

宿迁正式启动2024年 适龄女生HPV疫苗免费接种工作



本报讯 4月9日,2024年宿迁适龄女生HPV疫苗首场免费接种在宿迁市儿童医院预防接种门诊进行。来自南师附中宿迁分校黄海路校区的20名适龄女生,在老师和家长的陪伴下,前来接种国产双价HPV疫苗。

“一点也不疼,感觉像被蚊子叮了一下,就接种完成了。”完成接种的女生林凡萱轻松地笑着说,接种之前,学校对HPV疫苗的重要性进行了宣传,父母也同意她接种,“给我们

免费打疫苗是好事,这是为我们未来的健康和幸福保驾护航。”

“今天中午共有20位学生来这个接种点进行双价HPV疫苗的接种。”宿城区疾控中心副主任魏新宇说,为了做好接种工作,相关工作人员从四月初工作启动后,就一边进行疫苗采购,一边深入学校开展广泛宣传,并且让学生回家和家长进行交流沟通,征得家长的同意。

“在今天的接种工作开展之前,我们还做好了充分的应急预案,确

保接种工作能够安全有序进行。”魏新宇表示,下一步,宿城区疾控中心将根据学校的时间安排,利用中午和周末休息时间加班加点进行疫苗接种工作,有序做好辖区内适龄女生免费接种HPV疫苗工作,确保学生愿种尽种、应种尽种。

“随着宿城区适龄女生HPV疫苗的正式开打,标志着我市此项工作全面进入接种阶段,其他县区也将陆续开展第一针的接种。”市疾控中心副主任卢道山介绍,本次国产双价HPV疫苗采用的是“0.6”两剂次免疫程序,能够有效预防HPV16和HPV18两个亚型感染,宫颈癌预防率为70%以上,是性价比最高的疫苗。

据了解,宫颈癌是最常见的女性恶性肿瘤之一,主要是由于持续感染人乳头状瘤病毒(HPV)导致,尽早接种HPV疫苗是预防宫颈癌最有效的方式,9—14岁是HPV疫苗的最佳接种年龄。为积极贯彻落实“健康中国2030”战略,促进宫颈癌综合防治,提升女性健康水平,2024年,宿迁市将继续为适龄女生免费接种HPV疫苗纳入2024年民生实事项目,按照“知情、同意、自愿”的原则,为全市适龄女生免费接

种国产双价HPV疫苗。

本次项目实施范围和接种对象为具有宿迁市学籍、2023级初一女生(2010年9月1日以后出生),未接种过人乳头状瘤病毒(HPV)疫苗的女生。有HPV疫苗接种禁忌的女生或已完成全程接种的女生不列入接种范围。接种的疫苗为国产双价HPV疫苗,接种者不承担任何费用。

“宿迁的接种工作遵循属地管理原则,各县区免费为区域内在校初一女生接种国产双价HPV疫苗,确保符合条件的初一女生愿种尽种。接种要求知情自愿,接种者知情、同意、自愿参加疫苗接种。另外,对有需求接种九价HPV疫苗的适龄女性,按照自愿选择、自费接种提供服务。”卢道山说。

自2023年市委、市政府将适龄女生人乳头状瘤病毒(HPV)疫苗免费接种工作纳入民生实事项目以来,今年是免费接种HPV疫苗的第二年。去年全市已为3.2万余名女生顺利接种,今年预计将有2.99万人参加接种,2024年4月底之前完成HPV疫苗的第1剂次接种,10月底之前完成第2剂次接种。

(史琪雅 仲启新 魏新宇)

“00后”志愿者 让互助养老更有温度



本报讯(记者 臧子青) 为进一步营造尊老敬老的社会氛围,满足居民日益增长的养老服务需求,近日,迁手(宿迁)互助养老服务中心组织多名志愿者,前往宿豫区下相街道陆桥社区开展互助养老活动。

据了解,迁手(宿迁)互助养老服务中心是由宿迁学院部分老师和学生组成的志愿服务团队,其中学生都为“00后”。“我们希望通过互助养老这个模式,帮助身边的老人实现老年幸福生活。”迁手(宿迁)互助养老服务中心负责人项华录说。

