

## 北控南阳水务集团全方位检修供水设备

# 确保中秋、国庆期间安全供水

本报讯(记者 曹蕊)9月21日,记者从北控南阳水务集团获悉,中秋、国庆临近,北控南阳水务集团提前对节假日期间的供水工作进行部署,确保供水稳定安全。

进入9月份,相对于夏季的高峰期,城市供水进入相对平稳阶段,该集团抓住秋季平稳供水的有利时机,对供水设施设备运行情况进行全面评估、检修、保养。开展节前安全教育,教育广大干部职工牢固树立“安全第一、预防为主”思想,增强安全生产意识。开展安全自查工作,认真落实部门安全生产责任制,对供水生产设备、设施进行一次全面的维护、检

修,确保供水设施安全运行。

强化水质监管,保障优质供水。严格按照《生活饮用水卫生标准》要求,完善三级水质监测制度,认真执行106项水质标准检测,在坚持做好日常监测的同时,适当提高检测频率,及时了解 and 掌握水质变化情况,做好水处理工艺和药剂的合理调整工作。10月底前,在不影响正常供水的情况下,计划轮流对10余座清水池进行维护、清洗和消毒。

强化科学调配,确保水量水压。针对各个区域的不同情况,在全市供水管网上共设置了30余处水压监测点,通过远程测压系统,24小时监测全市供水

管网压力情况,实施“高峰多送”“低峰多储”等措施,合理调配供水量,使全市水量既能满足用户用水需求,又符合冬季供水管道运行规律,降低管道破裂情况发生。

提前部署,健全应急预案。召开专题会议研究部署,针对可能出现的突发降温、区域低温、阶段性强降温等恶劣天气,制定了《供水突发事件应急预案》,成立应急队伍,开展应急演练,备足应急物资,抢修人员24小时备勤,随时受理居民用水求助,努力做到“派遣快、止水快、修复快、通水快”,以安全、稳定、优质的供水工作,迎接“双节”的到来。②3



## 宛城区汉冶街道 文明创建不停歇

本报讯(记者 陈书洁 通讯员 魏文静)9月18日,宛城区汉冶街道汉冶社区组织工作人员、党员志愿者深入辖区居民点,开展“文明来敲门 宣传进万家”主题活动,进一步巩固全国文明城市创建成果。

活动中,社区工作人员、志愿者们分组行动、齐心协力,采取“敲门行动”的形式,深入辖区商户、居民家中逐一讲解调查事项,耐心引导居民正确填写调查问卷,对群众提出的问题答疑解惑,广泛收集群众意见建议。同时,号召居民们从身边的小事做起,在日常生活中说文明话、办文明事、做文明人。此次活动共发放调查问卷40余份,得到了广大居民的大力支持。②3

## 淅川县统一配送瓶装液化气 用气安全又便捷

本报讯(记者 陈书洁)日前,淅川县首批27辆瓶装液化气专用配送车正式投入使用。

这批瓶装液化石油气配送专用电动三轮车全身黄色,统一配备防静电设施、固定装置、消防器材,张贴有安全警示标识,行驶在路上格外醒目。“小黄车”由淅川县城市管理局进行车牌统一编码,遵守一人一车一证的要求,配送人员须全部考取驾驶证,且全部佩戴送气工配送证上岗。燃气配送统一专用车辆,统一车牌编码、统一服装、统一持证上岗,实现了燃气配送“四统一”,建立了安全高效、快速便捷的配送体系。

