



乐山广播电视台报

LESHAN BROADCAST TV WEEKLY

一份有温度的城市周报



总第1375期
本期28版
2019年11月28日

乐山广播电视台报社 出版 社长：刘岚 总编辑：徐燕平

AIDS 隐秘的痛 AIDS 隐秘的痛 AIDS 隐秘的痛 AIDS 隐秘的痛



P03-P09

“12.1”世界艾滋病日特别关注



为什么要订乐山广播电视台报？

本土唯一的
城市周报

2020年《乐山广播电视台报》征订开启
联系电话：18990629475



本期导读

乐山广播电视台 / READING
GUIDANCE
2019·11·28

10

新闻周刊
调查

最严电子烟“禁售令”颁布
销售“转战”网络社交平台



14

新闻周刊
专题

共探中医药发展新态势



22

科
普

吃火锅时千万注意这件事!?



26

城市周刊
电影

聚焦都市女孩的追梦人生



值班编委： 谭 莉
美术总监： 游昌学
版 式： 王 扬 赵霜琪
本报数字报： <http://www.lsweekly.com/>
本报公众微信： 乐山头条
新闻热线： 2408770
发行热线： 2429051
广告热线： 2429053

新闻 周刊

NEWS WEEKLY

2019年11月28日 编辑：熊春鹰 版式：游昌学

03
封面报道



“12.1”世界艾滋病日特别关注
隐秘的痛
那些被拒绝的感染者

■ 本报记者 熊春鹰



■ 我们在开发治疗和预防技术方面已经有了很大的发展，但是对艾滋病病毒感染者的态度仍然落后。

■ 艾滋病病毒感染者最大的恐惧是其感染身份未经许可被暴露。



被拒绝的感染者

因为 HIV
与梦想失之交臂



“12月1日，这是个本不该属于我的节日，却在2017年的1月8日让我与之联系在了一起。确诊127天，上药102天，没错，这就是我，男同，一位HIV病毒感染者。”在小A(化名)的QQ空间，有一条设置为“仅自己可见”的内容，记录了自己人生中最为灰暗的经历。

在一个以女性成员居多的家庭中，小A从小的玩伴是家里的堂姐堂妹们，这导致他从小就腼腆内向、情感细腻。进入大学之后，因为一些机缘巧合，小A接触并渐渐进入了“同志”这个群体，先后交往了两个圈内的男朋友。

大四上学期期末，快要放假的小A突然想做HIV检测。“其实也不是真的‘突然’想起吧，之前我有过两次高危性行为，出于逃避和侥幸心理一直没怎么放在心上。”偶然间在网上看到S城市有志愿者可以进行免费保密检测，加之对志愿者这个群体一直充满着好感，于是便根据联系方式约了时间。

从小A上学的W城市到S城市并不算远，检测程序也并不复杂，结果很快出来了——HIV阳性。虽然早已想象过可能会有这一天，但是当这一天真的来临，小A却无法面对。

在校成绩优异的小A曾经对未来有过十分美好的规划，他计划考研深造，然后在离家不算远的

成都找一份合适的工作。找一个真心爱自己的人，领养一个孩子，简简单单地过一生。就像美丽的肥皂泡，在HIV检测为阳性的那一天，一切梦想都破灭了。

小A放弃了考研，选择了独自沉沦。“我想过自杀，但是最后又做不到。我是家里的独子，父母肯定无法承受白发人送黑发人的结局。”当他寒假回到老家看到父母的那一刻，他决定与残酷的现实妥协。在疾控中心登记，开始持续服药，刻意地和身边人保持一定距离。

很快，毕业的日子到了。师范专业的小A选择报考W市一所公办学校的老师。笔试、面试，一路顺利，综合成绩排名第二的小A满心欢喜地准备迎接新生活。入职体检结束后，他接到了当地教育局“不予录取”的电话通知。追问之下，对方告知他，拒绝录取的原因是“体检不合格”。

梦想再一次破碎。“好友建议我起诉，争取自己的权益，但是我没有勇气。”小A说，在后来的求职过程中，是否做HIV检测成了他考虑的首要条件。“有的单位事先没有明确要做HIV检测，但抽血之后暗地里做了筛查。”无力改变现实的小A，最后选择了老家的一个小公司，做着此前从未想过的工作，过着简单平静的日子。“年少时的梦想，就让它随风而去吧。”

一次放纵，换来终生后悔



进手术室前，赵阳（化名）突然被喊到了医生办公室。

“你是感染者，为什么不说呢？”赵阳至今记得当时那位医生的表情和语气，“有一种嫌弃和鄙视吧，跟看怪物一样。”医生指着检查单上“HIV阳性”的化验结果，提高了音量，“你收拾一下办理出院吧，我们这里不具备防护条件，没有办法给你做手术”。

去年初，赵阳经常感觉自己上腹隐隐作痛。最初只是在小区药店买些药吃，后来疼痛感越来越强，他又到社区诊所输了一段时间液。“状况时好时坏，痛起来的时候腰都直不起，汗水把衣服都要打湿。”实在难以忍受的赵阳这才去医院就诊。

检查显示赵阳的问题是胆结石，已经到了必须做手术的阶段。交费、入院，等待手术。没想到等来的是让他出院的消息。

“其实当时挺尴尬的，我在病房里收拾东西准备走，同病房的人就在旁边盯着我问‘你怎么还没做手术就走了呢，为什么啊’。我不知道怎么回答，特别尴尬。”赵阳说，“去医院之前没想到要做手术，一切都很突然，所以没考虑提前跟医生说我的情况。另一方面，我确实也有私心，我想过如果说了可能会被拒绝。结果确实就被拒绝了。”

赵阳是两年前确诊的。对于患病的原因，他只无奈地摇摇头：“一次放纵，换来一辈子的后悔。”病还是得治，他换了一家医院。考虑再三，赵阳决定提前告知医生自己的情况。特意选了病人比较少的下午，他敲开了医生办公室的门。沟通中，得知了医院有病床，并且后天即可安排手术。“在他开具住院单子的时候，我跟他坦白了我的病情。”果然不出所料，医生开住院单的手停顿了一下。赵阳默默的看着医生，没有开口。“如果他明确拒绝我，实际上我也不会采取什么过激的行为，我也许会去下一家医院；如果没有明确拒绝，我知道我们应该进行深入有效的沟通了。”

几分钟后，医生首先开口了，并不是直接拒绝，而是告知他们并没有接触过这类病人，对于他们不熟悉的未知风险，需要非常谨慎，并且建议保守治疗。赵阳很平静的道出了他们这类人的就医难问题，向医生介绍了自身的身体状况，包括病毒载量、一直以来的药物治疗效果都做了说明。

遗憾的是，待他讲完之后，医生还是委婉地拒绝了。“我没办法，最后只有向疾控中心的医生求助。”赵阳说，在疾控中心热心医生的努力协调下，他最终找到了医院接收自己，顺利地完成了手术。“太难了。这一次协调下来了，如果还有下一次呢，那时候我们这样的人又该怎么办？”





可怕的不是无法治愈 而是歧视

在以疾病命名的节日中，“世界艾滋病日”更受到社会各界的关注，这不仅仅因为它是具有传播性且目前无法根治的疾病，也是因为它产生了大众对人性的挑战。面对生老病死，许多人会同情心泛滥，当面对艾滋病时，这种同情心仿佛被打了折扣，而随之也衍生出另一种“疾病”——歧视。

遭遇歧视

近日，关于贵州茅台酱香酒营销有限公司(下称“茅台酱香酒”)以应聘员工刘元(化名)感染HIV为由，拒绝录用的事情引起各界关注——在茅台酱香酒公司当了两年临时工的刘元，明明已经通过了企业设置的各种考核，但是因为在入职体检时被检测出感染了HIV，被挡在了“转正”的门外。当事人刘元认为茅台酱香酒的行为构成就业歧视，将其告上了法庭。

“这些年来，全球关于艾滋病的防治确实取得了显著的进步，但是对于艾滋病人受歧视这方面，仍存在着很大的问题。”乐山市卫生健康委员会相关负责人表示，歧视来自方方面面，例如就业歧视、就医歧视、甚至是来自朋友、家人的歧视，也有患者的自我歧视。

由联合国艾滋病规划署发布的《中国艾滋病病毒感染者歧视状况调查报告》显示，41.7%的受访者称自己曾受过至少一种与艾滋病相关的歧视。

作为歧视和侮辱的集中体现，许多艾滋病病毒感染者

遭遇失业、被迫离校、搬家、甚至使家庭成员遭受各种类型的歧视。其中，三分之二的受访者表示其家人曾因自己的感染状况而遭受歧视。六分之一的感染者因感染艾滋病病毒而失业或被拒绝就业。在有子女的受访者中，接近十分之一(9.1%)称其子女(不一定是感染者)由于家长的感染状况被迫离开学校。36.2%的受访者表示有教师在得知感染者的身份后表现出“歧视”或“非常歧视”的态度。

调查显示，超过12%的受访者在获知感染情况后有过至少一次被拒绝就医的经历。在很多情况下，艾滋病病毒感染者无法从主流医院获得治疗，只能在几所艾滋病治疗的指定医院接受治疗。即使在这些指定的诊疗部门，也通常无法得到各项专科治疗或手术服务。在生殖健康权利方面，调查显示，超过百分之十的女性受访者(有效回答人数)受到过医务人员建议其终止怀孕的压力。由医务工作人员带来的歧视，将使大众在检测和接受治疗等方面的积极性都有消极影响，成为艾滋病防治工作进步的障碍。



区别对待

实际上，国家层面近年来一直在制定相关政策法规，维护这一群体的合法权益。

早在2003年，中国就开始实施艾滋病患者“四免一关怀”政策。其中“四免”指的是“国家实施艾滋病自愿免费血液初筛检测；对农民和城镇经济困难人群中的艾滋病患者实行免费抗病毒治疗；对艾滋病患者遗孤实行免费就学；对孕妇实施免费艾滋病咨询、筛查和抗病毒药物治疗”。“一关怀”指的是“将生活困难的艾滋病患者及其家庭纳入政府的救助范围”。

2006年颁布并实施的《艾滋病防治条例》也明确提出，艾滋病病毒感染者、艾滋病病人及其家属享有的婚姻、就业、就医、入学等合法权益受法律保护。

《中国遏制与防治艾滋病“十三五”行动计划》中又做出了更明确的规定。

然而，歧视并未消失。医院、职场、学校，都成为“重灾区”。

“艾滋病感染者遭遇的就医歧视比较严重。”一位不愿透露姓名的业内人士表示，随着艾滋病防治“三线一网底”工作机制的推进落实，艾滋病感染者在就医方面的权益得到更好的保障，但歧视依然存在。

《艾滋病防治条例》中已明确了艾滋病病毒感染者和艾滋病病人在医疗机构的就医权利。其第四十一条规定，“医疗机构应当为艾滋病病毒感染者和艾滋病病人提供艾滋病防治咨

询、诊断和治疗服务。医疗机构不得因就诊的病人是艾滋病病毒感染者或者艾滋病病人，推诿或者拒绝对其其他疾病进行治疗。”

而现实中，艾滋病感染者在求医过程中往往会受到区别对待。“这种区别对待最明显的表现就是拒诊。”长期从事艾滋病防控工作的陈医生表示，不要说有一定难度的手术了，就连最普通不过的阑尾炎、外伤清创缝合、骨折复位这样的小手术，都经常遭遇软拒绝。医院和主治医生有的会直接拒绝治疗，让其去传染病科医院，有的则以医疗条件不足，病人免疫力低下等理由委婉拒绝。

作为具备专业知识的医护人员，应该比普通民众更加了解艾滋病病毒的传播途径，为何还会出现种种拒绝行为？

一位不愿透露姓名的医生表示，压力来自技术限制、职业暴露风险和心理压力。有的医院缺少为艾滋病感染者提供综合性治疗服务的技术力量和硬件设备，在治疗室、手术室、抢救室等治疗护理较集中的地方，如果被艾滋病感染者带血的锐器刺伤皮肤，或病人的血液、体液溅入眼睛粘膜，都可能导致医护人员被感染。研究显示，针刺暴露感染HIV的风险约为0.3%，经粘膜暴露约为0.09%。“0.3%对研究者来说就是个数据，但是对于个体来说，要么是0，要么就是100%。而100%，是任何人都无法承受的生命之痛。”