修剪指甲、入户打扫、理发、聊家常……活动中,志愿者通过帮助老人做家务活,陪老人聊天,让他们感受到来自年轻人的关爱和呵护。

为老人剪指甲的志愿者名叫吴月,是宿迁学院的一名学

生。“家家都有老人,人人都会变老,能够把温暖和关怀传递给爷爷奶奶们,是我选择成为一名青年志愿者的原因。”吴月向记者介绍。

“志愿者来看望我们,帮我们做家务活,我们心里既欣慰又感激,特别感谢大家,如果有机会,希望大家常来!”90多岁的居民张女士脸上洋溢着笑容,对着眼前这群志愿者不停地道谢。

通过本次互助养老活动,志愿者不仅为老人提供了细心的服务,还增强了迁手(宿迁)互助养老服务中心与基层社区之间的互动。“希望所有老人都能感受到大家带来的关爱和温暖,也希望年轻人能够珍惜这个锻炼技能的机会。相信在大家的共同努力下,老人的生活会更加幸福安康,我们的世界将会变得更加美好,充满活力!”项华录说。

春暖花已开 露营好时节

徐汝

春暖花开,市民纷纷走出家门,踏青、野餐,在绿地上露营,将烧烤架搬到户外,约上三五好友,一起享受春日的浪漫。为了能和亲朋好友一起享受春日美好时光,人们开始关注露营和野餐所使用的工具,规划宿迁及周边适合春游的路线。

露营工具购买人数增加

有商家推出租赁服务
市区某大型商超里,帐篷、折叠桌椅、一次性烧烤炉等商品被摆放在超市入口最显眼的地方。商家还贴心地设置了露营工具展示区域,打造出一处露营场景。

销售人员介绍,春季露营工具的购买人数增加不少,防潮垫、帐篷、睡袋、折叠桌椅、背包、一次性烧烤炉等商品受到露营爱好者的追捧。有些消费者喜欢租赁露营工具。商家也适应需求推出了相应的租赁套餐。抖音上某商家推出的露营装备租赁服务共有两种模式,一是

价值138元的4人套餐,另一种则是价值168元的6人套餐。套餐内包括六角天幕、全自动帐篷、露营车、烧烤炉、果木炭、野餐垫、6米长露营灯串等14种露营所需的物品。

“自己购买露营装备需要一笔很大的开销,以租赁的方式体验一把露营的氛围,个人觉得非常划算。”李女士介绍,她购买了168元的露营装备套餐,在体验到露营快乐的同时,也享受到物超所值的租赁服务。

还有一部分市民选择在网上购买露营工具。在某电商销售平台上,搜索“露营工具”一词发现,一款多功能工兵铲销售量超过3万件,一款户外折叠桌椅套装的销售量超过50万件,评论超10万条。

市民约上好友

结伴感受春日好风光

感受春意,从结伴露营开始。“约上好朋友,去户外绿地上感受春日风光,是我一直想做的事情。”“90后”宝妈张燕谈起她近日和好友出门露营的感受。张燕介绍,露营计

划是提前一周就确定的,为此,她和两名好友共同购买了露营装备,一起挑选了露营地。

“露营需要准备的東西比较多,我们三个人分开购买,每个人花费的金额差不多。我们三个人都喜欢美食,对食材的要求比较高。我们准备在绿地上来一场户外烧烤,肉是我朋友购买和腌制的,需要提前一天腌制。这些食材总共花费150元,花钱很少,吃得却很开心!”张燕说。

与张燕一样,“00后”宝妈徐晓晓也选择在春天带着孩子游玩。“天气非常暖和,我就带着孩子去家门口的绿地上踏青露营,这里的风景也非常好,有风、有水、有绿地。我和朋友带着孩子在这里感受春天的气息,还拍了许多照片。”徐晓晓说。

徐晓晓建议露营时不要携带太多的露营工具,携带一些必需的物品即可,例如帐篷、背包、防潮垫等,户外温差比较大,要注意保暖。露营的乐趣在于享受和亲友一起外出游玩的过程,而不在于买了多少露营装备,一定要抱着“非必要不购买”的观