此次实施瓶装液化气统一配送,进一步强化淅川县瓶装液化气运输和配送服务市场的规范化管理,也将更好地为广大居民提供安全可靠的服务。②3



## 消防安全进校园

近日,宛城区消防救援大队走进市七小开展“消防安全进校园 上好开学第一课”主题活动。图为活动现场。②3

本报记者 吴秋水 摄

如果孩子经常歪着头、扭着身子写作业,长时间扭着身子或趴着睡觉,须留个心眼,警惕孩子的脊柱侧弯。

上月初,一位16岁的男孩儿和一位14岁的小姑娘,因为脊柱侧弯同时来到南阳市中医院独山院区(南阳市骨科医院)就诊,在完善相关检查后,医生首先为两位小患者进行腰椎牵引改善腰椎的柔韧度,以便在随后的手术中更好地进行矫正。经过手术治疗,两位小患者康复出院时明显挺拔了很多,脸上也是满满的笑容。

如今,脊柱侧弯已经成为一个普遍性的问题,据统计,近十年来青少年儿童脊柱侧弯发病率逐年上升,成为继肥胖、近视之后,危害我国儿童青少年健康的第三大“杀手”。一旦发现晚,侧弯加重,不仅会影响身长发育,产生形态上的畸形,影响青少年的身心健康。重者还会压迫内部器官,影响患者神经、消化、呼吸、血液循环系统。因此提倡:早发现早治疗!

什么是儿童脊椎侧弯?所谓青少年

## 挺直腰板 少走“弯”路

□南阳市中医院(独山院区)南阳市骨科医院 孙海滨

脊柱侧弯,一般指的是孩子的脊柱在发育过程中呈现出“C”形或“S”形的弯曲。

简单一分钟脊柱侧弯测试 让孩子脱掉上衣或穿紧身内衣,光脚自然站立,家长站在孩子背后观察。第一步:看孩子的两肩是否等高。第二步:用手摸一摸孩子背部的肩胛骨,有没有一侧肩胛骨向后凸起。第三步:用手摸一摸两侧肩胛骨最下端是否等高。第四步:让孩子弯腰,双手自然下垂,触摸并对比孩子的双侧背部是否有隆起、是否对称。第五步:触摸并对比孩子的双侧腰部是否有隆起、是否对称。第六步:用中指和食指夹着脊椎后面凸起的骨头划下来,看是否能划出正常的直线。

这六步当中只要有一步发现异常,都应尽快带孩子到医院脊柱专科检查,拍摄

X光片进一步确诊,一旦确诊就应该及时、系统地治疗。

几个预防小知识 1.培养良好的的学习习惯,纠正不良姿势。当代青少年课业压力大,教室里常常“东倒西歪”一大片!千万别忘了良好的坐姿习惯!正确的坐姿习惯及运动可以适当预防脊柱侧弯的发生,有助于纠正异常的体态,防止侧弯恶化。除此之外也要避免长时间使用电子产品,做到勤锻炼,比如游泳、跑步、球类运动。建议每隔30分钟起身活动,避免翘二郎腿、葛优躺的不良姿势。

2.适当护脊运动。青少年可以进行适当的体育锻炼,如游泳、瑜伽、健身操等,以增强身体的柔韧性和协调性,同时也可以锻炼背部和腰部的肌肉,有助于预防脊柱侧弯。

3.避免背过重的背包。青少年在上学和外出时,需要携带书包和其他物品。如果书包太重,会增加脊柱的负担,容易导致脊柱侧弯。因此,建议选择轻便的书包,并控制书包的重量在青少年体重的10%~15%之间,同时,尽量少使用单肩包,单肩包会加重脊柱单侧的压力,导致脊柱侧弯。

4.保持正确生活习惯。青少年正处于生长发育阶段,良好的饮食习惯尤为重要,避免挑食,做到合理膳食,保持合理体重,也可以多晒太阳以免身体因缺乏维生素D、钙、镁等元素引起骨骼发育异常。此外,青少年应该保证充足睡眠以促进正常生长发育。注意良好的睡姿,以仰睡和侧睡为主,选择合适的枕头,以保证脊柱正常生理曲线。

5.定期进行体检。青少年在成长过程中,应该定期进行体检,日常生活中,家长多注意观察青少年的体表特征,学会运用六步检查法,一旦发现异常尽早到医院就诊。