法律条例

四川大学华西医院艾滋病防治平台信息显示，截至2018年9月底，全国报告现存活艾滋病病毒感染者和艾滋病病人约85万例，报告死亡26.2万例。截至2018年底，我国估计存活艾滋病感染者已上升至125万例。全人口感染率为万分之九。这其中排名前六的重灾区分别是四川、云南、新疆、河南、广西、广东。

长久以来，因为该病被列入“重大传染病”，社会大众多“谈艾滋变”，用人单位也对这部分患者避而远之。

2010年10月，中国政法大学宪政研究所发布《国家公务员招考中的就业歧视调查》，认为公务员招考中存在健康、性别、年龄等多种歧视，歧视比例达100%，因此呼吁相关部委改革立法，但一年过去了，什么也不曾改变。2011年11月20日，该研究所再次发布《2011年国家公务员招考中的就业歧视状况调查报告》，重提公务员招考应先从反歧视开始。

报告指出，公务员录用体检标准虽然取消了对乙肝病毒携带者的歧视，这一点是进步，但依然没有对艾滋病病毒携带者和艾滋病病人进行区分。“一概地说艾滋病不合格，把艾滋病毒携带者也看作是艾滋病，这是一个制度性的歧视。”该报告的主要负责人刘晓楠说。

据了解，艾滋病毒在人体内有7-12年的潜伏期，这期间病人完全没有任何发病症状，和普通人一样，完全具备工作能力。刘晓楠认为，艾滋病毒携带者不应被列入“被歧视”的范畴。

查询中国法律文本可以发现，不仅《公务员录用体检通用标准(试行)》、《公安机关录用人民警察体检项目和标准》、《教师资格条例》实施办法等法规条例都明确拒收传染疾病感染者。

虽然《传染病防治法》和《艾滋病防治条例》规定：“任何单位和个人不得歧视艾滋病病毒感染者、艾滋病病人及其家属。艾滋病病毒感染者、艾滋病病人及其家属享有的婚姻、就业、就医、入学等合法权益受法律保护。”但它们并未对“歧视”做清晰的界定，没有说明在何种情况下的何种行为能够被界定为“歧视”，可操作性不强。

两部法律法规也没有对实施歧视的个人和单位的法律责任作出明确的规定。因此，即使某单位或个人实施了歧视，也不一定会受到法律的制裁，其“违法成本”很低。

受这些法律法规的影响，每一年众多的艾滋病毒携带者，都无法正常参加工作。

AIDS



隐藏身份

被拒只是开始，维权之路漫漫。

2010年，小吴(化名)因在体检中被确认“HIV-1抗体阳性”而被安庆市教育局拒录。之后，小吴将安庆市教育局及安庆市人力资源和社会保障局告上法庭。同年11月，安庆市迎江区人民法院以“艾滋病病毒感染者依法不能从事教育教学工作。宪法、劳动法、就业促进法等规定了平等就业权利，但是这种平等就业的权利，并不排除法律基于保护公共利益、他人利益而对特定情况下权利人的就业权利进行限制”为由驳回了小吴的诉讼请求，安庆市中级人民法院二审维持一审判决。

这就是国内著名的“艾滋病就业歧视第一案”。

2013年，特岗教师李成(化名)因携带HIV病毒而被单位拒绝转正。在申请劳动仲裁未果后，他向当地法院提起诉讼。经历了法院拒绝受理、上诉、审判后，李成在2016年5月赢得诉讼，获得了当地教育局、科技局9800元的经济赔偿。

这是国内首例成功获得法院胜诉判决的艾滋病就业歧视案。此前，全国至少有5起艾滋病歧视案败诉。但胜诉对李成来说并不是最好的结果，因为他还是丢了工作。

“敢打官司的都是极少的，毕竟，对大多数艾滋病感染者而言，其最大的恐惧来源于其感染身份未经许可被暴露。对他们来说，隐藏身份才是至关重要的。”业内人士说。

路远且艰

在刘元事件的相关新闻报道下，一些高赞评论写着“谁愿意和HIV一起工作？！”“如果我的同事有这个病，我肯定超级怕。明知道喝水吃饭不会传染，但是绝对不会和他同桌吃喝一桶水。”“招不招你选择权在企业。艾滋病治不好，我为什么要冒着风险跟HIV患者共处一个工作环境？”

“虽然出于社会平等或法律要求应该接受他(刘元)，但99%的公司应该都不会留，这是对其他员工的保护。”从事HR已有7年的刘女士坦言，招聘HIV感染者成本过高，会引起其他员工的恐慌，“不利于人心的稳定和公司内部工作的开展”。

谈“艾”色变，怀疑与恐惧是人们提到艾滋病时最普遍的反应。自1981年艾滋病被首次发现和确认以来，艾滋病感染者就被贴上了滥交、肮脏、吸毒成瘾和道德沦丧等负面标签。

“对于任何一种疾病，我们都应该将其归结为道德问题。”社会学者方芳认为，感染者自然有权呼吁社会其他群体理性、客观看待感染者，不歧视、不嫌弃，但同样其他人亦有权选择是否接纳。我们要做的是加大宣传、科普等，让不愿接纳艾滋病病毒感染者和病人的群体，因为了解了足够多的信息，打消顾虑，愿意与感染者和平共处。

随着医疗技术发展，艾滋病已经逐渐变得可防可控。日常接触不会传播艾滋病，包括握手、拥抱、礼节性接吻，共用餐具、共用卫生间等公共设施，咳嗽、打喷嚏及蚊虫叮咬等。但是在社会中消除对艾滋病的污名化和主观歧视，依然任重而道远。

LINK 延伸阅读

艾滋病的传播途径与预防

艾滋病是一种传染病,而且目前为止并没有能够完全根治的方法,这也是很多人谈“艾”色变的原因,但是只要我们做好一定的防护,切断传播途径,就能够避免艾滋病的传播。



艾滋病传播途径主要有三种：



1

性传播

如果一个人和一位艾滋病病毒感染者发生性行为而不使用安全套的话,他(她)就可能感染艾滋病病毒。



2

血液传播

与艾滋病感染者共用注射器,输入感染艾滋病病毒的血液,甚至使用过的解剖刀、输血设备等,如果未经正确的消毒,都可能成为传播艾滋病病毒媒介。



3

母婴传播

如果母亲是感染者,可能会通过怀孕、分娩和哺乳将病毒传染给孩子。不过,艾滋妈妈也可能生出健康宝宝。2000年,深圳率先启动了预防艾滋病传播工作的试点,2012年到2016年期间,共帮助300多位HIV阳性母亲生下了健康宝宝。对于这类妈妈,医生不建议顺产分娩,产后也不要母乳喂养。一般的接触,如共同进餐、握手等,都不会传染艾滋病。

怎样预防艾滋病?

目前尚无有效的HIV疫苗可以预防HIV感染或延缓艾滋病进展。切断艾滋病的传播途径,是预防和控制艾滋病的重要方式。切断传播的具体途径有:

- 切断HIV传染的性接触传播。正确使用安全套,进行安全性行为。
- 拒绝毒品,不共用针具。
- 避免医源性艾滋病传播。在医疗操作中避免不必要的注射与输血。
- 阻断HIV的母婴传播途径。在产妇孕检中发现HIV感染,均应在其生产前给予合适的抗病毒药物进行治疗及胎儿预防性治疗,对HIV的传播起到一定的阻断作用。
- 暴露前预防可降低高危人群HIV感染的风险。

最严电子烟“禁售令”颁布 销售“转战”网络社交平台

■本报记者 杨莹 实习生:张馨月

11月1日,国家烟草专卖局、国家市场监督管理总局发布《关于进一步保护未成年人免受电子烟侵害的通告》(以下简称“通告”),主流电商平台纷纷下架电子烟。记者近日调查发现,乐山城区部分实体店仍在售卖电子烟,同时,通过微信、微博等社交平台也可买到电子烟。



微商成电子烟销售重要渠道

11月1日,《关于进一步保护未成年人免受电子烟侵害的通告》发布,其中提及,“敦促电子烟生产、销售企业或个人及时关闭电子烟互联网销售网站或客户端;敦促电商平台及时关闭电子烟店铺,并将电子烟产品及时下架;敦促电子烟生产、销售企业或个人撤回通过互联网发布的电子烟广告。”《通告》一出,国内电子烟市场的多个品牌公开声明表态,停止线上平台销售和任何形式的网络广告发布。

乐山市烟草专卖局专卖部门负责人告诉记者,早在2018年8月28日,国家市场监督管理总局和国家烟草专卖局就发布了《关于禁止向未成年人出售电子烟的通告》。通告强调的是禁止向未成年人直接推广和销售电子烟。按照2019年新通告说法,“仍有未成年人通过互联网知晓、购买并吸食电子烟。甚至有电子烟企业通过互联网大肆宣传、推广和售卖电子烟。”相比上次的呼吁,这次的宣传对象更加明确和具体。

记者近日以“电子烟”为关键词在网络上搜索,发现天猫、京东、苏宁易购等主流电商平台已下架此类商品。但微信、微博等社

交平台却成为电子烟销售引流至线下的重要渠道。在微商电子烟广告中,频繁出现年轻人手持和吸食电子烟画面,配以“电子烟没有二手烟危害”“过瘾不伤身”“让烟友无法拒绝的黑科技”等文字描述。记者以买家身份咨询某电子烟微商,该商家表示,YOOZ、小野、悦刻和雪茄均有售卖。其中最便宜的是雪茄——换弹式雾化电子烟,仅售79元/套,使用量为5—6天。

“想戒烟就尝试电子烟代替香烟,这是一个不错的选择,过瘾又无害。”“电子烟代表着时尚与潮流,携带方便,随时随地想抽就来一口,口味繁多。”采访中记者发现,部分商品明确标注“本产品含尼古丁,未成年人禁止使用电子烟”。但购买过程商家并无验证,未成年人也可轻易买到。

“活动期间,一套烟杆原价298,现在159一套还送一盒烟弹。”“双十二抢先购,一套机器套装+14盒烟弹立省1076元。”不仅在微商平台上,在微博上类似的电子烟推广活动也十分泛滥。悦刻、福禄等均利用微博超级话题打广告。还有品牌在微博上发布抽奖活动,活动中记者也并没有找到任何年龄限制、身份审核相关流程。

“禁止向未成年人销售”难操作

在线下,小型超市、商店,甚至大学校园周边的商铺,大多都可以买到不同品牌的电子烟。“各种味道的一次性电子烟产品都有,有些只需要买一盒烟弹就可以送烟杆。”

11月20日下午,记者走访多家商店发现,位于城区海棠路、滨河路一段的便利店内均有售卖电子烟,外包装像口香糖,有芒果、香橙、绿茶等味道。便利店老板告诉记者,该电子烟为一次性产品,平均用量在2—3天,每支39元。

在城区致江路、春华路的小型超市收银台处,摆放着电子烟套装和电子烟弹。尽管包装上都标明“严禁向未成年人出售”,但在走访中记者发现,实际销售中很难操作,一些学生模样的年轻

人可以很容易地购买。超市收银员告诉记者:“多数为一次性电子烟,所以电子烟禁售令出台后,对实体店的售卖并无太大影响。购买群体还是青少年,有的就是图个好耍、有的觉得味道不错。”

据了解,目前电子烟市场头部品牌大多已经构建相对全面的线下销售体系。电子烟品牌“悦刻”负责人表示,其专卖店已超过900家,中国零售网点超过30000个,涵盖大型超市、连锁便利店、烟酒店、餐厅、KTV、咖啡馆等各类线下渠道。另一电子烟品牌“雪茄”截止今年7月也已经实现终端零售店面突破2万家,覆盖全国100个城市,同样涉及多种线下渠道。

青少年是主要购买群体

与传统烟草产品不同,电子烟的销售渠道和使用人群有其特殊性。数据显示,我国15岁及以上人群,48.5%的人听说过电子烟,5%的人曾经使用过电子烟,现在使用电子烟的比例是0.9%,获得电子烟的途径主要通过互联网,比例占到45.4%。据此推算,我国15岁及以上人群使用电子烟的人数大约在1000万。

