

## “这么近，那么美” 春游内丘等你来

本报讯（峰瑜）2月26日，“这么近，那么美”春游内丘推介会暨扁鹊庙会启动仪式在邢台市逗号立方广场如期举行。县政府党组成员葛建敏出席仪式并致辞。

近年来，县委、县政府把发展旅游业作为调结构转方式的突破口，以承办邢台市首届旅发大会为契机，倾全县之力打造全域旅游示范县，形成了以扁鹊庙、中国邢窑博物馆、邢窑遗址博物馆为代表的历史文化游；以寒山、鹤山、鹤渡岭、福寿山为代表的自然风光游；以富岗生态旅游区、昌盛达生态农业园等为代表的休闲采摘游；以河北省历史文化名

村村头、黄谷为代表的古村落体验游；以河北省美丽乡村小辛旺、文孝社区、交台社区为代表的美丽乡村旅游；以鹤山水世界、萌宠乐园、神头文旅综合体为代表的亲子互动游等。

启动仪式上，县文旅局主要负责同志对内丘旅游及扁鹊庙会作了推介。邢窑博物馆等景区依次推介本景区。发放旅游宣传册。

据了解，为方便广大游客开展深度旅游体验，县文旅局精心设计了一日游、两日游、三日游精品线路，包括康养体验游、亲子互动游、文化体验游及红色研学游。此外，还组织推出了各种旅游惠民政策。

## 内丘人社： 入区讲政策 纾困促发展

本报讯（孙玉晖 程建海）“人社部门的惠企政策解读非常接地气，通俗易懂，把政策讲明白了，把程序说清楚了，既是‘及时雨’，又是‘定心丸’，使企业更好的统筹运用好惠企政策，坚定了我们企业发展信心。”日前，内丘县人社局在该县工业园区举办的政策宣讲活动现场，河北卓泰肥业有限公司负责人孙汉勇等人纷纷表示。

为贯彻全县“优化营商环境、激活市场主体”动员大会精神以及落实县委、县政府支持企业成长、关心企业发展的决策部署，扎实做好

好人社惠企政策宣传，积极助力企业纾困营造良好营商环境。日前，内丘县人社局深入该县工业园区举办了“惠企政策大宣讲、助企纾困促发展”活动，全县100余家企业负责同志现场饱享了人社惠企政策大餐。

据了解，此次政策宣讲，内丘县人社局精心挑选了10余名熟知政策、精通业务的精兵强将，分别就企业参保、待遇申领、劳动关系、人才引进、贴息贷款等方面的助企纾困政策和日常业务办理中需要注意的事项进行了详细讲解，并就助企纾困惠企政策相关问题进行了现场

交流互动、耐心答疑解惑，有效解决了部分企业对人社政策了解和掌握的不全、不深、不实以及政策落实不到位现象，真正打通惠企政策落地“最后一公里”。

此次活动既是一次政企对接会，又是一次惠企政策宣讲会、培训会。内丘县人社局副局长王建兴表示，下一步，他们将深入企业开展政策宣讲活动，全力优化营商环境，以更好地帮助企业抓住发展机遇，搭上政策红利的快车，让企业发展稳得住、行的远，为促进县域经济实现高质量发展贡献力量。

## 倡导文明新风 共建美好家园



### 乐考闯关迎接新学期

新学期伊始，我县实验小学开展“无纸乐考促成长 智慧闯关我能行”活动，通过创设巧妙的情境闯关形式，寓教于乐，考查学生综合素养和实践应用能力。

图为在县实验小学学生正在进行运动闯关比赛。  
(刘继东 摄影报道)

### 健康卫生知识

#### 诺如病毒胃肠炎健康提示

诺如病毒胃肠炎全年均可发生，一般10月到次年3月是诺如病毒感染高发季节。人群普遍易感。聚集性疫情主要发生在学校和托幼机构等人群聚集场所。开学在即，中国疾控中心温馨提示，需注意预防诺如病毒胃肠炎。

