移民新村里的欢笑声

✻ 陈义

当车辆驶入香格里拉市三坝乡哈巴村，眼前，一条干净卫生的水泥路像洁白的玉带缠绕在通往海扎巴移民新村的山路，平稳行驶不到一小时我们已从村委会赶到了海扎巴村民小组。

村党总支书记彭杰告诉记者："以前，到海扎巴村民小组要花两个多小时时间，而且道路凸凹不平，弯弯曲曲，要是碰上雨水天，还经常出现塌方，现在，村民搬到了离公路较近的地方，而且修了卫生路，困扰在村民心头的出行难问题得到了有效解决"。

海扎巴村民小组是哈巴村最偏远的村落，43户群众零星分散在山腰，由于居住分散，山高路远，村里没有一寸水泥卫生路，建房成本也很高，一袋水泥驮到村里价钱要高出两倍多，为此，谁家也修不起新房，很多村民只能居住在危房中。另外，该村民小组背靠大山，泥石流等地质灾害隐患随时威胁着村民的生命财产安全。

建盖新房，搬进新家是海扎巴村祖祖辈辈的心愿，在精准扶贫工作的推动下，祖辈的心愿成为了现实。为彻底改善群众出行难以及生产生活落后的现状，驻村工作队和包村干部经过认真研究和多次调查，最终把海扎巴村民小组列为"甲地搬乙地移民搬迁项目"。

为把海扎巴打造成移民搬迁示范点，解决好移民生产生活问题，实现"搬得出、稳得住、能致富"的目标，项目搬迁点选择了离公路较近，地势平坦，没有地质安全隐患的地块，并抓住移民安置机遇，高起点规划建设移民安置点，并配套实施了水、电、路等"三通一平"工程。另外，项目实施单位对安置点房屋统一设计、统一标准，达到了外形美观、整齐的效果。

在海扎巴移民搬迁工作中，该村充分发挥党员先锋作用，工作队员牺牲休息日，和村民一起吃在工地、住在工地，按高标准、高规划的要求，全身心投入到新家园建设中，为43户群众建起崭新的砖瓦房，干净卫生的水泥路铺到各家各户，家家户户用上了自来水。在欢欢喜喜搬进新家时，很多群众在门框上张贴了红彤彤的对联，表达对党和政府的感恩之情，部分村民还挂起了大红灯笼。

走进海扎巴移民新村，新农村、新气象、新家园的气氛扑面而来。村民李荣华家新盖的两所新房已装修完毕，家里电视、沙发等现代家具一应俱全。"在党的好政策引领下，我们海扎巴村民终于住进了新房，实现了几代人的搬迁梦，现在路好走了，饮水也有了保障，用电也方便了，地质安全上的担忧也没有了，可以安心过好日子了。"李荣华笑容满面。

"感谢党委政府为我们集中安置，进行了'三通一平'建设，还给我们每家补助10万元的建房费，让我们住进了新家，过上了安稳的日子。"搬进新家后，村民海文亮难抑心中的激动之情。

哈吧村精准扶贫工作队长和贵武说："为使扶贫安置群众'搬得出来，稳得下来，富得起来'，我们将坚持开发式扶贫方针，把脱贫攻坚与建立稳定收入的主导产业结合起来，一方面，将加大海扎巴群众的技术培训力度，加强农村劳务输出；另一方面，将结合该村的气候和地理优势，按照围绕市场调结构的发展思路，大力培育花椒、药材等种养殖业，让群众真正富起来，实现脱贫致富的目的。"

与商户签订虎跳峡镇"门前五包"责任书。

对路面商户擅自搭建的建筑物、地面构筑物依法强制拆除。

对商户设置的广告牌依法进行强制拆除。

香格里拉路政在虎跳峡镇与多部门联合开展"喜迎州庆 清洁家园"路域环境专项整治行动。

为在州庆期间展示香格里拉"南大门"形象。近日，香格里拉公路路政管理大队、综合行政执法局，虎跳峡镇政府、市场监督管理所、派出所、综合行政执法中队，开发区交警中队组成执法工作组，对西景线虎跳峡段开展路域环境专项整治。