念去选购露营工具,要考虑这些工具的重复使用情况。

宿迁不缺露营好去处

请大胆走出家门

春日里,市民争相寻找露营好去处。说到宿迁适合露营的好去处,一定是宿迁的公园了!市区雪枫公园、鸟悦园、古黄河雄壮河湾公园、古黄河水景公园等地方,都是野餐露营的好去处。

“我住的小区离古黄河水景公园比较近,公园里不仅风景优美,还有专门的绿地供市民露营使用。”市民赵先生说。

家住宿豫区的市民可以选择位于江山大道与韶山路交叉口的千鸟园广场,千鸟园广场总占地面积为3.9公顷,是个不错的露营地。天气一热,这里的绿地上便陆续出现露营的市民。

住在市湖滨新区的市民,可以带上露营工具前往罗曼园、三台山国家森林公园等地,在水光之间享受春日浪漫。

江苏省2024年普通高校招生 体育类专业省统考本周六开考

本报讯(记者 王艳坤) 4月10日,记者从宿迁市教育考试中心获悉,江苏省2024年普通高校招生体育类专业省统考将于4月13日开考。全省按专项设南京师范大学、南京体育学院、江苏师范大学、苏州大学、扬州大学5个考点。考生须携带本人居民身份证和网上打印的准考证,于规定时间到测试专项对应的考点报到。

记者了解到,符合普通高校招生报考条件,且具有一定体育专长者均可报考体育类专业。

2024年,我省普通高校招生计划按照历史等科目类、物理等科目类分别编制。高校根据经济社会发展需要和对人才需求的情况,按照教育部和我省有关计划编制原则及要求编制招生来源计划。

2024年,我省普通高校招生统一考试实行“3+1+2”模式,包括语文、数学、外语3门高考统考科目以及3门学业水平选择性考试科目。学业水平选择性考试科目包括思想政治、历史、地理、物理、化学、生物6门,考生首先在物理、历史2门科目中选择1门,再从思想政治、地理、化学、生物4门科目中选择2门。

高考总分值为750分。语文、数学、外语3门科目以每门150分计入总分,其中,外语科目含听力考试30分。学业水平选择性考试科目每门100分,其中,物理、历史科目以原始分计入总分,其余科目以等级分计入总分。

综合素质评价围绕思想品德、学业水平、身心健康、艺术素养、社会实践、自我认识与生涯规划等六个方面进行写实记录,建立个人档案。高中学生综合素质评价是学生毕业和升学的重要参考,个人综合素质评价档案将以统一格式提供给高校。

高校要根据学校办学特色和人才培养要求,制定科学规范的综合素质评价使用办法,组织教师等专业人员对档案材料进行研究分析,采取集体评议等方式给出客观评价,作为招生录取的重要参考。

江苏省2024年对体育类专业实行全省统一专业考试(以下简称省统考),考试科目和分值等要求按《省教育厅关于印发(江苏省2014年普通高校招生体育专业统考考试方案)的通知》(苏教考[2013]15号)执行。专业考试总成绩满分为150分,达到90分者为合格。

体育类本、专科录取控制分

数线按照体育类(历史等科目类)、体育类(物理等科目类)本科和专科层次招生计划的一定比例,结合考生文化分、专业分等因素分别划定。

录取工作分批次依次进行,录取批次设置为本科提前批次和专科批次,体育类专科院校在普通类专科批量投档前完成录取。

志愿填报采用“院校专业组+专业(类)”模式。院校专业组是志愿填报的基本单位,由院校根据不同专业(或专业类)的人才培养需要和选考科目要求设置。一所院校可设置一个或多个院校专业组,每个院校专业组内可包含数量不等的专业(类)。同一院校专业组内各专业(类)对考生的选考科目要求相同。同一院校选考科目要求相同的专业(类)也可分设在不同的院校专业组中。考生的学业水平选择性考试科目须符合报考院校专业组的选考科目要求,方可报考相关志愿。

