

## 健康新知

## 你知道蚕豆病吗

春末夏初,正是新鲜蚕豆上市的季节,也是蚕豆病高发的季节。据南京儿童医院急诊科医生介绍,蚕豆病是6-磷酸葡萄糖脱氢酶(G-6-PD)缺乏所致的疾病,表现为食用新鲜蚕豆后突然发生的急性血管内溶血,发病多见于9岁以下的男孩,发病机制尚不明确,常发生于初夏蚕豆成熟的季节。一般是在食用蚕豆后24-48小时内出现急性血管内溶血,病症出现的时间越早,病情可能越重。病情轻者,可持续1-2天或1周左右,症状逐渐减轻而痊愈。严重者可能出现昏迷、休克、肾功能衰竭。如不及时治疗,发病1-2天内可危及生命。



专家提醒家长,如果孩子是第一次吃蚕豆,一定要少吃,食用后的一两天内家长要密切注意孩子的身体状况,一旦食用后出现皮肤发黄、尿色加深、精神欠佳等症状,就要及时带孩子到医院救治。另外,有蚕豆病病史的孩子应避免再次食用蚕豆及蚕豆类制品。

(据《金陵晚报》)

我们的舌头肩负着说话、咀嚼、吞咽和辨别味道等重要功能,是口腔甚至身体对外联络的“窗户”,可舌面上许多小的突起

严重者甚至会诱发口腔、呼吸

道等疾病。清洁舌苔可用专门的刮舌器,也可用软毛牙刷清洗。使用

## 生活小妙招

## 每天给舌头洗个澡

乳头,高低不平,极易成为藏匿病菌的温床。加上舌头自身的黏膜细胞代谢,以及每天不断地空气接触、食物吞咽,都会让它沾染污垢,产生舌苔。如不注意定期清洗,舌苔上的细菌便会悄悄生活在舌头缝隙里,并逐渐侵害到牙齿、牙龈、咽喉,引发口臭,

刮舌器的具体方法是:伸出舌头,从舌面后1/3处开始,从后向前轻刮,不可用力,以免伤害到舌乳头。每刮一次记得用流水漱口,每次刮2-3下即可。如果是用牙刷,应在靠近舌的中间部分,用牙刷毛轻轻刷洗。

(据《健康时报》)

## 尧都农商银行城郊支行

为了促进各项业务持续稳健发展,建立健全统一规范的激励约束机制,客观评价员工绩效水平,确保员工利益得到公平、合理体现,城郊支行根据总行绩效管理实施办法,结合工作实际,在广泛征求员工意见的基础上,制定了新的绩效管理考核办法。新的绩效管理考核办法主要体现了四个特点:

**一是体现“三公”原则。**

成立由支行行长张赵芳负责的绩效管理领导小组,统一领导决定支行绩效管理工作。实行既有民主,又有集中;既有条线评价,又有汇总综合的绩效管理考核办法,以确保员工绩效评价的公开、公平、公正,做到人人满意,没有意见。

**二是体现工作实绩。**

工作决定成绩  
绩效全凭贡献

## 城郊支行确定新的绩效管理考核办法

绩效管理用事实说话,用贡献发声,通过“大数据”分析,确定最终评价结果,并张榜公布。工作决定成绩,绩效全凭贡献,让人心悦诚服。

**三是体现管理综合。**

绩效管理是一门综合管理科学,除了工作业绩,还包涵多种管理要素指标。新的绩效管理考核办法强化了条线管理工作,提高了管理权重,对合规、安全、工作作风等均提出了新的管理要求。

**四是体现正向激励。**

作为激励先进、鞭策落后、促进发展的重要手段,绩效管理是重要一环。为此,新的绩效管理考核办法既体现了一般性,又考虑到了特殊性,对有一技之长,有特殊贡献的员工加大了加分权重,积极鼓励大家精专业、发挥优势,为支行发展、为提升支行声誉多做贡献。

(李刚)

## 中行临汾市分行

中行临汾市分行  
积极开展精神文明单位建设

中行临汾市分行始终坚持两手抓,坚持以“追求卓越”和“诚信、绩效、责任、创新、和谐”作为企业文化,实现了内控经营环境规范、行业窗口形象一流、队伍整体素质过硬、业务经营绩效显著的工作目标,促进各项工作全面协调可持续发展,精神文明建设成效显著。

