

校园速递

★近日，“2015河南省河洛跳绳节”在洛阳举行。郑州市第七十六中学参加了3大项5小项的比赛，获得了7个名次3枚奖牌，最终获得团体二等奖的优异成绩。近年来，该校结合金水“442模式”，在“一校一品”的发展格局下，将花式跳绳作为学校特色活动并纳入课程体系，以花式跳绳社团为点，以全校推行花式跳绳为面，逐步将花式跳绳打造成为该校的特色。在校领导的大力支持下，花式跳绳已经成为该校活动的亮点，并在省市级比赛中获得优异成绩。 李霞

★近日，郑州师范学院附属实验中学和金水区南阳路第二小学分别迎来了郑州市校园足球办公室对校园足球特色学校的专项督导。检查组一行实地察看了两所学校的足球大课间，观摩了体育老师的足球课，还查阅了学校的足球档案。检查组肯定了两所学校前期足球特色工作的思路和做法，并对学校足球工作的开展给予了高度肯定。 张霞

★为了倡导环保理念，10月29日，金水区文化路第二小学联合郑州地铁举行“地铁安全进校园”活动。参与此次活动的五位老师都是来自郑州地铁一线的工作人员，她们通过生动活泼的课堂语言，利用多媒体等呈现形式，耐心而又细致地回答同学们提出的各种问题，还向同学们讲解了地铁安全系列知识。此次活动让同学们了解了郑州地铁发展的基本概况与郑州的地铁文化。学校还结合德育活动，教育学生安全乘车、文明出行，做一个文明的交通参与者，倡导“节能减排、绿色出行”的生活方式。 赵海霞

★为了增强学生交通安全意识，提高学生的交通安全防范能力，预防交通事故的发生，10月30日，金水区黄河路第一小学各班利用班会时间，开展了以“交通安全记心中”为主题的班会。此次班会，让学生更广泛地了解了交通安全知识，同时也规范了学生在交通安全方面的行为，提高了学生的交通安全防范意识，为学生的生命安全筑上了一道新防线，使学生能健康快乐成长。 海伟霞

★10月29日，金水区优胜路小学依据《优胜路小学“课程开发专项奖”奖励制度》，举行了首届“校本课程开发专项奖”颁奖活动，区教育发展研究中心张燕丽老师受邀参加了本次活动。据介绍，随着课程建设的逐步推进，金水区优胜路小学为了弥补课程领导力的短板，学校尊重教师差异，创新课程开发形式，鼓励“一人开发多门”校本课程，课程门类得以不断丰富，如今已实施的校本课程达46门。 徐晓杰

★10月30日，金水区龙子湖第五小学邀请金水区人民检察院的检察官来到学校给孩子们上了一堂精彩的法制教育课。此次教育活动抓住小学生年龄小的特点，以生动的案例分析法律知识，讲解法律与生活的联系，从日常小事谈起，剖析因坏习惯的养成导致违法犯罪的典型案例，呼吁学生“勿以恶小而为之”，让孩子们从小养成良好的行为习惯，树立法制意识，学习法律知识，努力做一个知法、懂法、守法、用法的优秀小学生。 王冠

★10月27日，韩国庆尚北道大都中学的师生一行34人，来到郑州市第九十六中学进行为期三天的交流学习，和郑州市第九十六中学的学生志愿者一起学习书法、烘焙月饼、踢毽球等中国传统课程，增进中韩学生彼此了解。欢迎仪式上，九十六中的学生为韩国的小伙伴们带来充满青春气息的舞蹈表演，由九十六中老师赵静带来的一首充满中国特色的《门前情思大碗茶》，将整个欢迎仪式推向高潮。 张琳欣

★近日，金水区纬一路小学组织开展了全员阅读系列活动，引导师生养成“多读书，读好书”的好习惯。学校为每个班级配备了书柜，各班组织学生每人推荐一本优秀图书放到书柜里供学生借阅，班级图书管理员负责图书的借阅，同年级各班根据学生阅读情况互换图书。学校把每周三下午定为校园阅读日，浓浓的书香散放在校园的每一个角落。 武艳玲