执法组重点对虎跳峡镇境内二级公路两侧商户、修理厂擅自设置的各类广告牌及占道经营、乱堆乱放等"脏乱差"行为责令限期整改，并对各类广告牌进行统一规划，统一制作，统一设置；对二级公路沿线村民占用公路路产乱堆乱放建筑材料、垃圾等行为进行清查整治；对车辆乱停乱放、随意调头、违章载客行为进行查处；除州庆重点项目外，8月18日至9月18日期间，责令一切建设项目停止施工；对二级公路沿街商户擅自搭建建筑物、地面构筑物、雨棚等违章建筑物责令限期拆除；对在规定期限内拒绝整改的商户、修理厂的各类广告牌、占道经营设置的各类物品、乱堆乱放的堆积物、擅自搭建建筑物、地面构筑物、雨棚等违章建筑物依法予以强制清除。

（孙波 罗仕玲 宋桂芳 摄影报道）

维西立案审查庸懒滑贪"四类村官"8件8人

本报讯（记者 张燕 通讯员 王彦洁）维西县采取四项措施，组织开展"村霸"及庸懒滑贪"四类村官"整治。截至目前，全县立案审查庸懒滑贪"四类村官"8件，涉及人数8人。

强化组织领导。该县成立以各乡镇党委、政府，县纪委、县委政法委、组织部、宣传部，县公安局、检察院、法院、民政局、司法局、审计局、信访局为成员单位的领导小组，结合实际制定方案，并对整治工作进行安排部署。

加大宣传教育。该县10个乡（镇）82个行政村（社区）将整治"村霸"及庸懒滑贪"四类村官"作为推进"两学一做"学习教育常态化、制度化的重要内容，通过召开村组骨干会议、党员会、村民代表会议、村民会议等形式，进一步加大宣传，积极利用标语、宣传栏、微信群等，宣传整治行动的相关政策要求，营造全面从严、全面整治的高压态势。

切实摸底排查。该县在各乡镇、村（社区）开通举报电话，设立举报信箱，在驻村干部走访贫困户过程中，向群众收集意见和问题线索，分门别类汇总梳理，做到底数清、情况明。强化对重点难点村、党组织软弱涣散村、群众上访较多村、工作难推进村、换届不顺利村和社会治安案件较多村的综合研判。在全面摸底排查、分析研判的基础上，组织力量对存在问题的重点村、难点村、后进村进行集中整治。

从严监督执纪。该县把握运用好监督执纪"四种形态"，对问题较小、情节轻微的，通过约谈、诫勉谈话等方式进行教育提醒，对不收敛不收手、顶风违纪，影响恶劣的，一律严查快办，涉嫌犯罪的，移交司法机关处理，重拳处理了一批问题干部。

维西成立综治维稳中心

本报讯（记者 张燕）近日，维西县成立综治维稳中心，深入辖区排查化解各类矛盾纠纷，推进平安乡镇建设。

综治维稳中心由维西县公安局牵头，成员由各乡镇抽调派出所、司法所、土管所、信访、民政等职能部门工作人员组成。

综治维稳中心实行集中办公，按照"统一协调、统一管理、各司其职、各负其责"的原则，切实履行维稳信息员、治安信息员、矛盾纠纷调解员、信访信息员、安全信息员等综合性工作职责。