#### 1. 什么是诺如病毒？

诺如病毒属于杯状病毒科，是引起急性胃肠炎常见的病原体之一。诺如病毒具有感染剂量低、排毒时间长、外环境抵抗力强等特点，容易在学校、托幼机构等相对封闭环境引起胃肠炎暴发。诺如病毒为RNA病毒，极容易发生变异，每隔几年就有新的变异株出现，引起全球或区域性暴发流行。

#### 2. 诺如病毒胃肠炎有哪些主要症状？

诺如病毒感染潜伏期为12-72小时，通常为24-48小时。常见症状主要为恶心、呕吐、发热、腹痛和腹泻，部分患者有头痛、畏寒和肌肉酸痛等。儿童以呕吐为主，成人则腹泻居多，粪便为稀水便或水样便。

#### 3. 诺如病毒如何传播？

诺如病毒主要通过粪-口途径传播，也可通过气溶胶、接触被污染的物品和环境等传播。此外，接触被污染的水源、食物、餐具等也可传播。

四十而不惑。2024年2月，内丘县中医院将迎来她建院40周年华诞。

你还记得县城北街路东那个四合院吗？你还记得胜利路东端路北那座三层门诊楼吗？是否记得后来改扩建的住院楼？门诊西楼？再后来，我们整体迁址到康庄路！

40年来，内丘县中医人秉承扁鹊的医德医术，始终坚持“以人为本、诚信服务、群众信赖、百姓放心”的办院理念，精益求精，无私奉献，守护着内丘人民的健康。

多少小生命从这里诞生？开启人生新篇章；又有多少患者在这里康复，重燃生命之火。社会各界对内丘县中医院的发展给予了大力支持，医院的社会公信力、满意度不断提升。

为纪念建院40年的沧桑巨变，展示中医院在服务社会服务群众中

病例和隐性感染者为诺如病毒感染的传染源。传播途径多样，主要通过摄入被粪便或呕吐物污染的食物或水、接触患者粪便或呕吐物、吸入呕吐时产生的气溶胶、以及间接接触被粪便或呕吐物污染的物品和环境等感染。

#### 4. 诺如病毒胃肠炎如何治疗？

诺如病毒胃肠炎属于自限性疾病，目前尚无有效的抗病毒药物。多数患者发病后症状轻，无需治疗，休息2-3天即可康复，可口服糖盐水或口服补液盐补充呕吐和腹泻消耗的水分。对于婴幼儿、老人，特别是伴有基础性疾病的老人，如因频繁呕吐或腹泻，出现脱水等较严重的症状时，应及时治疗。

#### 5. 个人和家庭如何预防诺如病毒感染？

(1)保持手卫生。饭前、便后、加

### 中国疾控中心：

## 诺如病毒 这样预防

工食物前应按照6步洗手法正确洗手，用肥皂和流动水至少洗20秒，但需注意，含酒精消毒纸巾和免洗手消毒剂对诺如病毒无效，不能代替洗手。

(2)注意饮食饮水卫生。不饮用生水，蔬菜瓜果彻底洗净，烹饪食物要煮熟，特别是牡蛎和其他贝类海鲜类食品更要煮熟煮透后食用。

(3)病例应尽量居家隔离，避免传染他人。诺如病毒感染者患病期至康复后3天内应尽量隔离，轻症患者可居家或在疫情发生机构就地隔离，重症患者需送医疗机构隔离治疗。在此期间患者应勤洗手，保持手卫生，尽量不要和其他健康的家人等近距离接触，分开食宿，尤其不要做饭或照顾老人和幼儿。

(4)做好环境清洁和消毒工作。保持室内温度适宜，定期开窗通风。对患者呕吐物或粪便污染的环境和物品需要使用含氯制剂进行消毒。

在清理受到呕吐物污染的物品时，应戴塑胶手套和口罩，避免直接接触污染物。患者家庭环境也应依据医务人员指导加强消毒，避免在家庭内造成传播。

(5)保持健康生活方式。保持规律作息、合理膳食、适量运动等健康生活方式，增强身体对病毒的抵抗能力。

#### 6. 托幼机构和学校如何预防诺如病毒感染？

(1)及时发现和规范管理病例。托幼机构和学校应做好学生健康管理，严格落实晨(午)检和因病缺勤登记查因等工作。一旦发现呕吐、腹泻等症病人，要及时就医并隔离管理。发现病例异常增多时立即向所属疾控机构及相关行政部门报告。