以“健康”面貌出现,却成为年轻人变成烟民的“第一口烟”。走访中,许多年轻人说,尝试电子烟的部分原因是电子烟的味道和款式很诱人。“身边有很多朋友都在抽,都说电子烟比较健康,我就跟着试了。”17岁的高中生洋洋(化名),第一次接触电子烟是因为朋友的强烈推荐,原本对香烟比较抗拒的他,如今也成了电子烟不离手的“小烟民”。

21岁的小张说,高中毕业时接触电子烟,都买价格便宜的一次性电子烟。上大学后开始接触稍好的电子烟,价位在1000—3000元不等。在小张看来,严格把控电子烟产品的质量,比禁止更有效。“电子烟质量参差不齐,低质量电子烟对肺不好。这个价位的电子烟有烟雾增大的效果,抽起来更过瘾。”对喜欢在网上购买电子烟的小张来说,“网上的口味比实体店更丰富,最爱的还是可乐味和罗汉果味。”

没有充足证据表明 电子烟有助于戒烟

电子烟以“新鲜体验”“健康无害”“帮助戒烟”等“优势”成为卖点。乐山市爱卫会办公室相关工作人员表示,目前还没有充分科学证据说明电子烟可以帮助戒烟,世界卫生组织也不建议将电子烟作为辅助戒烟工具。

2018年8月,国家市场监督管理总局、国家烟草专卖局下发的相关通告指出,大部分电子烟的核心成分是经提纯的烟碱即尼古丁,尼古丁属于剧毒化学品,未成年人呼吸系统尚未发育成型,吸入此类雾化物会对肺部功能产生不良影响,使用不当还可能导致烟碱中毒等多种安全风险。数据显示,美国作为世界上最大的电子烟消费国,目前已经出现了1888例与电子烟相关的肺病案例,相关的死亡人数达到了37人。

“只要含有尼古丁的产品,都是对健康有害的,无非是换了个方式存在而已。”电子烟一般会添加丙二醇、甘油、香料等添加剂,有些还会添加咖啡因、大麻等未知成分,这些添加剂除加热后会产生有害物以外,还有许多尚不明晰的危害。乐山市中医医院肺病科主治医师朱建伟告诉记者,电子烟通过加热、雾化技术让有害气体直接进入体内,导致人体快速吸收。随着使用量的积累,轻则导致中枢神经产生兴奋,重则心律失常、甚至休克。“为了迎合消费者口味,商家将电子烟制作成不同口味,而这些口味都是化学物质,无疑是有害的。”电子烟容易通过时尚的方式诱导青少年吸烟。此外,电子烟的不安全性也会对青少年健康行为习惯造成影响。

“三无地带”呼吁明确立法举措

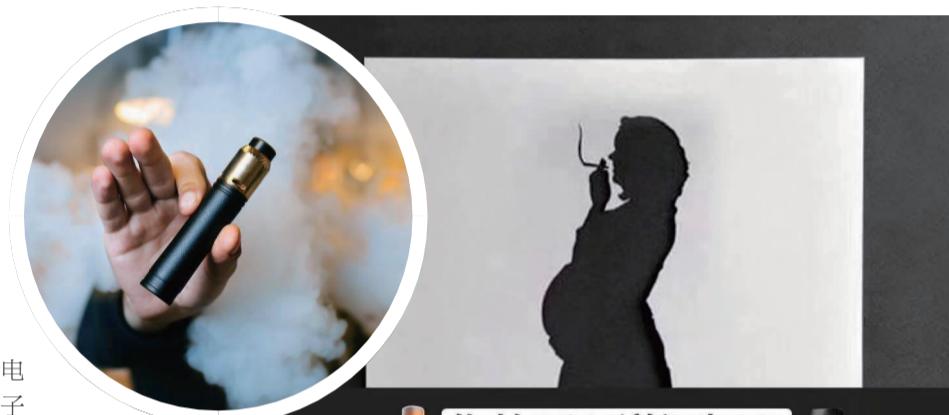
电子烟作为传统烟草制品的补充,其自身存在较大的安全和健康风险。在原材料选择、添加剂使用、工艺设计、质量控制等方面存在隐患。部分产品也存在烟油泄漏、劣质电池、不安全成分添加等质量安全隐患。市烟草专卖局专卖部门负责人坦言,一直以来,电子烟行业都处于没有监管、没有生产标准、没有安全认证的“三无状态”。

随着电子烟近年来的快速发展,“三无”情况和高额利润也衍生出电子烟市场良莠不齐,向未成年人兜售等乱象。据该负责人表示,目前,已在城区中小学周边商店、超市等店铺进行通告的宣传和警示,并对互联网推广和销售电子烟行为进行监测、劝阻。接下来,将加

正在读高一的诗琪告诉记者,早在一年前就开始偷偷地抽香烟了。听说电子烟可以戒烟,就打算用它来代替香烟。“使用一个月后觉得还不错。款式多样、口味丰富,在朋友面前抽电子烟也特别新潮。至此以后就没间断过对电子烟的使用。”诗琪坦言,身边使用电子烟的同学,部分是通过自己的渠道购买。“有时大家还会分享一些新的口味,觉得好抽的品牌就会推荐给想要买的朋友。”

不少电子烟使用者表示,是看到广告中“可以帮助戒烟”“健康无害”等宣传后才入手电子烟。实际上,据世界卫生组织最新发布的《2019年全球烟草流行报告》指出,电子烟无疑有害,不仅有尼古丁,还有其他一些有害物质,对健康的长期影响尚不明确。没有充足证据表明电子烟有助于戒烟。

乐山市烟草专卖局专卖部负责人表示,由于购买电子烟的消费者大多是年轻人,该群体认为电子烟代表前沿的时尚潮流文化。加之部分电子烟在宣传中过于夸大,例如不含焦油,比卷烟安全,对戒烟有效等,促使电子烟在年轻人中越来越流行,存在健康威胁。



强与相关部门协同配合,保护未成年人免受电子烟的侵害。“国家层面应立法监管电子烟,不仅要从禁止使用电子烟的区域和场合加以规范和控制,还需从源头严管严控。”

目前,世界范围内已有很多国家全面禁止或严格限制电子烟销售。有明确立法或正式宣布禁止销售电子烟的国家(地区)已超过40个。在我国,自今年以来,深圳、成都等地也修改了控烟条例,将电子烟列入控烟范围。不少业内人士呼吁,立法机关和监管部门需对电子烟的法律定义和生产标准进行明确,指导电子烟厂商和经销商有法可依。相关部门可建立对购烟者年龄的识别机制,区别对待成年消费者和未成年人消费者。



《蜀绣大地》

川江如画 花雨满天 大型诗乐舞《川江花雨》在乐成功演出

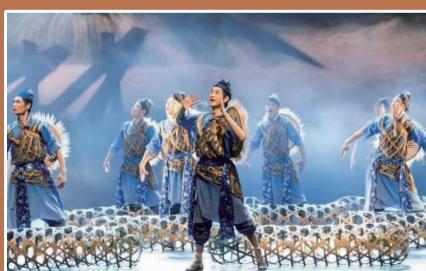
■本报记者 谭 莉

激越的鼓声仿佛历史的足音，将两千多年的尘埃抖落，巴蜀文化如同一幅波澜壮阔的画卷，生动地在观众面前徐徐展开……为庆祝新中国成立70周年，11月27日、28日晚，由四川省歌舞剧院出品，北京阳光艺术团演出的大型诗乐舞《川江花雨》在乐山大佛剧院精彩上演。整台演出以光辉灿烂的古蜀文明为背景，精彩呈现川江流域千姿百态的人文风情和壮丽恢弘的历史画卷，生动展现巴蜀儿女坚忍不拔的奋斗精神和生生不息的文化传承，为庆祝新中国成立七十周年华诞献上了一首历史悠久、岁月流芳的川江之歌。

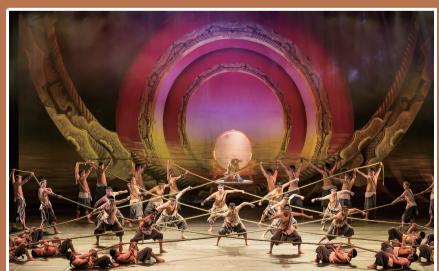
27日晚7点半，《川江花雨》在乐山的演出大幕正式拉开。舞台上大大的太阳神鸟标识，在现代灯光的照耀下，神秘而又绚烂。随后，紧凑激昂的鼓声密布，开场舞《川江号子》的序幕就此拉开。当气势磅礴的川江之水扑面而来，伴着一声声高亢的号子，顶天立地的是一群坚韧不拔、齐心协力的纤夫群像。灯光暗下，再明，群舞《太阳神鸟》接踵而至，女舞者身着彩衣，化身为美丽的神鸟，飞临古蜀大地。



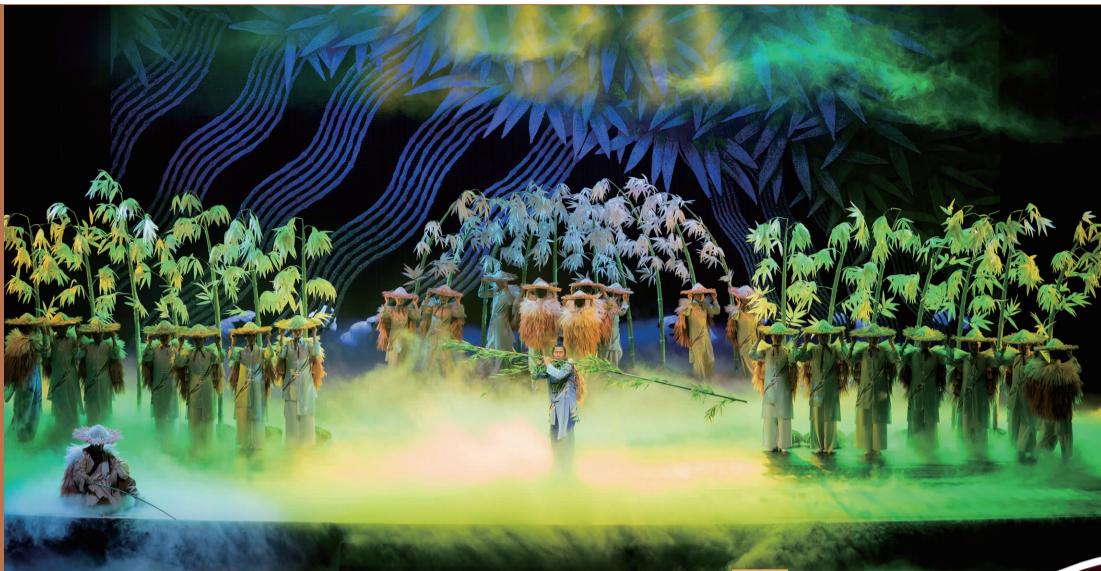
《太阳神鸟》



群舞《都江春水》



《川江号子》



受访单位供图



乐舞《蜀宫乐宴》



《雪竹浅吟》

随后而来的群舞《都江春水》，演员手拿竹编笼再现了都江堰水利工程的修建故事；乐舞《蜀宫乐宴》里，演员们身着汉唐服饰，伊人楚楚，瑟瑟婀娜。还有男子群舞《百桨争流》《天地酒歌》、诗乐舞《天府诗韵》、女子群舞《花重锦官》《蒙山顶上》《宽窄烟雨》，民族舞蹈《黄杨扁担》《锦里趣玩》，器乐演奏《雪竹浅》，群舞《大地婚礼》，花雨满天，川江如画。最后，当主题歌《川江花雨》响起，观众瞬间沉浸在四川的美好画卷中。

此次演出充分运用现代舞台技术，融合历史与现代、浪漫与现实的艺术形式和表现手法，编排新颖、内容丰富，在恢宏的音乐与多彩的舞台效果中，将三星堆神秘的青铜面具、金沙遗址精彩绝伦的太阳神鸟、出师表上壮怀激烈的斑驳字迹等传承千年的文化印记，凝聚成一个个可歌可泣、感人至深的历史瞬间，书写出一部荡气回肠、激情豪迈的天府文化史诗。