★近期，金水区实验小学的“宋君小学数学名师工作室”开展了“概念教学课堂展评”活动。通过本次活动的开展，工作室成员及听课教师对概念课的教学都有较大的收获与提升，进一步促进了教师的专业发展。宋君工作室将向着“成长有力量，教学有智慧，教师有特色，好课有品质”这一愿景与追求，以概念教学为突破口继续奋力向前。 任庆涛

★为加强中华优秀传统文化教育，荥阳市在各中小学校认真开展“经典诵读”特色教育活动，以优秀的传统文化陶冶年轻一代，培育和造就他们爱国、立身、为民的处世情操。不少中小校园内都普遍形成一道亮丽的“国学名句”展示风景线，使学生们幼小的心灵在潜移默化中接受熏陶。 楚巧霞



呼吸道疾病：注意劳逸结合

由于天气变化较快，气温骤降，老人和小孩抵抗力较差，很容易引起伤风、感冒等呼吸道疾病，症状大多表现为咽喉肿痛、发烧、流鼻涕等，郑州人民医院呼吸内科主任贾金广建议，如果是轻微感冒，建议多喝水，可以适当吃点药，不必输液。

天气转冷，气道敏感性增高，哮喘病人易复发。贾金广表示，在这样的季节里，哮喘病人一定要注意保暖，多饮水，防止干燥，可以服用一些维生素C，晨练的人不宜起得太早，保证饮食规律。年轻的哮喘患者一定要定时服药，不要擅自改换和停用药物，要注意劳逸结合，不要过度透支健康。

此外，不要因为怕冷而一味地待在室内，平时室内的温度不宜过高，以免外出时室内外温度相差过大，否则，不仅会让人产生不适之感，而且还容易导致人体患病。

孩子生病时，家长应尽量少带其到人群密集的地方活动，平时注意勤洗手。一些有慢性病史的中老年人如果感觉症状加重，应及时就医。除此之外，市疾控中心专家强调，对于免疫力较弱的老人和儿童最好尽早接种流感疫苗，并适量参与体育锻炼以增强体质。

心脑血管病：别自行调药量

郑州人民医院心血管内科三病区主任开芸介绍，在人体受到低温刺激后，会出现交感神经兴奋，全身毛细血管收缩，使心、脑负荷加重，从而诱发心脑血管疾病。高血压的发病率随之上升，“有冠心病基础的人，寒冷会使血管中的粥样斑块不稳定，严重时可能导致血管破裂，从而造成心绞痛、脑梗等发生。”

“心脑血管疾病患者的用药量在不同的

近日郑州天气逐渐开启降温模式。这周将有一波比较强势的冷空气再度向郑州袭来，并伴随有降雨和降温。日前，记者从省会多家医院了解到，近几日，医院急诊科、呼吸科、心内科患者倍增，其中，患者群体以抵抗力较弱的老年人和小孩为主。

专家提醒，气温突降，人体抗病能力下降，会引起多种疾病，市民应及时关注天气变化，注意保暖和饮食调节，做好预防，降低气象条件对健康的不利影响。

天气渐转凉 防病保健康

本报记者 王治 汪辉 通讯员 刘璐 金雨珊

季节需要作适当的调整。”任开芸说，不少心血管病患者知道在季节更替的时候身体会出现不适，开始按自己的“医学常识”调节药量，“这种做法并不稳妥，调节药量必须根据血压监测情况进行，最好先征求医生意见，酌情调药。”

任开芸提醒，在室外气温很低时，人体的血管容易变硬变脆，特别是中老年人要特别注意增衣保暖，早晨气温最低时应推迟室外晨练的时间，以免因气温过低造成血管破裂而导致生命危险。