据悉，自综治维稳中心成立以来，已排查辖区安全隐患28处，化解各类矛盾纠纷41起。

香格里拉市委党校加强师资队伍建设

本报讯（记者 陈义）近年来，香格里拉市委党校通过提高师资水平、加大教师外出培训力度、加强师资库建设等措施，加强师资队伍建设。

市委党校加大党校教师公开招聘力度，面向社会公开招聘人才，注重从研究生、本科生中选拔一批功底扎实、专业对口的优秀毕业生逐年充实到党校教师队伍中；严把教师调入关，强调党校系统中调入教师的学历达标、专业对口；面向全国引进适合党校工作的优秀人才和紧缺人才，纳入党委、政府引进人才计划；落实党校教师享受国家规定的有关教师的各种待遇；依靠科学有效的激励机制着力培养政治强、业务精、作风好的知名教师，逐步培养造就一批忠诚于马克思主义、在学科领域有影响的知名专家；充分整合社会资源，根据专职为主、专兼职结合的原则，加大力度选聘政治素质过硬、理论水平较高、善于课堂讲授的党政军领导干部、企事业单位领导和先进典型人物、知名专家学者担任党校兼职教师，把更多优秀人才吸引到党的理论宣传事业中。

25岁以上女性还需要打HPV疫苗吗？

随着宫颈癌疫苗在中国大陆获批上市，一时间，关于疫苗的问题迅速成为大家关注的焦点。据了解，此次上市的二价宫颈癌疫苗，适用于9至25岁女性，那超过25岁的女性还能打吗？

日前，中国医学科学院北京协和医学院肿瘤研究所流行病学研究室主任乔友林在"人民好医生"客户端视频直播中表示，如果经济条件允许，45岁前都可以接种疫苗。

他说："无论是从公共卫生预防的临床角度，还是卫生经济学的考虑来说，9-25岁年龄段，给没有发生过性行为的女孩子接种效果是最好的；同时她们也是投入最少，收益最大的人群。"

乔友林指出，目前葛兰素史克的宫颈癌疫苗在中国获批上市适应人群是9-25岁，默沙东的宫颈癌疫苗在临床试验阶段入组了20-45岁以内的人群，产品适用范围也会有所拓宽。

乔友林指出，因为现代人生活方式的变化，在年轻的时候有一个感染高峰，那个时候就具有了通过不安全性行为感染的风险，之后结婚生育之后是低峰，到40岁后又是一个高峰。

如果从终生累积感染概念来讲，在一个妇女几十年的性生活中，累积感染宫颈癌病毒的概率很高，但要注意，感染病毒并不代表就一定会发展成为宫颈癌，很多人自身产生抗体就可以把病毒"清除"了。

（来源：人民网-人民健康网）

男性也可以打宫颈癌疫苗？

随着宫颈癌疫苗在中国大陆获批上市，一时间，关于该疫苗的问题迅速成为大家关注的焦点。

所谓宫颈癌疫苗，针对的是人乳头瘤病毒，而病毒感染不分男女。乔友林表示，这个病毒男性、女性都可能感染，感染以后引起的肿瘤也不光是宫颈癌、阴道癌，还有阴茎癌、肛门癌、口咽癌。

日前，中国医学科学院北京协和医学院肿瘤研究所流行病学研究室主任乔友林在"人民好医生"客户端视频直播中表示，如果经济条件允许，男性也可以打"宫颈癌疫苗"，而且对于未成年男性来说保护效果更好。

HPV疫苗2006年问世后，一些国家的权威机构也会建议男性，特别是未成年男性接种，这些建议主要是从双向保护的角度，既保护自身，也因为在女孩接种HPV疫苗比例不足的情况下，有一定比例男孩接种会大大增加群体免疫力和人群预防效果。但是在我们国家还是要按照药监局批准的执行。暂时不要在男性人群中进行HPV疫苗接种。

（来源：人民网-人民健康网）

食药违法行为举报奖励办法发布

近日，国家食品药品监督管理总局会同财政部印发新修订的《食品药品违法行为举报奖励办法》。《办法》明确，鼓励生产经营单位内部人员举报，研制、生产、经营、使用环节内部人员举报的，可在奖励标准上追加奖励金额；同时，各级食药监管部门要依法保护举报人的合法权益，严禁泄露举报人的相关信息。