据悉，本次演出中的演员并非专业舞者，阳光艺术团也非专业演出团体，而是一支民间公益性艺术演出团队。团队成立于2006年，成员以退休中老年朋友为主，他们中年龄最长的70岁，最小的57岁，其中有工人、教师、企业家、癌症患者，有的还是残疾人。他们以对生活的无限热爱，对理想信念的不懈追求，满怀初心、自强不息，在“知青精神”的激励下，团结凝聚在一起，在团长郝英女士的带领下，致力在新时代迸发生命新的价值，积极通过各种民间公益文艺演出，创造快乐，享受快乐，传播快乐，让生命在阳光中燃烧，让阳光在生命中灿烂，努力传递健康乐观的精神正能量，着力展现灿烂多姿的时代新风采。

“10年来，阳光艺术团先后走进大学和军营，与解放军和大学生联欢，并先后在北京、天津、海南、云南、上海、山西、重庆、新疆、哈尔滨、大庆、大寨等地以及香港、台湾地区，美国、俄罗斯进行公益慰问演出，深受观众欢迎。”阳光艺术团相关负责人介绍。

第二届四川(乐山)中医药博览会 暨2019中医药产业扶贫大会举行 共探中医药发展新态势

11月24日,为期3天的第二届四川(乐山)中医药博览会暨2019中医药产业扶贫大会落下帷幕。相比于第一届药博会,本届药博会采用“展览+会议+体验区”的形式,构建起“中医药产销贸易对接平台”,着力打造四川中医药产业新名片。

■本报记者 杨莹文/图

首个“三位一体”中医药行业盛会

11月22日上午,第二届四川(乐山)中医药博览会暨2019中医药产业扶贫大会(以下简称“药博会”)在乐山市峨眉山市四川国际旅游交易博览中心开幕。世界中医药学会联合会副会长兼秘书长桑滨生,中国扶贫开发协会会长袁文先,省扶贫开发局党组书记、副局长向此德出席开幕式。市委副书记、市长张彤在开幕式上致辞,市委常委、副市长胡强主持开幕式。市人大常委会副主任张旭东、副市长廖克全、市政协副主席刘淑玉出席开幕式。

张彤指出,近年来,乐山把中药材产业作为推进产业扶贫、助力脱贫奔康的富民产业来打造,建成中药材种植基地35万亩,涌现沐川黄白姜、金口河乌天麻、沙湾黄连等国省级标准化示范基地4个,带动当地群众依托中药材产业甩掉了“贫困帽”,走上了“小康路”。全市上下围绕“产业强市”,着力构建中医药现代产业体系,全市中医药及关联产业产值已突破100亿元。“乐山将借助药博会平台,与中外药企药商一道,在展示交易、投资洽谈、文化交流中寻求拓展互利共赢新空间,为高质量打赢脱贫攻坚战,更好满足人民美好生活新期待,为建设健康中国贡献更大力量。”

药博会期间,300余家参展商、上千名中医药界专业人士共襄盛会。记者走进四川国际旅游交易博览中心看到,展馆分上下两层,一层为乐山企业展区、中医院展区、中恒乡村医生义诊区、乐山名中医义诊体验区;二层为药博会会议区、采购贸易对接区等。展馆内还开展了中医特色疗法体验、中医保健养生展示、名中医义诊、中医流派传承论坛等系列活动。大家亲身体验,感受着中医药文化的独特魅力。

药博会展览面积共2万平方米,设有“三区三州”中药材扶贫展区、道地药材展区、中医药品牌展区、中医药诊疗与康养展区、国际展区、乐山特色展区六个主题展区。相比于第一届药博会,本届药博会以“中医药+”为核心,覆盖中医药全产业链。为了解决中药材实际销售问题,采用了“展览+会议+体验区”的形式,构建起“中医药产销贸易对接平台”,着力打造四川中医药产业新名片。



凝聚中医药发展共识

本届药博会从11月21日持续至11月24日。围绕“中医药产业扶贫”,设置了“精准扶贫?中医药在行动主论坛”、“中医药产业扶贫贸易展”、“中医药产业扶贫大会”主题论坛等展览及活动,实现扶贫的精准对接。在开闭幕式上进行了“乡村E康工程”——中恒乡村医生培训项目赠书仪式。同时,成立了中医药展会联盟。该联盟成员机构代表包括四川(乐山)中医药博览会、湖南中医药与健康产业博览会、全国老年健康产业博览会、武陵山(怀化)国际健康产业博览会、内蒙古通辽蒙医药博览会等,它们将携手打造中医药产功效超级平台,促成更多的双边、多边合作。

据悉,此次乐山签约项目25个,揽金3375亿元。(投资类项目7个,协议金额28.5亿元;交易类项目18个,协议金额5.25亿元。)活动现场,乐山市作了投资环境推介,内容涉及文旅产业、工业产业、农业产业、中医药产业等。这些项目将进一步助力乐山中医药扶贫工作,探索中医药扶贫发展新路径、新模式。



不忘初心 勇担使命

市供销合作社联合会 第二次代表大会召开

■本报记者 谭莉 文/图 实习生 张馨月

本报讯 11月21日至22日,乐山市供销合作社联合会第二次代表大会召开。省供销社党组成员、副主任、一级巡视员杨武秀,乐山市政府副市长陈长明出席开幕式并讲话。市政府副秘书长王毅主持开幕式。

眉山市供销社、雅安市供销社相关领导,市级相关部门和单位负责同志,以及市供销社、社属企业、基层社、农民专业合作社和行业协会的正式代表一百余人参加会议。

会议审议通过了《乐山市供销合作社联合会章程(修订草案)及修订情况说明》《乐山市供销合作社联合会第二次代表大会选举办法(草案)》和大会监票人名单,选举产生第二届理事会理事、常务理事,理事会主任、副主任,监事会监事、主任。

市政府副市长陈长明在讲话中充分肯定了近年来市供销社所取得的成绩。他说,市供销社第一次社代会以来,特别是党的十八大以来,全市供销社系统紧紧围绕中央、省委、市委“三农”工作大局,干在实处,走在前列,忠实践行服务宗旨,深入推进供销社综合改革,积极投身脱贫攻坚,各项工作取得明显成绩。供销社组织体系更加健全,市、县两级联合社建制完整,发展新型基层社211家,乡镇覆盖率100%;经营服务体系日益壮大,发展社有企业71家,农业产业化龙头企业12家,农民合作社584个,农民合作社联合社36个,联合会、行业协会9个,惠农会计服务中心6个,农村综合服务社1274个,庄稼医院465个,经营服务网点总数3726个,覆盖100%的乡镇、70%的村;产业扶贫卓有成效,市供销社脱贫攻坚工作连续三年被评为全市先进;经济绩效不断攀升,在全省供销社系统综合业绩考核中,市供销社连续五年获得一等奖。今年上半年,全市供销社系统销售总额35.08亿元,同比增长12.35%;农产品购进总额13.37亿元,增长9.5%;汇总利润1.45亿元,增长10.68%,保持了稳中有进、稳中有增的良好态势。

杨武秀副主任代表省供销社向大会的召开表示祝贺,她指出,这次大会是乐山市学习贯彻十九届四中全会精神、完善供销社治理体系、提升供销社治理能力的重要举措,是乐山供销合作事业迈步新征程、开创新局面的重要里程碑,也是乐山市乃至全省供销社系统的一件盛事、喜事。她在讲话中强调,随着农业农村现代化进程加快、乡村振兴战略深入实施,供销社必须担当更大责任、发挥更大作用。当前和今后一个时期,供销社改革发展、服务“三农”的任务光荣而艰巨。乐山全市供销社系统要深入贯彻落实中央和省委部署要求,在实施乡村振兴战略中贡献力量、彰显价值,不断开创乐山供销合作事业新局面。

会上,市供销社党组书记、主任胡光清向大会作了题为《不忘初心 勇担使命 奋力推进新时代乐山供销合作事业再上新台阶》的工作报告。报告全面回顾乐山供销合作事业34年来所走过的艰难发展历程,客观总结了近年来全市供销社系统改革发展所取得的成就和基本经验,深入分析了当前供销社面临的战略机遇和大好形势,并提出了今后五年,要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻党的十九大、十九届四中全会精神,认真落实中央、省委、市委决策部署,全面融入乡村振兴,加快建成与农民联结更加紧密、为农服务功能更加完备、市场化运行更加高效的合作经济组织体系,打造服务农民生产生活的生活军和综合平台。



市供销合作社联合会第二次代表大会全体嘉宾、代表合影

“温暖包”公益项目是由壹基金和支付宝共同发起的一项针对贫困儿童、留守儿童、灾区儿童定向物资捐赠的一项公益活动。

“壹家人，温暖乐山” 助力儿童健康成长 2019年“温暖包”活动正式启动

■本报记者 汪芯羽 文/图

加入公益大家庭 助力脱贫攻坚

寒风刺骨的冬天，当我们幸福地为孩子挑选过冬衣物时，当我们躺在有空调的楼房里香甜入睡时，你可曾想到在我们的身边，还有这样一群学生，他们有的痛失双亲，命运坎坷；他们有的父母不在身边，家境贫寒；他们有的遭遇天灾人祸，生活艰辛。

这群孩子牵动着我们每一个人的心，为了让这群孩子享有同样的温暖，进一步满足困境儿童在冬季的生活、学习方面的需求，让孩子们温暖迎接新年到来，11月20日下午，由乐山市民政局、共青团乐山市委、乐山市红十字会举办，乐山市未成年人保护中心、乐山市社会组织培育孵化基地乐山善诚志愿者协会承办，壹基金发起的2019年“温暖包”活动在乐山市民政局正式启动。本次活动的主题为“壹家人，温暖乐山”。

乐山市民政局副局长于东旭在活动上发表致辞，于东旭说，要让更多人了解温暖包项目，吸引更多的社会各界爱心人士参与公益，感受公益，助力脱贫攻坚，让儿童感受社会大家庭的温暖，助力儿童健康成长。希望广大志愿者要继续当好志愿服务的引领者，推动志愿服务社会化、制度化和常态化运行，形成具有乐山特色的志愿服务文化品牌。“希望受帮助的孩子们能够正视眼前的困难，发扬‘自尊、自信、自立、自强’精神，树立信心，立志成才，努力把来自社会的关爱化作战胜困难的强大动力，用自己的智慧和双手创造美好的未来。”于东旭说到。



让孩子感受温暖 让人们多些关注

乐山善诚志愿者协会会长曾明忠在活动上介绍了我市2019年温暖包筹集情况。温暖包项目2016年开始在乐山市落地实施4年，4年来乐山多家社会组织参与温暖包筹集，共为乐山地区困境儿童筹集温暖包4910个，价值179万元。

曾明忠说到，“2019年有9家社会组织，20余家企业和商家参与温暖包筹集，共筹集价值53.4万元的1460个温暖包，1460个温暖包将在9个区市县陆续发放，特别是在彝族新年到来之际为彝族儿童送上一份暖暖的新年礼物。”在活动最后，志愿者们现场还为受益儿童穿戴了温暖包内的衣服。

中国特色社会主义进入新时代，发展不平衡不充分的矛盾也更为突出，尤其是民生领域还有不少短板，保障和改善民生的任务依然繁重艰巨。加大社会爱心人士对困境儿童的关注力度，使困境儿童能够得到更多的关心和帮助，也能更好地弘扬“民政为民、民政爱民”的精神。

中国邮政储蓄银行乐山市分行食堂服务人员 外包项目采购供应商公开寻源公告

中国邮政储蓄银行股份有限公司乐山市分行拟就市分行机关以及十个县支行食堂服务人员外包项目进行采购，现对本项目供应商进行公开寻源。

一、经国家行政主管部门合法登记注册，具有有效的营业执照，具有该服务相关资质证明；具有独立承担民事责任的能力；具有履行合同所必需的专业技术能力；在人员、资金、服务水平等方面具有保障能力且有良好的商业信誉；本项目不接受联合体投标。

二、有意参加投标的供应商请于2019年12月2日10:00前持有效的营业执照、法人身份证件、开户许可证等复印件及加盖公

章的近两年财务报表、资产负债表、国家企业信用信息公示系统中企业登记信息页面的打印件、中国执行信息公开网查询供应商非“失信被执行人”信息页面的打印件等资料到邮储银行乐山市分行办公室（市中区柏杨西路266号4楼）报名参加资质初步审核，填写相关供应商登记文件。