关节炎：做好关节保暖

关节炎的主要临床表现是关节痛。生活中有的关节炎患者会有这样的感受：每赶上天气变化、潮湿受凉时，疼痛就会加重。

郑州人民医院风湿免疫科主任史丽璞介绍，风湿免疫性疾病大多与骨关节有关，

发病原因是由于人体免疫系统功能紊乱所致，病因复杂，感染、环境因素、内分泌因素、遗传因素可能均参与其中。对于寒冷导致关节炎这一说法，目前并没有明确结论来证明此观点。但是，如有患免疫性疾病的基础，加上寒冷等环境因素，可以诱发疾病发作。

“寒冷可能是一个诱发因素但不是主要原因。”史丽璞解释，有关节炎的人在寒冷条件下会加剧症状，痛感是炎症介质刺激到痛感神经产生的，从中医角度讲，天冷血液循环不是那么畅快，炎症介质不容易被带走，就很容易感觉到疼痛。此外，有研究表明，寒冷天气会使人产生负面情绪，而负面情绪可以降低疼痛阈值，因此使人感到疼痛。

专家提醒，寒冷天气，会出现肌肉收缩、关节僵硬、关节血运减少、滑液分泌减少的情况，发生关节意外受伤的概率会大大增加。如果长期这样无疑会增加关节负担，减少关节使用寿命。因此，寒冷季节做好关节保暖是很有必要的。

健康关注

市骨科医院医生进入“中国骨科好医生读片大赛”总决赛

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 郭亮兵)日前，由《中华骨与关节外科杂志》主办的“中国骨科好医生读片大赛”北京赛区总决赛在北京举行，市骨科医院脊柱骨科II郭小伟医生在本次决赛中荣获第一名，进入全国大赛总决赛。

据了解，“中国骨科好医生读片大赛”全国共分8大赛区，北京赛区属第7大赛区。各省市骨科医生在经过了200多场初赛和复赛层层选拔，最终产生了9位北京赛区总决赛参赛选手。影像学资料在骨科疾病的诊疗中至

关重要，阅片读片能力是骨科医生的基本功。中国骨科好医生读片大赛给全国骨科医生提供了交流平台，旨在推进全国骨科医生良好的读片能力与临床诊疗思路相融合，重视临床规范化培训，提高骨科医师良好的诊疗水平。



近日，美国梅奥医学中心曲文春教授到郑大五附院讲学。 丁友明 摄

郑大二附院成为国家消化系统疾病研究中心核心单位

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 彭永强)日前，由国家科技部、国家卫生计生委、总后勤部卫生部联合发起的国家消化系统疾病临床医学研究中心启动大会在西安召开。大会上，郑大二附院获批为消化系统疾病国家临床医学研究中心核心单位，该院也是我省唯一的国家消化系统疾病临床医学研究中心核心单位。

研究中心获批后，依托学科影响力，在全国范围内成立整合中心，通过中心网络的建设及研究任务的推荐，有望在胃癌、肠病、肝病、内镜介入等方面形成具有我国特色的成果、医疗产品及技术优势，将极大地推动我国消化系统疾病研究的发展，提升我国生物医药科技产业的竞争力，为我国临床医学未来组织模式的改革与优化提供可借鉴的建设经验。

消化系统疾病国家临床医学研究中心以“胃癌的早期诊断及精准治疗”、“难治性肠病的内外科治疗”、“晚期肝病的综合诊治”、“内镜介入新技术”为重点突破方向，共组织6个研究组。中心核心单位及协作单位依据各自临床资源及研究力量的基本情况，选择重点参与的研究课题。借中心成立大会召开的契机，各研究组就研究任务分配、组织模式、资源整合等进行了专题讨论，形成了后续研究工作开展的具体方案。



日前，由郑州市医学会主办、市三院承办的“郑州市高压氧治疗培训中心揭牌暨北京—郑州高压氧中心合作启动签约仪式”、“2015年高压氧诊疗新技术的临床应用学术会议”，在市三院举办。 丁友明 摄

关于受理社会各界对国家开发银行股份有限公司资产安全监督举报的公告

国家开发银行股份有限公司(以下简称国家开发银行)作为我国中长期投融资主力银行，致力于以市场化方式服务国家战略，支持经济社会发展。国家开发银行始终秉承“办行、民主办行的宗旨，努力实现“阳光投资”，建设“阳光工程”。自2006年8月成立“审计举报办公室”以来，国家开发银行公开受理来自社会各界的监督举报，取得了良好效果，为加强风险防范，履行社会责任，共建健康企业、健康市场、健康金融发挥了积极作用。