《办法》适用范围扩展到保健食品、药品、化妆品、医疗器械全领域。举报奖励根据举报证据与违法事实查证结果，分为3个奖励等级，将各等次举报奖励的最低额提升到原来的两倍，同时根据各地举报奖励实施情况，将单次举报奖励限额从原先的30万元提高到50万元。

《办法》明确，对于举报涉及系统性、区域性食品药品安全风险，婴幼儿配方乳粉、列入国家免疫规划疫苗等品种，故意掺假造假售假等4类有重大社会影响且举报人有特别重大贡献的举报，奖励金额不少于30万元。进一步完善匿名举报奖励程序，即匿名举报人可在举报的同时提供能够辨识其身份的信息作为身份代码，并与食药监管部门专人约定举报密码、举报处理结果和奖励权利的告知方式，举报查证属实的，可凭借身份代码、举报密码等信息，申领举报奖励。

一年两次流产 罪魁祸首竟是"甲减"

今年30岁的林女士在沈阳的一家外企上班。结婚五年一直忙工作，没有要孩子的打算。年近30岁，林女士在家人的反复劝说下开始备孕。很快，林女士就顺利怀上了宝宝，全家都沉浸在喜悦中。可是好景不长，一个多月后，林女士竟意外流产了。"没事儿，可能最近工作太累了，调养一段时间再要。"林女士收起伤心开始积极地调养身体。半年后再次顺利怀孕。但是，即使整天躺在床上什么也不敢做，流产还是不可避免地发生了。

一年内两次流产，林女士觉察出问题的严重性，她来到医院做了系统的检查，发现其患有严重的甲状腺功能异常，反复流产很可能就是"甲减"导致的。

现状：每10个准妈妈就有一个甲状腺异常

甲状腺疾病是我国育龄妇女和妊娠前半期妇女的常见病之一。调查显示，每10位准妈妈就可能有1个受到甲状腺疾病的侵扰。然而，由于甲状腺疾病早期多无临床症状，因此漏诊率非常高。尤其在高危妊娠人群中，有30%-80%的甲亢、亚临床甲亢或者甲减、亚临床甲减漏诊。

解放军第202医院内分泌科王艳楠医生告诉记者，如果女性在备孕阶段去医院检查，或者是孕早期，医生通常会要求做甲状腺功能的检查，但是很多女性会怀疑这项检查的必要性。其实，甲状腺检查对母婴健康至关重要。因为甲状腺功能异常会对孕妇和胎儿产生不良后果。比如孕妈甲亢控制不佳，会造成流产、胎盘早剥等风险，同时，也有可能给孕妈造成先兆子娴等症状；而孕妈如果患甲减，轻者影响孩子的智商，重者孩子出现呆小症的表现。孕妈也可能出现生育能力降低、流产等情况。另外，还有亚临床甲亢及亚临床甲减，虽然这二者症状和危害不如前两者明显，但也可能增加不良妊娠的结局。

"甲亢是特异性表现、眼球突出、心率快、高代谢等，所以比较容易发现。"王艳楠说，而甲减的症状不典型，常有昏昏欲睡、体重增加、便秘等类似妊娠的反应，所以更容易被忽视。

提醒：备孕要查甲状腺 妊娠8周内也需查

王艳楠提醒，即使孕前没有甲状腺疾病，孕期也没出现甲状腺异常的症状，孕妈们也还是要常规做甲状腺检查。医院通常采取的检查方式是抽血化验甲功五项。重点关注TSH值（促甲状腺激素），因为它是最敏感也是最关键的指标，再结合血清游离甲状腺素（FT4）就可以判断出是哪种甲状腺功能异常。通常来说，甲亢表现为血FT4升高，同时伴TSH下降；而甲减表现为血FT4低下，同时伴TSH升高；亚临床甲亢表现为血FT4正常，TSH低下；亚临床甲减表现为血FT4正常，TSH升高。需要注意的是，不同医院给出的参考值可能会略有不同，孕妈不必过分在意这个数值，关键要听取医生的意见，配合治疗。