联系人：张老师

联系电话：0833-2495580

邮箱：236526014@qq.com

公告人：中国邮政储蓄银行乐山市分行

公告时间：2019年11月28日



“聚变照亮人类未来” ——第一届中国磁约束聚变能大会暨聚变能活动周开幕



国家科技部中国国际核聚变能源计划执行中心主任罗德隆



中共乐山市委副书记、市长张彤



本报讯 11月25日，由中国国际核聚变能源计划执行中心与中核集团核工业西南物理研究院、中科院等离子体物理研究所和中国工程物理研究院共同主办，以“聚变照亮人类未来”为主题的第一届中国磁约束聚变能大会暨聚变能活动周在乐山开幕。

来自国家科技部、中核集团、四川省科技厅、乐山市等单位领导及国内受控核聚变领域的专家、学者、教授等科研院所和企事业代表等1000余人齐聚一堂，共同探讨我国磁约束聚变新形势、新任务、新挑战，为我国核聚变研究建言献策。

开幕式上，国家科技部中国国际核聚变能源计划执行中心主任罗德隆，中共乐山市委副书记、市长张彤，中国核工业集团公司总工程师雷增光、大会组委会主任李建刚、大会组委会主席段旭如致辞并与聚变界代表交流，共同展望核聚变的未来。开幕式由大会主席刘永主持。

学院院长柯崎、副院长王世庆等领导及郦文忠、柳建等相关专家和教师代表参加上述活动。

据悉，第一届中国磁约束聚变能大会暨聚变能活动周为期5天，活动期间将在中国核聚变研究的发源地——成都理工大学工程技术学院举办企业成果展览、高端学术讲座、核聚变主题话剧演出、第八批国家重点文物保护单位——中国核聚变博物馆揭幕仪式以及在乐山市中小学组织开展科普讲座、企业对接等丰富多样的活动同步进行。

第一届中国磁约束聚变能大会暨聚变能活动周是中国首个为我国磁约束聚变科研、工程和企业人员提供的综合性交流平台，每两年召开一次，与国际原子能机构国际聚变能大会(IAEA-FEC)交替召开，成为国际聚变能大会的必要补充。

据了解，大会选择在成都理工大学工程技术学院召开，是因为这里不仅是中国环流器一号——中国第一座人造太阳装置的诞生地，也是中国受控核聚变的摇篮。回顾核聚变发展史，展望核聚变未来路，第一届中国磁约束聚变能大会暨聚变能活动周凝聚着中国磁约束聚变力量，必将进一步提升中国磁约束聚变界的科研技术水平，共筑中国聚变梦。

又讯 11月26日，作为本届中国磁约束聚变能大会暨聚变能活动周中系列活动之一的，第八批国家重点文物保护单位——中国核聚变博物馆揭幕仪式，在成都理工大学工程技术学院举行，国家科技部中国国际核聚变能源计划执行中心主任罗德隆、乐山市人民政府副市长廖克全出席并讲话。他们对成都理工大学工程技术学院建成的中国核聚变博物馆内的中国首座受控核聚变实验装置旧址入选第八批全国重点文物保护单位表示热烈的祝贺。并与中科院院士潘垣、李建刚，中核集团战略咨询委员会委员刘永，核工业西南物理研究院党委书记张必祥、院长段旭如、副院长童洪辉等共同揭牌。

据悉，首座受控核聚变实验装置旧址是中国最早、亚洲最大的开展受控核聚变研究的实验基地。中国环流器一号实验装置是我国自主设计、研制、建成的中国第一座人造太阳实验装置。它于1984年在四川乐山建成，1985年通过国家验收，1987年获得国家科技进步一等奖。它的成功研制和运行，使我国受控核聚变研究由理论跟踪步入了大规模物理实验，跨入了国际受控核聚变俱乐部，为我国在受控核聚变科研领域装置建造和实验手段打下了良好基础。

(袁彬 本报记者 汪芯羽 文/图)

井研中学建校 100 周年总结大会回顾了学校发展历程,展望了井研教育事业美好明天。历届井研中学学子欢聚一堂,参加建校 100 周年总结大会。总结大会期间还举行了文艺汇演、学术报告、廖平经学堂项目开工仪式、县委中心组学习、捐赠仪式、校长论坛等系列活动。



百年栉风沐雨 百年桃李春风

井研中学召开建校 100 周年总结大会

■ 本报记者 文/图



启航新百年 筑梦新时代

11月22日,肇创于1919年的井研中学建校100周年总结大会在井研中学体育场举行,大会回顾了井研中学发展历程,展望了井研教育事业美好明天。历届井研中学学子欢聚一堂,参加建校100周年总结大会。总结大会期间还举行了文艺汇演、学术报告、廖平经学堂项目开工仪式、县委中心组学习、捐赠仪式、校长论坛等系列活动。

井研中学建校100周年总结大会活动以“扬帆百年、启航未来”为主题,共分为“廖平思变·兴学发轫”、“国学儒韵·底蕴深厚”、“岁月如歌·璀璨芳华”、“饮水思源·师恩如海”、“不忘初心·追梦启航”五个篇章。

省政府教育督导委员会专职副主任、省教育厅总督学傅明在总结大会上致辞,1919年肇创的井研中学,其令人肃然起敬的起点、光辉灿烂的办学历程、桃李满园的丰硕成果,足以让每一位井中人感到骄傲与自豪。学校的肇创者中国近代经济学大师廖平,是井研、乐山甚至四川的一张重要文化名片。井研中学的变化,是井研教育、乐山教育发展一个缩影,很好的展现出近年来乐山教育改革发展的精气神。作为四川省又一所百年老校,井研中学要继续坚持贯彻好党的教育方针,落实好立德树人的根本任务,坚持好正确的办学方向,以社会主义

核心价值观引领师生发展,传承文脉、规范办学、开拓创新、再立新功。

出席总结大会的市政府副市长郭捷在致辞中表示,井研中学百年历史光荣、成绩斐然,培育了一大批时代英才,在祖国的大江南北建功立业,也为家乡发展贡献巨大力量。井研全面落实市委、市政府关于教育工作的决策部署,持续加大教育投入,全力支持井研中学创建省二级示范性普通高中。社会人士、井中校友齐心协力、献计献策,帮助学校迁建、扩建,使学校面貌发生了根本变化。今天,莘莘学子汇聚母校共度美好时光、共商教育大计,必将进一步凝聚人心、凝聚力量、凝聚智慧,为井研教育的进步,为井研经济社会发展起到积极的推动作用。

在总结大会上,电子科技大学党委常委、副校长、博士生导师胡皓全代表历届井中校友致辞;在此期间,国内众多高校纷纷发来贺信,北京大学中文系教授、长江学者特聘教授、北京大学中国古文献研究中心主任廖可斌先生上台宣读北京大学发来的贺信。同时还举行捐赠仪式,四川大学教授、中华孔子学会副会长《巴蜀全书》编纂组代表舒大刚教授现场捐赠《廖平全集》和《廖平著述考》;冠衡、艾格助教助学金捐赠方共同向母校捐资助学助教金100万元。

廖平经学堂开工建设 打造井研文旅新名片

据悉,作为井研中学总结系列活动的重要内容,廖平经学堂开工建设仪式,于11月22日上午在井研研溪湿地举行。

井研中学于1919年由中国近代经济学大师廖平先生与鄢奉宣先生创办,学校沐“五四”新风而生,续中华国学而立,立校伊始就注入变革图强、与时俱进的思想文化基因。廖平先生一生研治经学,勤于著述,成果斐然,享誉四海,创立了“孔经天下合发圆融”的经学哲学思想,是中国近代最著名的经学大师,“廖平吃墨”“书痴”等故事传唱至今。

据了解,廖平经学堂以追寻井研历史和文化为出发点,结合研溪湿地开发利用,将山水资源、公园功能,以园林的方式与经学传承完美融合。廖平经学堂由四部分组成,它们分别为:斑澜岛、人文岸、活力湾和画韵岛,它们将带来妙趣自然天地,盎然鸟语花香,散发活力魅力,传承井研光辉,汇聚人文气息……

廖平经学堂作为井研激活人文产业、擦亮创响井研文化品牌的关键一环,是井研发展“道口经济”“客房经济”,打造成都南拓进入乐山的首宿之地,把廖平经学堂打造成为文旅项目精品典范,进一步讲好井研故事,打造“文旅融合新名片”,为乐山建设世界重要旅游目的地贡献井研力量。

出席当日开工建设仪式的有市县两级领导、学术界特邀嘉宾以及县级有关部门和乡镇的主要负责人。



乐山市卫生健康委员会
乐山市健康教育协会

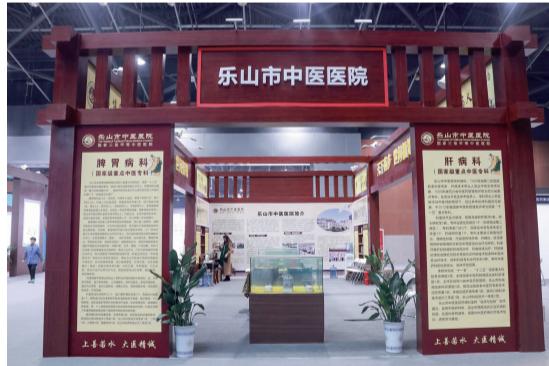
协办

11月22日上午,第二届四川(乐山)中医药博览会暨2019中医药产业扶贫大会在乐山市峨眉山市四川国际旅游交易博览中心正式开幕。本届药博会以“中医药让生活更健康”为主题,坚持以“中医药+”为核心,覆盖中医药全产业链。为解决中药材发展中遇到的问题,创新采用“展览+会议+体验区”的形式构建“中医药产销贸易对接平台”,着力打造四川中医药产业新名片。



传承大师思想 弘扬国医文化 杏林大师共话中医流派传承

■本报记者 汪芯羽 文/图



杏林大师论道师承 开启嘉州中医新篇章

中医师承在中医发展史上起着举足轻重的地位,现在的中医成就和荣耀,就发展的轨迹而言,中医师承有着较大的作用。11月23日,在本届药博会召开之际,“传承大师思想 弘扬国医文化”中医流派传承论坛举行,6位杏林大咖齐聚一堂共话流派传承,探讨国医发展文化。本次论坛由乐山市中医医院党委书记、院长王青松主持。

乐山市卫生健康委主任、市中医药管理局局长夏玲在论坛上致辞中表示,此次论坛让全国各地优秀的中医学术流派、名医大家们共聚一堂,共同探讨中医流派发展方向、展示了传统中医的精粹。希望中医药人团结一心、砥砺奋进,坚定中医文化自信,坚定中医理法方药自信,坚定中医临床疗效自信,坚决贯彻习近平总书记在全国中医药大会上的重要指示,遵循中

医药发展规律,传承精华,守正创新,加快推进中医药现代化、产业化,推动中医药事业和产业高质量发展,推动中医药走向世界。

乐山市中医医院党委书记、院长王青松在活动现场说到,希望各学术流派以会结缘,以传承发展中医药临床经验和文化为主导,推动中医药人才的培养,促进名老中医学术传承,为祖国医学的发展注入强大动力,为中医学流派传承创新打开新局面。

在论坛中,嘉州脾阴流派代表性传承人、全国名老中医师承指导老师、享受国务院特殊津贴专家、乐山市中医医院主任中医师汤一新,三江伤寒学术流派代表性传承人、全国名老中医师承指导老师、四川省第二届“十大名中医”、乐山市中医医院主任中医师刘方柏先后在活动现场发表了《嘉州脾阴流派的传承与发展》、《三江伤寒学术流派的传承与发展》的演讲,与钟氏骨科流派代表性传承人、全国名老中医师承指导老师、四川名中医钟友鸣,南京中医药大学江阴附属医院教授顾国龙等省内外杏林大师一起,共话中医流派传承与发展。

据悉,一直以来,乐山中医名家辈出,此次参与论坛的刘方柏、汤一新、钟友鸣都是乐山乃至全国知名的中医名家。流派论坛上,三位杏林大咖与省外专家学者共同探讨中医流派传承,也对乐山的中医事业产生非常积极的影响,促使乐山在全国的中药体系和中医体系的知名度得到大大提高,对开启嘉州中医流派有着有力的推动和促进作用。

