

聚焦春运

郑州东站可开具临时身份证明

本报讯(记者 张丽霞 通讯员 赵晶晶) 如果您到郑州东站后,发现未携带有效身份证件购票、乘车,可以到站内三层候车厅南侧的第8售票处铁路公安制证窗口开具临时身份证明。这是记者昨日从郑州东站获得的消息。

乘车的旅客,办理临时身份证明时,须符合下列条件之一,并提供一寸照片一张:
(1) 出具所在地公安机关的户籍证明信。
(2) 学生旅客出具所在学校的证明信。
(3) 中国人民解放军、武警部队现役军人持所在部队出具的证明信。
(4) 外籍旅客持当地使领馆出具的证明信。
(5) 凭其他有效

证件购买车票的旅客持发证部门出具的证明信。
(6) 通过其他方式能够证明本人身份的。证明信内容必须包括旅客姓名、性别、出生年月、籍贯、有效身份证件号码等信息,并加盖证明单位公章。购票后丢失有效身份证件的,证明信内容应与车票票面记载的旅客身份信息一致。

车站铁路公安部门办理的临时身份证明一式两联,载明持有人姓名、性别、年龄、身份证件号码,一联为公安留存,一联供旅客购票、退票、中转签证、验证检票以及乘车使用,由旅客自行妥善保管,站车不予收回。同城车站均实行实名制时,临时身份证明可以通用。

我市派出5路督查组督导春运

本报讯(记者 黄永东 实习生 孙勇强)连日来,市春运工作领导小组派出5路督查组,分别到市区、各县市汽车站和郑州火车站进行督导检查。

近日,记者跟随其中一路督查组在长途汽车中心站看到,车站入口处配备了司机酒精检测仪,客车上安置了防撞报警系统。该站站长介绍,今年他们还实行了司机4小时强制休息指纹认证系统,在试点省市设置了司机换班休息的接驳点,预计高峰时每天发车可达到800班次。在郑州火车站,督查组查看了安全监控大厅和候车室等处。车站负责人介绍,目前,一天客流量在八九万人,预计最高峰在除夕前的两三天。40%的车票都通过网络销售,方便乘客购票。

督查组要求春运各成员单位在保障安全、服务优质、组织有序等方面下功夫,密切关注天气,做好冰雪天气应急预案。

郑州铁路局新浪微博发布厅上线

本报讯(记者 张丽霞 通讯员 汤本光)1月26日春运首日,郑州铁路局新浪微博发布厅正式上线服务旅客出行。

据介绍,该局新浪微博发布厅包括微博矩阵、微博展示厅、春运咨询台、微博直播间四大平台。发布厅全方位、立体化地发布春运期间与旅客出行息息相关的铁路新闻、便民措施、票务咨询等各类信息。微博矩阵除了嵌入郑州铁路局的官方微博外,还将郑州火车站、郑州东高铁站、洛阳火车站等30个客运基层单位官方微博一并嵌入,携手为网友服务。

网友可通过发布带有#郑州铁路局春运咨询#关键词的博文与郑州铁路局咨询和互动,也可在郑州铁路局发布厅的页面上直接发布微博,向郑州铁路局提出问题。对网友的微博提问,微博管理人员会在第一时间主动核实了解相关情况,给予答复。



昨日,郑州市公安局柳林派出所治安管理服务大队的民警在“郑州—江苏泰州”民工专车上,向返乡过年的农民工讲解安全出行常识和乘车注意事项。据了解,为了方便在郑务工的江苏农民工返乡,柳林派出所治安管理服务大队民警牵头联系相关部门开通了“郑州—江苏泰州”民工返乡专车,春运期间每天发出两班,每天发车前,民警都会对驾驶员和乘客进行安全教育,确保乘客平安抵达目的地。
本报记者 丁友明 摄

厂区能购票 返乡不再难

富士康近20万员工受益

本报讯(记者 黄永东 通讯员 蔡冬丽)又是一年春运时,今年在郑州富士康工作的近20万工人将不再为回家的车票而发愁。市交运集团把售票窗口设到了工厂园区,同时,家住南阳、周口、驻马店三地的员工还将享受汽车直接上厂区的服务。

