

进补有“膏”招

我区各级医疗机构推出膏方特色服务

本报讯 (记者 罗迎春 勾瑞 樊国庆 见习记者 朱悦昕 通讯员 车健)冬季是膏方进补的最佳时节,可增强体质、祛病强身,因此受到越来越多市民的追捧。立冬过后,我区各大医疗机构也陆续推出特色膏方服务,为市民支“膏”招。

近日,区中西医结合医院“2018膏方季”正式启动,活动现场除了本院专家外,3位来自上海中医药大学附属龙华医院中医内科的市级专家也来到金山为居民把脉问诊。据了解,在11月10日—11月12日膏方季期间,医院将有近20名本院及市级

专家为市民量身开设膏方门诊,涉及内科、外科、妇科等,主要针对慢性疾病、亚健康、慢性疲劳综合症等进行调理。

除了二三级医院开展膏方季活动外,部分社区也把专家请到家门口为居民服务。11月11日,家住朱泾的郁阿伯特意赶到金山工业区社区卫生服务中心,参加当天举行的膏方节活动。活动现场,上海中医药大学附属上海市中医医院名老中医诊疗所的专家为居民把脉开方,相比于市区名院专家一号难求、路途遥远的情况,家门口的活动格外受到老年人的

欢迎。“以前我们都要赶到市区去配药,专家医生到金山来,对我们老百姓来说方便多了。”郁阿伯说。

据了解,金山工业区社区卫生服务中心为了满足居民的需求,特别在今年开通膏方预约服务,预约人数达到一定人数时,社区卫生服务中心就会邀请上海中医药大学附属上海市中医医院名老中医诊疗所的专家来医院为居民开方,居民也无需承担膏方门诊高额的挂号费。

专家介绍,膏方药性温和、作用持久,适当进补能够为市民增强体质、祛病强身,膏方的主要适用对象

包括慢性疾病或久病体虚者、亚健康状态者、术后产后康复患者等人群,但某些疾病患者并不适合。此外,网购膏方的方式也不推荐,膏方需要辨证施治、一人一方,有需要的居民可以前往附近医疗机构进行了解。

据介绍,服用膏方的合适时间一般在50天,服至立春前结束。因膏方制作需要一定时间,居民可提前开方准备。目前,复旦大学附属金山医院、亭林医院等医院的膏方预约服务也已开始,感兴趣的市民可以在各家医院官方微信了解专家等详情。

11月,国内外精彩影片扎堆上映,包括《毒液:致命守护者》《神奇动物:格林德沃之罪》《你好,之华》《滴答屋》等在内的30余部影片陆续上映。

本周五,由J.K.罗琳创作、埃迪·雷德梅恩、约翰尼·德普、裘德·洛等人主演的影片《神奇动物:格林德沃之罪》将上映。该片衔接电影第一部结尾,讲述黑巫师格林德沃将再次掀起风浪,巫师世界越来越黑暗,纽特和邓布利多联合阻止魔法界的混乱的故事。

同日上映的还有国产荒诞喜剧电影《无名之辈》。该片讲述在一座山间小城中,一对低配劫匪、一个落魄的泼皮保安、一个身体残疾却性格彪悍的毒舌女以及一系列生活在社会不同轨迹上的小人物,在一个貌似平常的日子里,因为一把丢失的老枪和一桩当天发生在城中的乌龙劫案,从而被阴差阳错地拧到一起的故事。

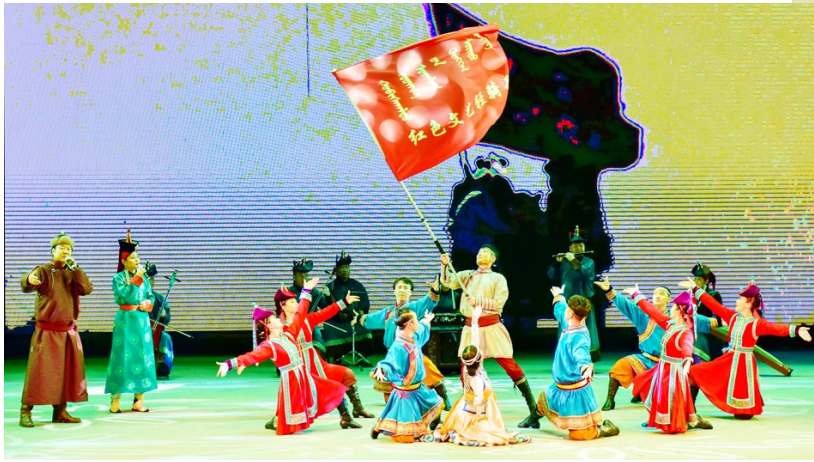
此外,喜剧片《憨豆特工3》、动画片《无敌破坏王2:大闹互联网》、悬疑科幻片《克隆人》等也将先后上映。

记者 陆辰丽

“草原百灵鸟”来了

内蒙古苏尼特右旗乌兰牧骑是我国第一支乌兰牧骑,这支草原上的“红色文艺轻骑兵”被誉为“草原百灵鸟”。11月11日,这支队伍来到金山,为市民带来《我从草原来》专场演出。草原长调《辽阔的草原》、二重唱《教包相会》、顶碗舞《祝福》等,都表现了对辽阔草原的无限热爱和对伟大祖国的美好祝愿,整场演出充满着浓厚的蒙古族文化色彩。

记者 朱磊 杨嘉婕/文 张鹏远/图



换个方式听“子曰”

11月11日,2018“鑫视界”艺术鉴赏系列活动之田耘社原创相声剧《子曰》在区文化馆爆笑登场。全剧以《论语》中的“子曰”为创作提纲,运用相声艺术的语言技巧,结合京剧、评书、快板、双簧、舞蹈、古琴等艺术手法,借鉴戏剧的舞台呈现方式,融入相声演员的人文情怀,讲述了凡人孔丘到圣人孔子的成长经历,让大家在开怀一笑的同时增长知识。