多维度扩大中医影响 为健康保健护航

在本届药博会上,市中医医院携中医特色医药亮相展会,以“名医、名科、名院”为重点,全面展示了中医药文化之美,包括中医特色疗法体验、中医保健养生展示、名中医义诊等系列活动,让嘉宾们体验和交流中医药文化,感受中医药文化的独特魅力。

11月22日,药博会现场,全国名老中医刘方柏、汤一新,四川省名中医苏昌田、张永忠、熊维美、罗骏等国家、省、市级名老中医专家联袂出诊,诊治范围涵盖呼吸科、内分泌科、肝病科、脾胃病、疑难杂症、妇科、老年病科、针灸等临床学科,从上午9时起,义诊现场就排起长龙,众多市民等候接受中医专家把脉问诊。老中医一边仔细询问病人的基本情况,一边耐心地为病人把脉,免费为大家开药方。

周大妈咳嗽了半个月,输液也不见好。听说老中医义诊,一早就和老伴赶到药博会等候。从乐山赶来的王大爷肠胃不好,听说擅长脾胃治疗的主任中医师汤一新免费义诊,早就在现场守候。

这次活动也为老百姓提供了一次近距离接触中医、感受中医、了解中医的机会,进一步弘扬了中医药文化,让越来越多的人对中医药有所了解和认同,为中医药事业发展营造良好的社会氛围。

除此之外,在药博会现场,市中医医院还带来了中医技术展示、养生保健操表演等活动安排。在以健康为中心的时代,市中医医院也会加大中医药对健康养生的宣传,让大家树立正确的健康观念、就医观念,也让老百姓掌握科学的养生、健身方法,从而提升抵抗疾病的能力。目前,医院在健康宣传进社区、进学校、进机关、进企业等不断努力着,扎实地把乐山的中医传承好、发展好,让中医药更好的为乐山老百姓的健康保驾护航。

草堂高中:举办新高考背景下的专项培训

11月22日,乐山市高中学校的近200名语文老师齐聚草堂高中讲学厅,共同聆听来自北京的专家——全国高考命题组成员、北京教科院语文兼职教研员、北京四中语文高级教师连中国老师就新高考背景下高中语文阅读与写作教学所作的专题培训。本次活动由北京四中网校乐山校区的校长张睿主持,市教科所所长许泽能、草堂高中邹萍副校长发表了讲话。

上午的培训对象主要是高中语文老师。围绕如何推动整本书的阅读这个主题,连老师从“怎么读”、“读什么”、“读出什么”、“读书兴味”、“读书方法”、“反复关联”、“逼近作品”、“宏微关照”、“资源整合”这三个维度与六个问题方面展开了论述。下午,连中国老师又以草堂高中网班的所有同学为授课对象,进行了一场针对高考作文写作的讲评。

在全天的培训活动中,连中国老师滔滔不绝,妙语连珠,旁征博引,引经据典,角度犀利,参训的老师和同学们听得津津有味,如痴如醉。一天的时间眨眼就过去了,在这有限的时间内,连老师开启了大家无穷无尽的梦想,令在座的老师和同学都回味无穷。 (万锋)

外小:青年教师粉笔字比赛展开

近日,乐山市外国语小学新城校区教师成长课堂之青年教师粉笔字比赛活动展开。参赛选手为全体青年教师,采用大众评审和小组评审结合,评选出一等奖3名,二等奖5名。

三笔字是教师的基本功,其中粉笔字尤为重要。青年教师在日常生活中积极主动参加粉笔字沙龙活动,面对困惑,青年教师不断请教,不断练习,提升自己的粉笔字书写水平。在本次比赛中,青年教师们从容自信,专注书写,一笔一画、一字一句中无不透出专注,老师们展示自己,尽情发挥,充分展现了我校青年教师的精神风貌和个人才华。

比赛结束后,青年教师们就如何提高粉笔字书写水平进行相互请教与合作探讨。 (李芳)

市实幼:开展交通安全知识教育活动

近日,乐山市实验幼儿园邀请了乐山市交警大队的民警来园,与孩子们一同开展了“交通安全我知道”为主题的交通安全知识教育活动,引导孩子们安全出行,文明乘车等安全知识。通过活动,孩子们掌握了简单的交通规则,过马路走人行道、上下车排队不拥挤……并表示要将学到的交通知识回家告诉爸爸妈妈,让我们每一个人都争做文明出行人。

此外,幼儿园家委会成立交通文明督导组,轮流值班值岗配合幼儿园与交警,规范幼儿园门口车辆停放秩序,组织家长有序接送孩子。园方呼吁,校园周边交通整治是一项长期的工作,需要大家的支持配合,让我们共同为孩子们创造安全出行的交通环境。 (李迪)

市中区中医医院:加快继承发展中医药事业 助力健康中国



11月22日至23日,第二届四川(乐山)中医药博览会在峨眉山市举行。来自乐山市中区中医医院的中医骨伤科专家、全国名老中医指导老师——钟友鸣教授在大会上做《钟氏骨伤科传承与发展》的精彩演讲,各市区主要领导和各中医医院的院长到会并祝贺。来自市中医界的医务人员约1000余人参加本次会议。市中区中医医院的书记高红军说:“要加快继承发展中医药事业,更好地发挥中医药特色优势,助力健康中国,更好地保障广大人民群众的身体健康。” (阳阳)

新华保险:2020年校园招聘举行

“新青年 新华young”新华保险乐山中支2020年校园招聘先后在11月的乐山师范学院毕业生双选会及宣讲会举行。11月22日上午九点,乐山师范学院2019届毕业生校园大型双选会如约而至。学院桂花广场却已热闹非凡,近500家企业与近4000位毕业生们相互选择。毕业生们冒着严寒,身着正装,手持自己精心准备的求职简历穿梭在人群中,积极与招聘人员交流,主动了解用人单位的情况。相比各类培训学校,保险行业的招聘展位较往年有大的转变,不再是无人问津,特别是我司在过去三年持续与政法学院的深度合作,通过下沉宣讲会到学院,优秀校友参加实践周授讲和多种形式的校企论坛使政法学院毕业生们主动找到新华保险展位咨询招聘事宜,并表达出强烈的加入意愿。



继11月22日乐山师范学院毕业生双选会后,11月25日晚应乐山师范学院政法学院领导邀请,乐山中支培训部优秀的白峰老师代表公司参加学院实践周活动,现场为劳动与社会保障专业的大二40余名学子们带来《保险守护幸福人生》为主题的保险知识宣讲。期间,白老师利用丰富的保险案例和理论知识深入浅出的结合,形象生动地与在坐同学们互动交流,让同学们加深所学知识的同时也认识了新华保险和校园招聘内容,为新华保险注入新生力量奠定了坚实的基础。

通过此次乐山师范学院双选会及政法学院宣讲会,检验并肯定了乐山师范学院政法学院与我司校企合作的成果,也为我司在未来进一步进行校企合作树立了信心,我们坚信持续不断地做好校招宣讲铺垫,定会达到学校、企业、毕业生三方共赢。 (明再年)

万丰车业:自驾游拓展活动暨CS55plus上市品鉴会举行



11月23日,初冬的太阳刚好照射在顶高山下荔枝湾旁的63号自驾营地,一场由长安汽车乐山万丰车业4S店组织的“情暖秋冬 我们是一家”自驾游拓展活动暨CS55plus上市品鉴会上正在举行,来自全市各地的数十名万丰车友们齐聚一堂,将这个冬日烘托的无比温馨暖和。

活动一开始,身披红盖头的CS55plus在现场观众的瞩目下,缓缓揭开了真实面纱,年轻智色SUV CS55PLUS继承CS家族优秀基因和价值理念,以品质出击,抓住年轻人的心,官方指导价9.19万元-11.49万元,较为亲民的价格区间。CS55plus的设计沿袭“御岳生命动感”设计理念,高光层云前脸造型、流光动线车身,以及18寸5辐锋影焕光轮毂的相融配合,让整车在视觉上极具动感。IACC集成式自适应巡航系统、360°可录制高清全景影像等众多“黑科技”提供全方位安全保障,支持40余种场景的TINNOVE智能系统,通过场景化功能服务,满足年轻用户对娱乐与实用的双重需求,加之1.5T发动机+第三代爱信6AT动力组合,瞬间俘获了现场不少人的心。

除了上市品鉴活动外,主办方特意安排了的拓展训练和自驾体验,为这个冬日的周末,带来了不少欢笑。 (小双)



嘉州生活美学 和合艺术与乐山本土企业跨界合作

和合艺术上新啦！



1、和合艺术&古坊墨阁

造字术作为中国四大发明之一，最早可追溯到距今几千年以前，而夹江竹纸凭借着自身独特的造字工艺和地理因素一直备受亲睐。和合艺术空间在推广弘扬传统文化，保护乐山本地的非遗产业上不遗余力。



2、和合艺术&嘉州绣

嘉州绣是中国四大名绣之一“蜀绣”的一个重要门类，迄今为止，已有2000多年的历史。绣娘巧手匠心，用一针一线突显艺术的质感和立体感。和合艺术空间里展售嘉州绣的各类刺绣作品，还可以上手刺绣，欢迎来体验。

3、和合艺术&三合香堂

香文化在中华大地上历史悠久，是华夏文明的象征，它与茶文化、插花文化并称为中国的三大文化现象。华夏文明自上古起，就有熏燎祭祀的传统，宋代丁谓《天香传》中记载：“香之为用从上古矣”。

来和合艺术空间，焚一炉香，与岁月共老，以静中成友，得尘里偷闲。



经 营 范 围

日常展陈的艺术作品 / 茶艺术品鉴 / 艺术类产品的售卖、租赁 /
定期开展艺术、人文、学术类的展览及活动 /



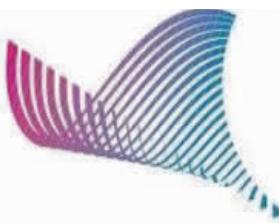
乐山头条 | 最懂你的公众号

乐山城市生活 “海底捞”

- 城市生活 •
- 文化旅游 •
- 城市休闲 •



长得好看的都关注了呢



科 普 中 国
CHINA SCIENCE COMMUNICATION

乐山市科学技术协会主办

科普周刊

让科技在生活中流行

2019年11月28日 编辑:汪芯羽 版式:赵霜琪

22

热 点

冬季来临 吃火锅时千万注意这件事！ 一男子竟因此感染寄生虫

已经有很多地方下雪了，要说下雪跟什么最配，当然是热气腾腾的火锅了，吃一顿让人神清气爽，浑身暖洋洋。

可是最近有个关于火锅的新闻刷屏，非常吓人。一位46岁男子在吃了火锅后，半夜口吐白沫、肢体抽搐，医院检查后发现脑子里长满寄生虫。

大家都知道这寄生虫长在肚子里都会让人很不舒服，要是活虫长在脑子里……细思恐极！新闻中提到病人得的是脑囊虫病，涮个火锅而已，寄生虫怎么会跑到脑子里呢？在火锅里涮什么会得这种病？