如果孕前没进行过检测的，在得知怀孕时尽可能在妊娠8周以前做好检查。发现问题，只需在专业医生的指导下及时补充甲状腺素即可，它的安全性和同维生素一样，不会给母体和胎儿健康造成负面影响。另外，临床上甲状腺功能异常的孕妇应积极配合医生的治疗，通常建议在妊娠前半期（1至20周），应每20天或4周检测一次甲状腺功能；妊娠26-32周，则至少应检测一次甲状腺功能。（来源：沈阳晚报）

糖友不能瞎运动 运动处方有这三点！

适当运动有利于糖尿病的控制，所以许多糖友都把适当运动作为糖尿病综合治疗的措施之一。但毫无节制地、过了头的运动，非但无益于健康，反倒增加高血糖、低血糖的发生率，使糖代谢更加紊乱。

糖尿病是代谢性疾病，就是因为在能量代谢方面存在缺陷，因此在开始实施运动计划前，控制好血糖是十分重要的。原则上糖友是不宜参加对抗性的比赛和剧烈的无氧运动的。在血糖波动很大的情况下运动，将会使本已脆弱的代谢调节更加紊乱。

应用胰岛素注射的1型糖友、部分2型糖友以及其他类型的糖友，在进行运动时不注射胰岛素或胰岛素剂量不足，体内激素的平衡便会偏向五个升血糖的激素来拮抗胰岛素，使体内胰岛素更显不足，加之胰岛素不足减少了运动肌肉对糖的摄取与利用，最后导致高血糖的出现，血中游离脂肪酸浓度升高，甚至会诱发糖尿病的急性并发病之一，酮症或酮症酸中毒。

由此可见，胰岛素不足时的运动不当，会导致血糖升高。另外，由于运动本身可加速胰岛素吸收的速度，使其发挥更有效的作用，因此在过度不适当的运动时，引起低血糖的现象，这比引起高血糖现象更多见。

相当一部分的2型糖尿病患者，是用口服降糖药物控制血糖的。机体仍保留着调节激素平衡的能力，所以能与非糖尿病患者一样运动。但要知道多数口服降糖药物，有延迟降糖的作用。如果长距离跑步、骑自行车，运动时间过长则有发生低血糖的危险存在，千万小心，糖友应选择一些有氧运动，如慢跑、骑自行车、爬山、爬楼梯、游泳、跳舞、打太极拳以及一些小球类活动，这些运动强度低，持续的时间可长些，只需重复一定的动作，对技巧的要求不高，容易被运动者掌握。

另外，建议糖友要为自己开出一张运动处方，这张处方应包括的内容有：

1.建立健康护理小组，组长为自己。家属、熟悉自己病情的医生、病友为组员。

2.根据自己的状况，制作出运动的强度、持续时间频率和项目，监测运动后的效果及运动中的保护措施等。在做运动时做好循序渐进，一开始运动的强度不要过大。

3.每次运动时间应该控制在30~60分钟以内，坚持每周运动3~5次。

（和见恩 供稿）

多吃草莓可减缓智力衰退

因为颜色鲜艳的外表和酸甜可口的口感，不少人都对草莓这种水果情有独钟。可是你知道吗？草莓不仅好吃，还有研究发现草莓中有一种天然产物，能减缓衰老引起的智力衰退。

这种能减少小鼠衰老相关的认知功能障碍和炎症的物质，就是非瑟酮，它属于一种自然产生的类黄酮，除草莓外，西红柿、洋葱、橙子、苹果、桃子、葡萄、猕猴桃和柿子中也含有非瑟酮。

研究者认为，非瑟酮值得仔细研究，不仅可以作为散发性阿尔茨海默症的潜在治疗方法，也能减少一些普通的、与衰老相关的认知下降。（来源：广州日报）