童某驾车撞飞到了

人行道上。姜某连忙跑出去，可还没等走到车旁查看情况，童某又调整档位，加大油门，再次狠狠地撞向车辆。撞完后下车，童某甩出一句：“以后要管好自家的嘴，今天就是给你买个教训！”说完，童某驾车离开了。

交警昌化中队立即联合昌化派出所，在童某家中将其抓获，并对童某进行了酒精血液检测。经查，血液酒精含量高达188.6mg/100ml，已达到醉酒驾驶标准。

根据相关法律规定，童某的驾驶证被吊销且五年内不得重新取得，依法追究相关刑事责任。同时，童某还将因故意寻衅滋事接受公安机关的相关处罚，现案件还在进一步办理中。目前，童某已被警方依法刑事拘留。

以书香换花香

记者 汤君芳

本报讯 12日中午，南苑小区的小公园里聚集了不少市民，区城管局市政环卫监管中心在这里举办“书香换花香”活动，市民只要准备两本闲置书籍，就能换得一盆漂亮的绿色植物。

陈女士带着两本崭新的儿童读物兑换到了一盆美丽的长寿花。她说，儿子今年9岁，平常特别爱读书，儿童读物堆满了书架，前几天在微信上看到活动消息后，立马理出两本书过来参加兑换活动。“把闲置的书送来给别人阅读，同时，把绿色植物带回家，让儿子好好照料，一举多得。”陈女士说。

被评为临安“最美家庭”的过香臣和老伴一起来到了活动现场，他带来了四本《临安年鉴》以及自己写的三本书。“这次活动非常有意，以我闲置之书，换取书桌前的一盆绿植，同时收获了清新的绿色。”他说，期待更多的“书香换花香”活动，让图书资源循环起来，发挥更大作用，影响更多的人。

阳春三月，草长莺飞，正是一年种绿植的好时节，区城管局市政环卫监管中心早早就开始策划这一活动。“通过活动，将绿色植物和阅读巧妙结合，不仅在传递绿色理念，也为全民阅读‘添香’。”区城管局市政环卫监管中心相关负责人告诉记者，此次活动分两天进行，前一天在农林大学新校区举行，当天就换取了300多本各类书籍。

据悉，这些书籍经过整理后将全部放置在新民里社区图书馆和城管驿站，供市民免费阅读。



图为在浙江农林大学举办的“书香换花香”活动，吸引了很多师生前来用书籍交换盆花。

通讯员 陈胜伟 摄

植树护绿 助力乡村振兴



12日上午，区委组织部机关干部以及於潜镇党员干部、共青团员、妇联、光明村干部群众共100余人，在光明农场参加植树活动。当天，共种下银杏、樱花、浙江楠、桃树等各类树木700余株。

记者 金凯华 通讯员 何江桥 摄



12日上午，天目山镇一都村开展“天目重秀”第二季植树造林活动，300余人在“建国林”共同种植了木槿、浙江楠等苗木5000余株。

见习记者 胡建强 摄

麻同年同志逝世

中共党员，临安区商务局享受县处级待遇离休干部麻同年同志因病医治无效，于2019年3月9日03时01分在临安人民医院逝世，享年92岁。

麻同年同志1928年9月出生，于山东省莱西县，1947年7月在山东入伍，1948年7月加入中国共产党。历任山东省军政大学胶东分校学员、野战军二纵四师二十团组员、分队长，中国人民解放军二十一军六十一师剿匪工作大队分队长，浙江省温岭县泽国区人武部干事、三十三疗养院内一科副政治指导员，野战五院内科副政治指导员，第112医院政治指导员、干事、

副政治教导员和政治教导员。1975年11月转业，历任江苏省赣榆县人民医院副院长、临安县燃料公司副经理。1989年12月光荣离休。

麻同年同志的遗体告别仪式于3月11日上午在临安殡仪馆举行，中共杭州市临安区委、杭州市临安区人民政府、区委组织部、区委老干部局、区商务局等单位敬献了花圈。杭州市临安区委组织部、区委老干部局、区商务局相关负责人和麻同年同志生前好友、战友、亲属参加告别仪式。

杭州市临安区商务局
2019年3月11日

遗 失 公 告

王小芳遗失锦城街道临天路二弄25(2幢701)房屋所有权证，证号：临房权证锦城字第300073732号，声明作废。

戴晓微、陈志满遗失锦北街道青云山居12(12幢整幢)不动产证，证号：浙(2018)临安区不动产权第0003079号，声明作废。

2018年临安区“百路千里”农村公路改造提升及人居环境改善(美丽公路建设)工程一横高线施工公告

为了确保2018年临安区“百路千里”农村公路改造提升及人居环境改善(美丽公路建设)工程一横高线施工秩序，保证车辆通行安全，对该路段实行半封闭施工，施工内容：

一、半封闭通行路线：

横高线(K0+000~K6+900)为半封闭施工路段；

二、半封闭时间：2019年3月15日~2019年9月30日；

三、根据施工需要，对横高线(K0+000~K6+900)段实行半封闭施工。由于路面开挖宽度和深度较大，逐段实施边通车边施工，实行临时交通管制，安排安全引导指挥人员对过往车辆行人进行管理疏导，确保车

辆畅通，施工区域采用围挡隔离，确保过往行人车辆安全。沿线通行的大型车辆较多，在寺地路口、大圆路口、横畈车站处设置大型车辆绕行提醒告示牌，确保施工现场通行秩序。如有特殊情况，与镇政府、交管部门联系，公交营运车辆由公交公司根据施工进度自行安排。

四、在此期间，请过往车辆、行人自觉服从现场管理人员指挥，施工期间，减速慢行，注意安全。施工给您带来不便，敬请谅解。

杭州市公安局临安区分局交通警察大队
杭州市临安区公路段
2019年3月14日

停电通知 2019年3月14日			电力服务热线:95598 电监会监督电话:12398
检修日期	时间	线路名称	停电范围
3月20日	08:30-16:00	停吴马V493线91#杆冠通电器分线令克以后	金马村[刘家坞]公变
3月19日	08:20-11:20	姚家V297线田干分线3#杆绍鲁村(绍鲁马路边)公变配变令克	10kV绍鲁村[绍鲁马路边]公变
3月19日	12:40-16:50	绍鲁V502线康坞分线52#杆令克	10kV田干村[绍鲁乡康坞]公变,10kV田干村[康坞水竹坞]公变
3月22日	08:20-11:20	城后V512线海龙分线里东山支线19#杆塔山村(里东山)公变令克	10kV塔山村[里东山]公变
3月20日	08:00-17:30	李家坞分线改造工作(02项):大横V543线李家分线1#-14#杆安装横担,架设导线,长明村李家坞配变移位等工作。	长明村李家坞
3月19日	08:00-17:00	公山岭分线改造工作(02项):朱村V222线省如2227线9#杆-公山岭分线3#杆立杆1支,调换导线3档工作。	朱村公山岭