下面这些都是你想知道的。

脑囊虫病是一种什么病？

脑囊虫病也称囊尾蚴病，是猪绦虫的幼虫寄生于脑、脑膜、脑室内引起相应神经功能障碍的疾病。

这些绦虫卵发育成幼虫即囊尾蚴，经消化道穿透肠壁后，进入肠系膜静脉，可以随血液循环到达脑组织，分布于不同的部位，引起各种脑组织损伤。

当虫体存活时，会导致周围脑组织炎症反应

当虫体死亡后，脑组织周围的炎症反应会加剧，出现神经细胞、粒细胞、淋巴细胞与浆细胞浸润及纤维增生，引起各种病理变化。

脑囊虫病与癫痫关系密切，也是一种常见的严重危害中枢神经系统的寄生虫疾病。在我国主要流行于东北、华北地区。

那么，人是如何感染脑囊虫病的？



脑囊虫病是如何传播的？

脑囊虫病属于食源性寄生虫病，也就是“虫从口入”，可在人和猪之间交叉感染。

脑囊虫病的感染途径有两种：

一种是自身感染，由于吃了含有猪肉绦虫囊尾蚴的病猪肉，感染绦虫，再引发囊虫病；

另一种是异体感染，是由于食入被绦虫卵污染水源、蔬菜、瓜果等不洁食物而感染。

显然，脑囊虫病是不会通过人传染人的，如果家里有病人也不用担心传染。那么，脑囊虫病真的会通过火锅传播吗？吃火锅真的会得脑囊虫病吗？

事实上脑囊虫病的“罪魁祸首”并不是火锅，而是错误的吃法。有的人吃火锅，把生的牛、羊肉和生鱼片在锅里稍微涮一下，半生不熟就下肚了。

这样夹杂在肉中的囊尾蚴不容易被杀死，就可能导致脑囊虫病。脑囊虫病的症状和危害比想象的要严重得多。

脑囊虫病都有什么症状和危害？

脑囊虫病可分为脑实质型、脑室型、脑膜型及混合型。根据囊尾蚴寄生部位

的不同和数量的多少，临床表现也各不相同。

癫痫发作：高达80%脑囊虫病患者有癫痫频繁发作的症状。

颅压增高：表现为头痛、呕吐、视物不清楚等。

精神障碍：部分患者可表现为头痛、头晕、记忆力减退、甚至出现意识模糊或类躁狂抑郁精神病患者表现。

脑干刺激症状：头部剧烈活动时可出现眩晕、呕吐、晕厥，部分患者可出现失明、幻听等症状。

脑囊虫病约有50%~70%的患者中枢神经系统受累，进入大脑的囊虫容易引起脑膜粘连增厚而阻塞脑室孔，产生梗阻性脑积水、脑室扩大。晚期有可能导致脑萎缩、颅内高压、脑疝等严重后果。脊髓中的囊虫可引起压迫症状导致感觉、运动障碍。

如果及时就医，经过驱虫以及脑保护等药物治疗或手术治疗，一般可以治愈。如果治疗不及时或不正规，患者可能由于脑疝导致死亡。

脑囊虫病这么可怕，该如何预防呢？

脑囊虫病大多是病从口入，预防的关键是养成健康的饮食习惯。

1、尽量不吃生的或不熟的鱼、肉、虾、蟹等，烹调时一定要洗净后加工做熟后食用。

2、生食和熟食的砧板、刀具和容器要分开。

3、餐前便后洗手。

4、不要食用来源不明的肉类和海鲜产品，猪肉在零下12-13°C的条件下冷冻12小时后可以杀死囊尾蚴，因此，建议到正规超市或肉店购买检验检疫合格的食材。

5、不喝生水。

毕竟没有火锅的冬天是不完整的，那么吃火锅时该注意些什么呢？

应该如何正确吃火锅？

充分煮熟。生肉或生鱼片不能涮一下就吃，要充分煮熟，一般在100°C下煮5-10分钟即可杀死寄生虫。

注意食材。喜欢吃日料、追求新鲜生食的人群一定要注意食材的来源，拒绝购买没有渠道证明的摊贩产品。

餐具分开。使用专筷，避免生熟食相互交叉。

所以吃火锅没事，关键的是吃火锅的方式，虽然肉煮老了会影响口感，但为了健康还是尽量吃熟的吧。

健康

“早饭不吃、晚饭猛吃”这些坏习惯你有吗？



由此可见，积极调整生活状态，养成健康的饮食习惯很重要，建

现代年轻人工作繁忙，“早饭不吃、晚饭猛吃”是已成为不少上班族的饮食方式。殊不知，省略早餐可能会伤胆，晚上吃太多可能会导致夜食综合征，都会危害身体健康。

那么，什么又是夜食综合征呢？夜食综合征是指晚饭和宵夜的卡路里摄入量占到一天卡路里摄入量25%以上的情况。一旦患有夜食综合征，那么即使是在半夜醒来，也会想吃什么就去吃什么。如果养成习惯，将易患跟肥胖相关的一系列疾病。

议日常可以注意以下几点：

1. 吃早餐。一日三餐规律饮食可以促使胆囊定时收缩、排空，减少胆汁在胆囊中的停留时间，防止形成结石。

2. 试着提早吃饭的时间。如果可以的话，睡觉2小时前内不要吃东西。

3. 控制体重、合理饮食。肥胖更易导致胆结石的发生，所以要避免高脂肪、高热量的饮食习惯，多食用纤维素丰富的食物，改善胆固醇代谢，这样有助于预防结石的形成。

此外，如果因特殊原因不得不吃夜宵加餐，则需注意这些问题：

1. 在食物的选择方面，应尽量避免食用对胃肠道产生较重负荷的食物，如高蛋白、煎炸类食物；建议选择粥、面、麦片等清淡食物。

2. 要注意控制夜宵食量，不宜吃得太饱，否则会给胃肠道带来明显负担，引发一系列健康隐患。

3. 要注意控制吃夜宵的时间，不宜吃完了马上就睡。

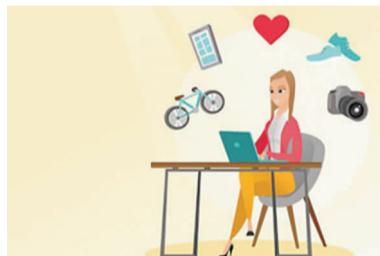
一看网红直播就想买，如何控制购物欲？

购物平台直播间有多疯狂？几万件库存量的商品，只需要几秒钟就能卖到下架。据说，没有任何一个女生能够抵挡得住某网红的推广，一听到“所有女生！”“OMG！买它！”就会不自觉地下单付款。近两年，“网红直播带货”越来越火爆。在前不久结束的“双十一”混战中，交易额突破亿元的淘宝直播间超过10个，千万级别的则超过了100个。那么从消费者的角度来说，一看网红直播就想买，究竟是网红们的魔力太大？还是你控制不住自己的购物欲？

为什么总是忍不住“买买买”？说到底，还是冲动购物的心理在作祟。很多人不停地“买买买”，都是出于这类心理：“这个东西我可能用得着”、“东西很便宜，不买就吃亏”或者“别人都买了，我也要买”等等，由此购置了一大堆自己根本用不着的东西。他们享受的不是商品本身，而是下单那一刻心理欲望得到满足的购物行为。本质上，这是一种非理性的消费行为。

那么，如何控制购物欲？第一，购物之前一定要明确自己的需求。不妨给自己几秒钟时间，想清楚这些问题：这件商品有用吗？我需要使用它吗？我使用它的概率有多高？它适合我吗？第二，给自己设置一定的购物限额。盯紧钱包，及时记账，约束自己的消费行为，避免无意义、无价值的支出。第三，转移注意力。心理欲望的满足可以通过其他途径来实现，比如外出游玩、和朋友聊天或者培养一定的兴趣爱好等等。

需要指出的是，如果你的购物欲已经严重威胁到基本的日常生活、工作和社会活动，并因不合理的购物欲望而负债累累，达到失去理智、精神异常的地步，就要警惕是否患上了心理疾病。如果出现这类症状，要及时到专业机构寻求治疗，避免悲剧的发生。



【用药误区】盲目相信 OTC 认为没有副作用

相对于处方药而言，非处方药有较高的安全性、不易引起药物依赖性、耐药性或耐受性，也不易在体内蓄积，不良反应发生率低。但非处方药本身也是药，不是绝对没有不良反应。

据楚天都市报报道，女白领被蚊子叮咬后涂抹风油精，结果症状反而加重，半边脸都肿了，经诊断，患者属于过敏体质，风油精引起了过敏反应，导致接触性皮炎。

非处方药就是可以不凭医生的处方，直接从药房、药店购买，而且不用在医生指导下就能安全使用的药品。但有些非处方药在少数人身上也能引起严重的不良反应，有时甚至能引起死亡。所以非处方药也要严格按照药品使用说明书的规定服用，不能随便增加剂量或增加服用次数，改变用药方法或用药途径。



例如，常用的胃动力药多潘立酮片(吗丁啉)，尽管长期服用也具有较高的安全性，大部分患者可放心服用，但对于胃肠道出血、机械性肠梗阻的患者是禁用的，因其可加重病情，选择药物时应注意。

若患者服用了三五天非处方药后，病症仍没有明显改善，或者病情还有加重迹象，抑或是出现了皮疹、瘙痒、高热、哮喘及其他异常现象，应立即停药，到医院就诊。

辟谣

今日真相—牙齿越白越健康？

许多人认为，牙齿越白越好看，所以也觉得牙齿越白越健康。那么，牙齿越白越健康吗？

事实上，健康牙齿的本色并没有那么白，最健康、坚固的牙齿是略带淡黄色、半透明、有光泽的牙齿。因为我们的牙齿表面覆盖着一层牙釉质，主要由95%~97%含钙和磷的磷酸盐晶体的无机物构成，呈透明或半透明状态，钙化程度越高，牙釉质越透明。而牙本质呈淡黄色，当牙釉质钙化完全时，牙本质就会显现出来，因此健康的牙齿看上去是偏淡黄色的。反之，当牙釉质钙化程度越低，透明度越低，就会呈现为不正常的白色或乳白色。因此，与自己的肤色相宜的牙色才是自然、协调的美，所以并不是所有人都需要做牙齿美白。

新衣服不洗就穿会致癌？



有传言称，新衣服都有甲醛残留，直接穿可能会引发癌症。那么，这是真的吗？

实际上，清洗新买回来的衣物确有必要，

其上残留的甲醛、染料等轻化原料确实可能会导致皮肤过敏，不过说会致癌，那就是危言耸听了。衣服上虽然有甲醛残留，但往往都只是微量的。导致癌症发生的甲醛峰值是40ppm以上或者平均浓度在10ppm以上，而一件符合生产规范、未经清洗过的衣服，每天释放的甲醛则是0.012~0.426ppm。因此，只要是符合国家生产标准生产的衣物，就不太可能会出现因为未经清洗就穿而致癌的事情。

得了膝关节炎要戒掉运动？

有传言称，得了膝关节炎要戒掉运动，不可快走快跑，否则会对膝关节造成更严重的损害。

实际上，关节长期不用，也会像机器一样“生锈”甚至“报废”。因此，选择适当的运动方式很重要。患有膝关节炎并不意味着要放弃运动，但一定不要选择对膝盖负担较大的运动，锻炼时尤其要注意保护关节软骨，应避免或限制高强度对抗运动以及攀爬、举重、快跑等强力磨损性运动。此外，深蹲、上下楼梯、登山也不适合膝关节炎患者。快走是一种可以缓解膝关节炎的锻炼方式，游泳、骑单车、仰卧腿部运动等也对膝关节炎患者有益。



右耳接电话会损伤大脑吗？

网上有传言称，如果常用右耳接听电话，会直接影响大脑，严重时还可能导致损伤，因为大脑主要系统都在右边，而手机有很大的辐射，会伤害大脑。那么，这是真的吗？

实际上，左耳或右耳接电话对健康的影响没有区别。左耳与右耳距离我们的头颅与大脑的距离一样，不存在哪个距离大脑更近，所以用左侧接还是用右侧接，对于身体的影响都是一样的。

目前来看，没有研究证实打电话和脑损伤或者肿瘤有直接因果关系，但是使用手机毕竟有电磁辐射，在电磁辐射对我们的影响没有得出正式的、或者是国家规定的、全世界通行的结论之前，我们还是要有所防范。专家提醒，电话刚来的时候，辐射一般是最大的。所以在接通一两秒以后，再把手机挪到耳朵边上来接电话。另外，在接电话的过程中尽量让手机与耳朵保持几厘米的距离，当然远一点更好。



飞机越大越安全？

人们在坐飞机时往往愿意选择大飞机来乘坐，因为坐小飞机时时常会有颠簸，让人感到并不安全。那么，飞机真的是越大越安全吗？

实际上，飞机大小所影响的而非安全性。对于不同的机型而言，各个阶段的操作程序和其相对的外界环境都是没有差别的。主要区别在于飞机大小导致它们受到气流扰动的程度有所不同。在巡航阶段，无论是波音737和空客320那样单通道喷气式客机，还是波音777或空客330那样的宽体客机，都是在10000米以上的平流层飞行，平稳程度不会有太大差异。而在起飞和降落阶段，飞机穿越对流层时会有颠簸，比小飞机更显平稳。对于一些小型螺旋桨客机，它们的飞行高度通常不会高于9000米，大部分时间都是在对流层飞行，受到空气扰动也更大，颠簸更剧烈，颠簸时间也更久。但是，所有民用飞机在投入运营前都进行过严格测试，确保流扰动不会危及飞行安全。因此，飞机的大小与其安全性并没有太大的关系。