**一是把班子建设作为“关键点”,夯实创建基础。**该行领导班子始终把精神文明建设作为推动各项业务长足发展的基础常抓不懈,把“创建”意识深深植根于全体干部、员工的思想之中。同时,健全各项规章制度,使精神文明建设走向制度化、规范化、常态化,有章可循,有序运行。

**二是把制度建设作为“切入点”,强化监督考核。**该行组织全员认真开

展各类活动,实行“一对一”、“面对面”和“一站式”的优质高效服务,提升客户体验。同时,以“杜绝违规操作、消除风险隐患”为宗旨,开展对业务关键环节风险控制,做到及时发现

问题、及时杜绝漏洞,内控防案工作一直走在系统前列,为精神文明创建工作奠定了坚实的基础。**三是把搭建平台作为“立足点”,提高员工素质。**该行积极“两学一做”专题教育,坚持以人为本,把“内强素质、外树形象”作为推进精神文明建设的基础。积极发挥党员的先锋模范作用,通过传、帮、带促进每个员工的进步;开展“读书月”活动,鼓励全行上下读书修身,勤练技能,不断提高自己的素养,为打造学习型和创新型的银行奠定了扎实的基础。

**四是把文化建设作为“着力点”,提升创建标准。**该行强化企业文化建设,借助春节、清明、端午、国庆等传统节日,开展“我们的节日”主题活动,进行健步走、开展花艺学习、参观学习或开展演讲比赛等活动,陶冶职工情操。适时开展“善行义举榜”建设活动,使“服务客户,奉献社会”观念深入人心,讲职业道德、比岗位奉献蔚然成风,精神面貌焕然一新,员工素质得到全面提高。

今后的发展过程中,该行将不断增强服务意识、竞争意识,以坚定的信念和保持创新求发展的理念,以自己的实际行动,真正把建设成为精神文明建设先进单位,实现“担当社会责任,做最好的银行”的目标。

(荀会琪)

## 中行临汾市分行多措并举提升服务质量

银行业务竞争愈演愈烈的形势下,要想赢得市场,就必须在不断推出新产品的同时,重点抓好高效、优质的服务,而高效、优质服务的根本目的就是“把方便留给客户”。对此,中行临汾市分行全力提升服务质量。

**一是充分理解、认识服务内涵。**该行坚持“追求卓越”的文化理念,着力构建清新的企业文化,培养员工爱岗敬业的服务精神,树立以服务为本的道德观、价值观以及无私奉献、团结奋进的互帮互助和艰苦奋斗的务实精神,逐步确立和完善员工的服务意识和行为,引导员工明确客户第一、主动服务、整体服务的思想理念,自觉行动,相互配合协调,实现以

市场为导向,以客户为中心,以高质量、多样化、特色化、个性化服务为手段,满足不同客户的综合需求,夯实客户基础。

**二是强化培训、提高服务意识。**该行深入发动,全面动员,全员参与,宣传优质文明服务,让“走进每位客户的心灵”的触动式服务成为各项工作的出发点与落脚点。同时,不断花钱员工技能培训,通过对员工集中式、正规化、全方位的的教育培训和管理,加强技术培训与考核,按照规范化、标准化服务流程,做到“好、快、准、严”,提高服务效率。

**三是加大监督、形成服务督导。**该行明确文优服务重在坚持、重在长

远的发展理念,因此,不断加大监督的力度和广度,形成全方位监督体系。该行经常深入营业网点对环境、服务态度、服务质量等进行明察暗访,并广泛征求客户意见和建议,解决服务工作中存在的问题,确保规范化服务标准落实到每一个工作环节,树立银行优质、高效、快捷、安全服务的良好形象。

服务是银行业的立行之本,只有不断增强服务意识,转变服务观念,强化服务措施,从服务质量、服务手段、服务内容、服务态度、服务环境等方面入手,狠抓优质文明服务,形成“大服务”的格局,才能提高整体服务水平,赢得客户信赖。

(荀会琪)