据富士康郑州园区工会负责人介绍,富士康园区近20万工人将集中在春节前一周放假,这么大的输送量在春运期间是一个难题。为

解决这一问题,郑州园区工会和市交运集团提前沟通,确定在航空港区厂区内设立了4个临时售票点,售票点实行联网售票,可购买10日以内郑州各大汽车站的火车票。此次活动从1月24日开始,将一直持续到2月5日。

昨日中午,家在许昌的富士康员工小刘,在员工餐厅门口设置的售票点上买了回许昌的车票。“前后只用了一分多钟时间!”小刘说,“如果去市区买票,光路费至少20多块,往返还要大半天时间。这大半天要是正常上班也能挣好几十块,一来二去,等于省了100多块呢!”

此外,针对富士康郑州厂区来源比较集中的南阳、周口、驻马店三个地市员工,市交运集团别出心裁,特地开通了直达三地的返乡专车。届时,这些员工不必再返回市区各大车站乘车,等在港区公寓门口就能直接乘车向家乡方向进发。

国医大观园

“补活清消”

一名老中医陈安民谈血液病的四大中医疗法

本报记者于森文 丁友明 图



名家话养生

谁的医术高?

古籍《鬲冠子》中曾经有这样一段话:“王独不闻魏文王之问扁鹊耶?曰:‘子昆弟三人其孰最善为医?’扁鹊曰:‘长兄最善,中兄次之,扁鹊最为下。’魏文侯曰:‘可得闻邪?’扁鹊曰:‘长兄于病视神,未有形而除之,故名不出于家。中兄治病,其在毫毛,故名不出于闾。若扁鹊者,镵血脉,投毒药,副肌肤,闲而名出闻于诸侯。’”

大意是这样,魏文王曾经问扁鹊:“你们弟兄三人当中谁的医术最高?”扁鹊回答说:“我的大哥医术最高,二哥稍次一点,我的医术最差。”魏文王说:“那为何天下人都知道你,而不知道他们呢?”扁鹊答说:“我大哥擅长治未病,总是在病人病情没发作之前就病根除了,由于大多数病人都不知道其中内情,所以他的名气就没法传出去,只有我们自己家的人知道。我二哥擅长治小病,他总是在病人得病之初就药到病除了,人们都认为他只能治些小病,因此他只在乡邻之间小有名气。而我扁鹊治病,遇到的多是重病,经常会用针扎血管放血、下猛药、动刀切肉做手术——治病手法特殊,而我运用这种手法又很娴熟因此闻名于全国。”

这段扁鹊与王的对话在今天仍具现实意义,至少有两个启示:一、小诊所里的大夫并不一定都比大医院里头衔一大堆的名医水平差,遇着小病别总是扎堆去大医院看;二、平时注意饮食和锻炼,注重疾病预防,遇到小病别马虎,省得日久积成大病动手术。

名医档案

陈安民,河南省中医学院主任医师、教授,全国第五批老中医药专家学术经验继承指导老师、中华中医药学会血液病专业委员会委员、河南省中医药学会血液病专业委员会主任委员、河南省老年学会老年保健专业委员会理事。

擅于运用中医药治疗各类贫血、紫癜、白血病、骨髓增生异常综合征以及真红细胞增多症、血小板增多症等血液系统疾病,撰写医学论文50余篇,著有《中西医结合防治急性脑血管病》、《百病宜忌》等9部医学专著,获科研成果奖13项。

补益之法

“实则泻之,虚则补之。”顾名思义,补益之法是针对血液病患者中虚证证候的疗法。

“血液病患者,虚证者十有六七,虚实夹杂者十之二三,纯实证者很少。”

陈安民说,从血液病的脏腑功能失调所致病证来看,虚证较多,兼挟实证者大多是因虚致实,兼挟发热者也多因虚、瘀、毒致热,无论是血虚、血瘀和血证与发热,大都与脏腑虚损有关,故补益之法是为治疗血液病的最为常用的第一基本治法。

陈安民说,虚损不同,补益之法又有多种不同具体补法。如补气、补血、气血双补、滋阴、壮阳、阴阳并补、五脏之补等等。而在五脏之补上,又有诸如补心、补肺、健脾、养肝、滋肾、补益心脾、滋补肝肾、温补脾胃等,但最常见的补法为气血双补、滋阴壮阳之法。