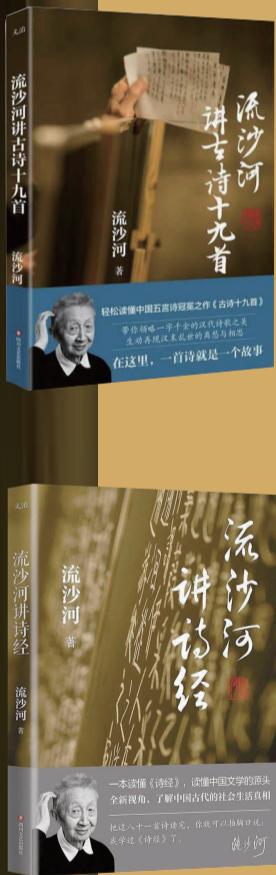


11月23日，著名诗人流沙河去世，享年88岁，主要作品有《流沙河诗集》《故园别》《游踪》等。诗作《就是那一只蟋蟀》《理想》被中学语文课本收录。迄今为止，已出版小说、诗歌、诗论、散文、翻译小说、研究专著等著作22种。

听流沙河说汉字

——我与沙老面对面

■ 汪建



应乐山文友沙龙鄙晋“龙主”之邀，诗人流沙河来乐山，正是阴秋之日。周纲老师与沙老60多年前便是朋友，为诗而相识，当时他们还是毛头小伙子，一位是学生，一位不久成了志愿军战士。听说沙老来了，周老师拖着病弱的身体，拄着拐杖，由我陪着去见沙老，在三江汇流处，沙老见周老师，一阵小快步走拢，双手一拉，说：“老喽，有十年不见了。”后过去步行街一家卖字行，听两位跨世纪诗人神吹，句句感受两位老人的童心和沙老的幽默。一坐下，沙老就说，只要听两人吹身体和病，不见人也知道是老人，引得周纲老师和相围的人哈哈大笑。于是乎，足有半个小时，都是两位老诗人各自讲病的经历，大概见我们没兴趣，沙老把话题引到字上，他看了四壁挂的字，便把字的故事娓娓道来。

他说中国文字在新文化运动时期，有过徘徊，其中包括鲁迅、刘半农、陈独秀等都主张效法西方，一时文字运命多舛，但后来的事实证明，中国象形字是最有生命力的文字，无论多大地域，何种方言，但一用文字写下来，就大家都明白了，中华民族所以有如此凝聚而不散，汉字功莫大焉。而且每个字都有故事、出处、音、形、会意全都有。他随手用茶水在桌上写了一个“益”字，他说，自从得了胃病，才对此字认识更深。“益”者，器皿之上有水也，皿则是大碗，皿之上正是横写的“水”，饭后一碗汤，正是多出来的，饭饱了，汤可有可无，有，就“益”嘛，大家正回过神来，他又说，丈夫丈夫，是指身高，过去人不去追踪古意，把人说一丈高，拿现在尺度去比，谁也没有三米高，过去做木匠，拉大锯，才知古时的“尺”正好是拇指与食指叉开的长度，汉字“尺”正是两指的象形字，我的一尺恰好五寸，我当过木匠，当然知道，用手尺比，这个丈夫才成立。说得大家会心一笑。

老先生对汉字乱改乱简是比较担心的，他说这涉及到文化传承。他举了一个例子，过去头发的发作“髟”，而出发的发写作“發”，成都有理发店，有人说写成“发”字不如繁体字好看，劝老板改成繁体，结果变成“發”，让人哭笑不得。他对于那种不追根源而仅图简单的简化是不以为然的。随手又用茶水在桌上写，比如“进”字，过去写作“進”，为什么呢？他说，据他考证和现实观察，世上所有动物都可后退，包括鱼，唯有鸟是不能后退的（当然古人不知道南美还有蜂鸟可以退）。一个走之加一个鸟，就表示只能向前而不能后退，如今简成一个“井”加一个走之，我感觉就像要走到井里去了，扑咚一声掉下去。逗得大家哈哈不断。

没有对文字的认真专研和几十年的积累，何有这样的体会和学问。当记者问他今后见报怎么冠头衔？著名诗人？著名作家？沙老说：成都文人。

晚上我陪老先生吃饭，老先生安静的像做学问，一门心思，一完便说，我好了。

真干脆。

作者简介：汪建，乐山本土作家，沫若书院文史研究员。

新的一年即将来临，希望每一个珍贵的你，都能成为一个更好的你。由丁丁张监制并编剧、彭宥纶导演的电影《亲爱的过年好》首发定档海报及预告，强势杀入贺岁档，将于2019年12月31日全国公映。



聚焦都市女孩的追梦人生

《亲爱的过年好》定档 12.31

城市里“珍贵的女孩”

影片改编自丁丁张小说《只在此刻的拥抱》，由白百何、张子枫、魏大勋领衔主演，以独特的视角聚焦都市女性群体的生活，主演白百何、张子枫分别诠释了不同的女性形象。无论是海报上灿烂的烟花倒影还是预告中充满勇气和力量呼喊，都给这个寒冬带来阵阵暖意。

《亲爱的过年好》讲述了打拼十年的都市女孩白树瑾(白百何饰)与初到大城市追梦的年轻女孩(张子枫饰)相识，这位活力十足的年轻女孩让白树瑾仿佛看见了十年前的自己。此时她也遇见了小七岁的同事仲要(魏大勋饰)，在女孩、仲要、家人、朋友的共同鼓励下，白树瑾渐渐找回自我，开启了一段新的人生。

在发布的定档预告中，跨年夜白树瑾奔赴与女孩约定的天台，在这里大声喊出了深埋已久的心里话，“我还有喜欢的人，我还有想做的事，我会加油的。”虽然生活有这样那样的不如意，但我们还有很多理由继续前进。生活的成本越来越高，没关系大家和你一样；职场上遭遇排挤，老板不那么理解你，但还有父母懂你；梦想仿佛就在前方，那就努力抓住它；新的一年，要成为更好的自己。在这五光十色又充满无限可能的天地，要像女孩一样，敢于大声喊出自己的梦想，新的一年要“好好生活，落地生根。”预告片的结尾处，白树瑾和年轻女孩在楼顶大声地喊出的那句“亲爱的，过年好”，仿佛是对每个追梦人最温暖的鼓励。



给奋斗的自己一句“过年好”

同时曝光的首款海报更凸显了影片温暖的气质，温馨的出租屋里，白树瑾和年轻女孩望着窗外璀璨的烟火，玻璃中倒映出城市的万家灯火。虽然城市很大，我们将在这里落地生根。正如海报上所写的那样“致每一个珍贵的你”，在这一刻我们记住的只有美好。

“荒芜人生里，每个拥抱都值得纪念。”电影《亲爱的过年好》原著《只在此刻的拥抱》以犀利幽默的风格、陪伴型的情感见解深受读者的喜爱。这次改编成大银幕作品，在人物的设定，场景的选择、台词的斟酌上，都力求更贴近真实的生活。影片将于12月31日正式全国公映，这将是主创献给影迷们一份特别的新年礼物，因为电影讲述的不仅仅是白树瑾一个人的故事，而是千万在外拼搏者的缩影。每一个在这一年里坚定奋斗的你，都值得这句温暖的“过年好”。

电影《亲爱的过年好》由丁丁张监制并编剧，彭宥纶导演，白百何、张子枫、魏大勋领衔主演，许娣、李建义、吕星辰特别出演，袁文康、温升豪、海一天、刘畅、吕聿来、赵子琪、吴昊宸、白举纲、赵天宇、赵阳友情出演，将于12月31日全国公映。

遗失

- 蓝海科技有限责任公司乐山分公司所持有的川LVE395网约车预约出租汽车运输证(川交运管许可乐字0000549)遗失作废。
- 四川电影电视学院数字媒体艺术设计专业2019年专科毕业生谭登轩同学的《报到证》遗失，现此声明。
- 四川省乐山市沙湾区嘉农镇王场村张介钧所持有的身份证(有效期2010.10.11—2030.10.11)遗失作废。
- 姓名：张一凡 性别男，所持有的出生医学证明(编号：T510601109)遗失作废。

(本报综合
图据百度)



乐山市实验小学赴美姑援教行

11月11日下午，乐山市实验小学赵清华校长带队，张君、邹晓舟和李甜甜老师一行前往美姑苏洛乡中心校援教，为苏洛乡学校的发展献策出力，将教育扶贫工作落到实处，推动民族教育的发展。

12日中午时分，赵校长一行顺利到达苏洛乡中心校。先将文具和体育用品赠送给学校，苏洛乡中心校校长代表学校孩子对实小表示诚挚的感谢。接着，赵校长一行深入学校，参观校舍，听取孩子们上课，参与孩子们活动，了解孩子们午餐情况，并和学校领导和老师进行座谈，为苏洛乡中心校的发展献计献策。奔向更加美好的未来。

十二月影片推荐



导演:刁亦男

主演:胡歌、桂纶镁、廖凡、万茜

胡歌转战大银幕的重要作品,本片入围第72届戛纳电影节主竞赛单元,讲述了一起扑朔迷离的谋杀案。胡歌首次饰演通缉犯,廖凡继《白日焰火》之后继续饰演警察,桂纶镁、万茜的角色更是扑朔迷离。



导演:娄烨

主演:巩俐、赵又廷、小田切让

巩俐最新电影,她饰演一个话剧演员,在1941年的上海,她重返舞台,没有人知道她的目的。这个神秘女人,游离于各方势力之间,娄烨的电影,最终结局向来难测。



导演:叶伟信

主演:甄子丹、吴樾、吴建豪、斯科特·阿金斯

因故来到美国唐人街的叶问,意外卷入一场当地军方势力与华人武馆的纠纷,面对日益猖狂的民族歧视与压迫,叶问在美国海军陆战队军营拼死一战。



导演:薛晓璐

主演:雷佳音、汤唯

“吹哨人”的概念源自英国,指在政府和企业中发现弊端、揭露真相的人,他们是在企业中坚守正义的黑暗骑士。雷佳音和汤唯,经历追车、爆炸,辗转澳洲、非洲、亚洲,为的是查明真相。



导演:汤浅政明

主演:片寄凉太、川荣李奈、松本穗香、伊藤健太郎

本片收获今年上影节金爵奖最佳动画片和加拿大奇幻国际电影节“今敏奖”两项大奖。青年消防员雏罂粟港和爱好冲浪的向水日菜子相遇并迅速展开热恋。看似命中注定的这对恋人,却不幸遭遇生死别离。



导演:迈克尔·恩格勒

主演:休·博纳维尔、伊丽莎白·麦戈文、玛吉·史密斯

剧版《唐顿庄园》凭借正宗的英伦风俘获了无数观众的芳心,此次的电影版无论是服装、场景设计,还是丰富的情感、故事细节,都在原有基础上全面升级。



导演:宋岳峰

主演:胡歌、景甜、徐娇、夏梓桐

由经典网游《龙之谷》改编。国产动画片的世界观终于广阔起来了,游侠、精灵、人类骑士、弓箭手,共同面对魔物。看这部动画片,有种看《指环王》的感觉。



导演:西蒙·韦斯特

主演:王学圻、昆凌、窦骁、詹森·艾萨克

地质学家李晓梦为了研究登岛,李晓梦的父亲、隐退多年的火山专家得知后赶到火山口,力图劝说她离开。然而,火山突然爆发,一群人的命运,无法预测……



导演:杰克·卡斯丹

主演:道恩·强森、凯伦·吉兰、杰克·布莱克、凯文·哈特

作为2017年全球卖座动作冒险巨制《勇敢者游戏:决战丛林》的续篇,四名勇敢者再次穿越回到险象环生的游戏世界中,开启全新冒险。




鲜花烂漫

de 漫乐山

您的私人鲜花定制管家

鲜花伴我一路来，阅读养我一生安。

有鲜花的时光，岁月不老。

有咖啡的时光，岁月静好。

一花一书一世界

花园里的书屋——漫乐山



承接内容:私人定制鲜花束、插花培训、各类活动用花

订花热线:**18181532880**

订花地址:漫乐山·文旅书咖(乐山市市中区人民南路148号)