记者 朱磊 杨嘉婕/文 庄毅/图



天气

本周气温平稳 周后期迎降水

记者从气象部门了解到,本周我区将维持多云或阴的天气,气温变化平稳。但周五前后,又将迎来一波降水。温度方面,本周没有明显的冷空气影响,最高温度变化比较平稳,最高温度在18—19℃,最低温度在11—13℃。

记者 勾瑞 见习记者 朱悦昕

遗失声明

上海市金山区果味居食品店遗失个体工商户营业执照正、副本,证件编号:280008201806200019(20),声明作废。

上海市金山区顾叶康服装店遗失营业执照正、副本,执照编号:280010201810190045(46),声明作废。

3·15

消费的参谋 维权的后盾

工业和信息化部日前发布了三季度电信服务质量通告,从电信服务基本情况、电信用户申诉举报情况、电信服务监管情况、经营及消费提示等四个方面通报了有关情况。通告显示,工信部组织对48家手机应用商店的应用软件进行技术检测,发现违规软件53款,涉及违规收集使用用户个人信息、恶意“吸费”、强行捆绑推广其他应用软件等问题,已责令下架。

同时,工信部组织对62家互

联网企业65项互联网服务进行抽查,发现12家互联网企业存在未公示用户个人信息收集使用规则、未告知查询更正信息的渠道、未提供账号注销服务的问题,已督促整改。

经营提示

1.各企业要严格落实《工业和信息化部关于进一步规范电信资费营销行为的通知》(工信部通信函〔2018〕276号)文件要求,推出符合用户需求的资费方案,进一步规范

资费营销行为,切实保障用户的知情权、选择权等合法权益。

2.各企业要严格落实《综合整治骚扰电话专项行动方案》的要求,切实落实企业主体责任,加强语音通信业务和资源管理,严控骚扰电话传播渠道;全面提升技术防范能力,提升骚扰电话拦截能力,防范电话扰民。

消费提示

1.工业和信息化部提醒广大用户,通过正规渠道办理电信业务,认

真了解所办业务资费、收费情况,结合自身需求选择适合的产品。定期查看消费账单,如有不清楚的问题及时拨打电信企业客服电话进行查询。

2.工业和信息化部呼吁社会各界广泛参与,群策群力防范治理电话营销扰民,共同营造清朗的通信环境。广大用户受到电话营销骚扰时,可通过电话、网站或手机应用等途径向12321网络不良与垃圾信息举报受理中心进行举报。

民防之窗

投资修建的民防工程战时能保护一定的战争潜力

海湾战争前,伊拉克曾准确预测到将与美国发生战争。为对付美国可能的空袭行动,预先聘请欧洲一些国家的专家帮助修建了大量民防工程和设施,形成了样式复杂、功能较为齐全的民防工程体系,如地道、工事、坚固的地下隐蔽所和指挥所等。

据报道,英国的一个工程经理公开他曾受雇于伊拉克政府建造

地下工程的经历;德国某工程师展示了他曾参与设计的伊拉克总统地下指挥所的建造图纸。在首都巴格达的主要街道,战前十多年来伊拉克政府每新建一幢官方建筑物,都要提供一个地下工事。工事实用、可靠,有细小的密室和宽敞广阔的地下军营。在主要街道之下,地道长达数千米,遍布防空洞、指挥所和隐蔽所,足以容纳数千名士兵和平民。其中,共和国卫队的指挥所不仅规模庞大,而且设施齐全,里面储存了大量食品、水、日用品等生活必需物资,并建造了完善、可靠的通讯设施。这些通信设施将地道、工事和指挥所与北部的

隐蔽所连接在一起,形成了能隐蔽、机动和出击的综合作战保障系统。

不仅于此,为了保护精锐部队免受袭击,伊拉克还建造了许多专门用于屯兵的地下隐蔽所。其中设于西米佐德行政大楼电影院下面的工事,于1990年12月完工,耗资7500万英镑,面积达450平方英尺。庞大的地下工事体系由指挥哨所、养病室、清除污染(毒气或辐射)室、军火库、厨房、干粮库和饮水库等多个子工事构成,具有较强的综合功能。工事里面安装了电脑终端机、电子打字机和热线等足够的电子设备,可容纳30—50人,各种齐全

的电子信息设备可让指挥员随时掌握战争的进展情况;储藏的作战物资量足类多,可以满足作战力量坚持长时间抗战。工事外面是2英尺厚的混凝土墙体,并有钢筋加固,可抵挡500磅炸弹的爆炸力。

伊拉克政府修建的这些防空设施,许多具有复合功能,融住宿、宗教活动、游览和防空于一体。如总统在巴格达机场附近的阿布古拉普官,地上有60—70个房间,地下有坚固的掩蔽所,设有通讯中心、卧室和餐厅等。在其他防空所需的设施方面,伊拉克在两伊战争爆发后,就在所有大小城市安装了各类防空警报器和必要的通信系统,用于空警报

知和传递。

伊拉克不仅政府在平时投资大量修建防空工程和设施,临战前当局还号召广大市民利用一切条件,抓紧修建防空洞,用于在多国部队空袭时自身防护。并发布命令,要求多层建筑的住户将其地下室改建成防炮弹掩体,做上标记,以应付战争和便于其他人知道躲避炮火的地点。

事实证明,伊拉克大量投资修建的民防工程和设施经受了以美国为首的多国部队长达38天的空袭,对保护伊拉克战争潜力起了一定作用。

(摘自《上海民防》微信公众号)