国家开发银行在此重申：  
**热忱欢迎社会各界对国家开发银行资产安全进行监督，对危害或可能危害国家、地方、公众及国家开发银行利益的行为进行举报。**  
 现就有关事项公告如下：  
 一、监督范围  
 与国家开发银行资产相关的项目法人及组织，包括国家开发银行的贷款项目及客户，为国家开发银行贷款提供各类担保的客户，以及国家开发银行的管理资产所涉及的其他客户等。  
 二、监督内容  
 (一)利用虚假的经营信息或申报材料骗取国家开发银行贷款的行为。企业以不真实或虚假的资产、负债、损益信息及其他申报材料信息恶意虚报包装，以骗取国家开发银行贷款的行为。  
 (二)挪用、挤占、侵占国家开发银行信贷资金的行为。借款人或用户违反合同约定，擅自将项目贷款资金挪作他用，或非法占用、私分和转移，或造成重大损失和浪费，以及其他违法违规使用行为等。  
 (三)恶意拖欠贷款本息或悬空国家开发银行债务的行为。企业有钱不还，或借重组、改制等重大经营事件，转移和抽逃资金，逃避和悬空债务，以及其他有意、故意、恶意逃废债的行为等。  
 (四)侵害国家开发银行投资权益等其他危害国家开发银行资产安全的行为。

三、举报方式  
 社会各界人士如发现上述情况，可采用书信、来访、电话、传真、电子邮件等形式，随时向国家开发银行反映或举报。反映或举报内容尽可能详细具体，实事求是，不主观臆测。反映或举报可以署名或匿名。为便于了解更详细的情况，反馈有关调查处理情况，鼓励举报人提供真实姓名并留下联系方式。国家开发银行承诺对举报人身份严格保密。  
 四、奖励  
 经调查，举报情况属实，且避免或挽回国家开发银行资产损失的，国家开发银行将视具体情况对举报人给予一定的奖励。  
 五、受理联系方式  
 1. 总行  
 举报受理或来信地址：北京市西城区太平桥大街16号国家开发银行股份有限公司审计举报办公室(邮编：100032)  
 电话：010-68333171  
 传真：010-68308914  
 E-Mail: jubao@cdb.cn  
 2. 分行  
 来访或来信地址：郑州市金水路266号，国家开发银行股份有限公司河南省分行审计举报办公室(邮编：450008)  
 电话：0371-69331706  
 传真：0371-66000590  
 六、此公告由国家开发银行解释，相关内容已在国家开发银行网站上予以公布。  
 特此公告

国家开发银行股份有限公司河南省分行  
 2015年11月5日

冬季糖尿病高发 专家提醒科学诊疗

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 王建凯 黄敏)河南省糖尿病防治“蓝光组织”学术研讨会近日在郑州市九院举行。来自省内多名糖尿病专家共同探讨糖尿病一体化规范诊疗，提升糖尿病诊疗技术水平。

糖尿病是继心脑血管病、恶性肿瘤之后的第三大健康杀手，在我国有庞大的患糖尿病人群，限于目前医学水平，糖尿病可防可控。

为唤起公众对糖尿病的防治和认知知识，加强糖尿病的规范化治疗，今年3月，市九院启动糖尿病防治“蓝光组织”，以该院为主体，意在团结社会各界，将患者、医生、护士及医疗管理人员等协调整合到一个团队中，共同致力于糖尿病的教育、筛查、预防和治疗，进一步提高糖尿病的检出率、管理率及控制率，预防并发症，惠及患者、家庭及社会。

冬季是糖尿病高发季，市九院内分泌代谢科主任彭跃进提醒，糖尿病患者应养成健康的生活方式，注意饮食调节、适当运动、药物控制、加强监测等科学防治糖尿病。糖尿病患者足部要特别注意保暖，防止冻伤。