体育类各批次实行平行志愿方式,设置20个院校专业组志愿,每个院校专业组志愿设置4个专业志愿和1个专业服从调剂志愿。

体育类本科提前批次和专科批次志愿录取结束后,设置征求志愿,征求志愿设置与相应批次志愿设置一致。

体育类考生不得兼报提前批次普通类、艺术类、定向培养军士的志愿。

各招生院校的录取原则、办法须报院校主管部门核准并以《招生章程》的形式向考生和社会公布。

体育类各批次实行平行志愿填报方式,对于高考文化分和专业分均达到相应录取控制分数的考生,按照“按分排序,遵循志愿”的原则进行投档。考生的投档分由高考文化分和专业分按一定比例构成。当投档分相同时,依次按高考文化分、语文数学两科成绩之和、语文或数学单科最高成绩、外语单科成绩、首选科目单科成绩、再选科目单科最高成绩由高到低排序投档;如仍相同,比较考生志愿顺序,顺序在前者优先投档,志愿顺序相同则全部投档。考生投档分的构成办法为:

投档分=[(高考文化分÷文化满分)×0.7+(专业分÷专业满分)×0.3]×750,结果四舍五入取整。

高校对进档考生,根据本校《招生章程》中公布的录取规则 and 标准以及有关招生政策,自主、择优录取。

“口袋公园”晨练忙

4月9日,群众在宿城区鸣凤湾公园内晨练。

近年来,宿城区充分利用城市闲置土地,打造了一批集生态、文化、健身、休闲等功能于一体的“口袋公园”,持续改善城市居住环境,增强群众的获得感和幸福感。

朱峰 摄



国际护胃日 打响保“胃”战

本报记者 王艳坤

每年的4月9日是国际护胃日。哪些人容易患胃病?大家又该如何养胃呢?4月9日,记者采访了南京鼓楼医院集团宿迁医院消化科主任医师刘加宁,一起听听医生怎么说。

胃最害怕什么?刘加宁称,胃是一个非常辛苦的器官,它要进行食物的消化和吸收,所以大家吃的食物直接关系到胃肠道的健康。大家在饮食上要注意,避免食用辛辣、刺激、生冷的食物,还要避免食用过烫的食物和腌制的食物。胃部疾病的发生发展往往与胃黏膜屏障受损密切相关,不良的饮食习惯是导致胃黏膜损伤

的一大因素。此外,长期的精神紧张、焦虑或情绪波动也影响到胃的健康。“一些药物也会损害胃肠道健康,大家在服用这些药物时,可以合理调整用药时间或者适当加用一些保护胃肠道的药物。”刘加宁说,暴饮暴食、饮食不规律、常吃高油高盐食物、吃饭速度过快都有可能患上胃病。

“大家比较关注的是幽门螺杆菌,它在我们国家的感染率达到50%。对于高危的人群,例如有胃肠道溃疡、胃炎、胃癌家族史的人群,建议及时进行幽门螺杆菌筛查,进行合理治疗。”刘加宁告诉记者,60岁以上的人群幽门螺杆菌感染的比例可能更高。幽门螺杆菌感染的时候,它会导致萎缩性胃

炎或者胃溃疡。目前已经证实幽门螺杆菌与胃炎、慢性萎缩性胃炎甚至是胃肠道肿瘤的发生有直接的关系。

刘加宁告诉记者,在日常生活中,很多人知道自己胃不好,但养胃方法存在一定误区。有些患者觉得食用生冷食物会出现胃部不适,从而刻意减少新鲜蔬菜水果的摄入,又或者长期服用某些胃药,这些方法非但不会缓解病症,反而可能给胃部造成负担。

刘加宁说:“很多人胃一不舒服就吃点胃药,但是药都可能副作用,长时间服用会导致骨质疏松,导致胃黏膜萎缩。治疗胃病,大家可以吃一些容易消化的食物,避免吃硬的或者容易刺激的食物。”

有些人认为胃痛忍忍就过了,但长此以往,小病就会拖成大病。在日常生活中,市民应该定期体检,对胃病做到早预防、早发现、早诊断、早治疗。胃镜检查是胃肠道疾病最常用的检查手段。此外,胃镜检查既是检查手段,又是治疗手段,可准确发现胃内微小病变,也可以对可疑病变反复观察,取组织做病理检查。

“大家出现上腹部不规律或放射性的疼痛、不明原因的消瘦、贫血、大便变黑或便血等问题应及时就诊。”刘加宁说,40岁以上人群,以及经常感到胃部不适的人群需要定期进行内镜检查。如果发现胃息肉,应及时切除,降低其癌变的概率。