(2)加强饮水和食品卫生的管理。提供安全饮用水，做好饮用水管理，对饮用水供水管网的破损、渗漏

情况进行排查，对二次供水设施定期清洗、消毒，做好饮用水水质检测，确保供水安全。做好食品原料和加工环节的监管，注意生熟分开，彻底煮熟煮透。

(3)加强厨工、保育员等从业人员健康管理。托幼机构和学校对厨工、保育员健康状况监测，出现腹泻、呕吐、恶心等肠道传染病相关症状时，应立即暂停工作，及时就医，杜绝带病上班。制作食物和配餐过程中佩戴口罩和做好手卫生。

(4)做好环境清洁消毒。对校区/园区公共场所(如教室、宿舍、食堂、图书馆、卫生间等)定期清洁与通风，对重点部位(如门把手、楼梯扶手、水龙头、便器按钮、电梯按钮、上下床扶手等)进行定期清洁与消毒。

(5)科学规范处理呕吐物。发现病例的呕吐物和粪便，应由经过规范培训的人员按照相关操作指引规范处理。重点对被呕吐物、粪便等污染的环境物体表面、生活用品、食品加工工具、生活饮用水等进行消毒。

(6)开展宣传教育。充分利用微信公众号、视频号、微信群、一封信等多种方式开展诺如病毒防控知识宣教，养成勤洗手、吃熟食、喝开水的良好卫生习惯。

## 关于联合开展“风雨沧桑四十年” 内丘县中医院建院40周年“扁鹊杯” 主题有奖征文启事

所取得的辉煌成就，深情回顾中医院发展的艰难历程，更好地营造扁鹊中医药文化氛围，由河北省中医药发展中心指导，中共内丘县委宣传部、内丘县文学艺术联合会、内丘县融媒体中心主办、县中医院具体承办“风雨沧桑四十年”扁鹊杯主题有奖征文活动。有关事项如下：

#### 一、征稿对象：

关心内丘县中医院建设与发展的社会各界人士和广大病友、医院在职及退休职工。

#### 二、征稿内容：

回溯、评述医院建设与发展的历史事件；记录个人工作中的艰辛与喜悦、感动与收获；讲述中医药情缘以及发生在您和中医院间的真情故事等等。

#### 三、稿件要求：

字数1000—3000字左右，配有相应的图片更好。

#### 四、稿件内容必须为作者原创，文责自负。

#### 五、征文时间：

即日起至2024年1月31日。

#### 六、奖项设置：

征稿截止后，组委会将聘请专家进行评奖。

设特等奖1名，奖金3000元；一等奖2名，奖金各1000元；二等奖3名，奖金各500元；三等奖4名，奖金各200元；

优秀奖30名，获纪念品一份。特等奖、一、二、三等奖获得者均赠送一张价值300元的健康体检套餐卡。本次征文的优秀作品，

将结集出版，作为献给医院40岁生日的一份厚礼。获奖名单将在《河北中医药》《内丘报》《内丘发布》《内丘文艺》和医院院报《扁鹊医讯》、中医院微信公众号等媒体上公布。

稿件陆续在《内丘报》、《内丘发布》《内丘文艺》和中医院院报《扁鹊医讯》、中医院微信公众号上发表。择优推荐到《河北中医药》《中国中医药报》等省级以上媒体刊发。同时邀请获奖者参加颁奖仪式。

#### 七、投稿方式：

投稿发送到 zys20319@163.com。

来稿请注明“院庆征文”，并详细注明作者、单位或地址、联系电话。

内丘县中医院“风雨沧桑四十年”  
征文活动组委会  
2023年2月