活血之法

在长期诊疗血液病实践中,陈安民发现,不少血液病患者,常见局部郁胀、肿胀,按压多有凹陷痕迹或仅有轻微压痕。

“这些都是血瘀证的临床表现,并且伴有舌黯、唇黯、目黯、指(趾)黯,头痛、胸痛、胁痛、骨痛、脉沉、缓、涩等。”陈安民指出,依据“温化者乃热则流通也”这一中医原理,在治疗血瘀证的活法中,常选用益气活血、行气活血、利水活血、活血通络、活血行瘀的疗法。

“像八珍汤、十全大补汤、当归补血汤,这些都是很好的益气

活血方剂。”陈安民说,而活血之法多与理气之药相伍,有时也需配伍利水除湿及温通之品,这是因为血乃阴液,水亦阴液,水即血液的主要成分。水之不行,血也瘀阻,运行障碍。

清热之法

陈安民指出,清热之法是针对血液病发热证候而设的。由于血液病患者自身气血阴阳失调,常常会导致虚热,通过此法可调和阴阳使之恢复平衡状态。例如,当归补血汤和六味地黄汤,可补虚清热;因气血瘀滞蕴结生热成毒等所致的发热,用凉血清热、祛瘀清热、清髓解毒、清肝解热的疗法,疗效不错。

“但值得注意的是,清热要顾护胃气、阴阳并理。”陈安民提醒,对寒热错杂证候必须明辨阴阳、何胜何衰,切忌杂药乱投,致令疾病更加复杂。

消积之法

消积之法,是指软坚、消积、散结之法,而非主治消化不良之消食导滞之法。

“在血液病患者中,常见有淋巴结肿大、肝脾肿大或身体其他肿块等症。”陈安民表示,此类肿块多为气滞、血瘀、痰郁、湿停郁结日久凝聚而成。例如浅表淋巴结肿大,大小如黄豆、樱桃、大枣者不等,或多或少,坚硬不移,无痛,多居颈项两侧、耳后、颌下、腋窝、腹股沟等处。此证可用化痰散结的疗法,可用消癥丸、加味二陈汤(二陈汤加丹参、牡蛎、大贝、夏枯草)等来治疗。

国医动态

敦煌古籍觅良方 治愈患者三万例

本报讯 甘肃中医学院教授王道坤早在20世纪80年代初期便开始发掘敦煌医学,他从敦煌经卷古籍里研究出的药方被大量应用到临床医疗中,目前,治愈的疑难病症已有三万多例。

1983年,王道坤在筹建医学史博物馆的过程中,发现有关敦煌的经卷古籍里有很多涉及中医学,就和同事设立专门的研究课题。王道坤介绍,敦煌药方是中医学的分支,其中内涵医经、医方、养生、针灸等方面的药方有1000余个。经过文献、实验、临床应用等三个阶段的研究,制出的药物已经广泛应用于临床医疗,相关的著作也有9部。(徐雪)

中医院里买年货 当归枸杞上餐桌

本报讯 年关将近,市民们都开始大宗置办年货。不少热爱养生的市民竟将目标瞄准了中医院,纷纷前去大批采购当归、枸杞、百合、红景天等中药散饮片。

家住汉口航天双城的梅女士平时酷爱养生,她特地来到武汉市中医院“打年货”。一包50克的冬虫夏草、一盒西洋参、一些茉莉花、玫瑰花茶,还不忘买几套煲汤药材。尽管花费一万多,她却认为值得:“健康可是无价的。”像她这样来医院不为看病,只因养生的市民并不鲜见,细黄药材处金德珍主任说每天都会接待二三十位。(祁燕)

每周妙方

治口腔溃疡两验方

方一:
金银花、甘草各30克(3岁以下减半),用120~150毫升开水浸泡30分钟,冷却后再加热煮沸,并继续煮3~5分钟,煎取药液40~60毫升,待药液凉后以棉签蘸取药液涂于溃疡局部,每日4~6次,每日1剂,2~3日即愈。

方二:
口漱净,用消毒棉蘸云南白药粉涂在溃疡处。涂药后禁食、禁水15分钟,每日涂药6~10次,睡觉前必须用药一次。

治疗期间要禁吃葱、蒜、辣椒等刺激性食物。一般用药2~3天即可见效。