

文明 身边正能量

# 球友突发心梗 医生紧急施救

## 提醒:夏季是心脑血管疾病高发期,公众应注意保健预防

本报讯(郑报全媒体记者 邢进)下班之后在球场打球,郑州市二院神经内科医生牛国策遭遇了球友突发心梗倒地抽搐的一幕。危急情况下,他挺身而出,全力施救,为挽救球友生命发挥了关键作用。最终,在牛国策和120急救人员的共同努力下,患者自主心跳和呼吸顺利恢复,被送往医院进一步救治。

据了解,7月4日晚9时许,热爱运动的牛国策在学院南路一篮球场打篮球。正当大家激烈争抢时,一名球友忽然在篮筐下倒地抽搐。

牛国策迅速伏地探查其生命体征,发现患者自主意识丧失,神志不清,呼吸和心跳消失,颈动脉搏动消失,口唇发紫。他立即喊旁边的人帮忙拨打120,并随即开始心肺复苏。“我趴在患者胸前直接听诊时,发现

他心跳骤停,非常凶险,如果不及及时进行心肺复苏后果不堪设想”,牛国策将患者仰卧,头向右侧,维持气道通畅,开始持续按压、吹气,行心肺复苏术。几分钟后,120赶到,这恰好是郑州市二院急救站负责的区域。牛国策向同事交接病情后,经过急救医护的继续心肺复苏、除颤后,患者的自主心跳、自主呼吸恢复,随后病人被送入医院进一步治疗。

“出手救人是职业本能,更是医生的职责”,牛国策表示,自己从医10年,日常工作中,神经内科救治遇到的危重症较多,所以遇到这种情况比较冷静,“算是有条不紊完成了一次院前急救”,牛国策后来向同事,听说患者生命体征已经稳定了,他感到特别欣慰,于是发了一条朋友圈纪念这特殊的一刻。同事和朋

友们这才得知牛国策路边救人的事迹,大家纷纷为他“点赞”。据悉,在急救的“黄金三分钟”时间内,正确实施心肺复苏,能提高院前急救效果,达到挽救生命、减轻伤害的目的。牛国策的及时施救,为挽救患者生命发挥了关键作用。

无独有偶。7月6日上午,郑州市二院急诊科再次接诊了一名急性心梗患者。事发时,这名40余岁的患者正在医院周边修车,突感不适,于是自行来到医院就诊。刚进医院大门就支撑不住了,急忙大声求救。急救科医护疾奔出来施救,患者二度心跳骤停,二度被成功救回。患者最终被送入导管室,接受了介入治疗,目前已无大碍。

急诊科主任杨茜说,冬夏两季是心脑血管疾病的高发期,今年进

入盛夏以来,郑州高温高湿闷热不堪,这种天气对心脑血管疾病患者“极不友好”。公众一定要注意保健,尤其是有心脑血管病史的患者,如果有身体不适,万不可大意,一定要及时就医。

炎炎夏日,如何保健?杨茜说,夏季心脑血管疾病高发,是因为天气炎热、出汗多、血压波动大,血液容易黏稠。所以预防心脑血管疾病,要注意保持血压正常,合理安排饮食,选择低脂肪、低胆固醇、富含维生素的食物,限制含糖食物的摄入,积极参加慢跑、散步、游泳等体育锻炼,促进机体新陈代谢,增强心血管系统的调节功能,降低血液黏稠度,加快血流速度;同时,要戒烟限酒,生活规律,早睡早起,保证充足睡眠,保持心情愉快,避免情绪激动。

提供岗位逾1.5万个

## 高校毕业生专场招聘会等你来

本报讯(记者 李娜 实习生 姬瑛蕾)郑州2022年高校毕业生专场招聘会将于7月8日和12日举办。

为方便企业招聘和毕业生求职,本次交流会将分别在两个场馆举办,7月8日在经开区经二路50号郑州人力资源市场举办,12日在大学中路95号郑州人力资源中心市场举办。

本次招聘会共邀请200家大中型企业、知名企业、国企、央企等用人单位参加,涵盖IT技术、房产建筑、土木工程、教育培训、机械制造、餐饮酒店、文化传媒、生物医药等多个行业,提供1.5万余个就业岗位。

为使更多的用人单位有机会参与招聘,两天招聘会每天参会的招聘企业基本上不重复。近百家知名企业、国企、央企报名参会,每家企业都有一定的岗位可以接受应届毕业生,其中80%岗位不设置工作经验要求。

主办方提醒参会人员:招聘会是在当天上午8:30-12:30举行,应往届毕业生均可参加。为严格落实防疫措施,招聘会除了要求佩戴口罩、扫健康码,还要查看72小时核酸检测结果或检测记录进场。

个行业,提供1.5万余个就业岗位。

为使更多的用人单位有机会参与招聘,两天招聘会每天参会的招聘企业基本上不重复。近百家知名企业、国企、央企报名参会,每家企业都有一定的岗位可以接受应届毕业生,其中80%岗位不设置工作经验要求。

主办方提醒参会人员:招聘会是在当天上午8:30-12:30举行,应往届毕业生均可参加。为严格落实防疫措施,招聘会除了要求佩戴口罩、扫健康码,还要查看72小时核酸检测结果或检测记录进场。

文明 诚信建设

## 粗心顾客二次付款 诚信店家主动退还

本报讯(记者 党贺喜 通讯员 王粮泊)因一时疏忽大意,给商家二次付款,正当他为自己花了398元懊恼不已的时候,没想到,“冤枉钱”居然“悄然而至”。面对失而复得,他感慨地说:“如此讲诚信,有良心的商家,必须给个大大的赞!”

事情的原委是这样的。前不久,这位顾客在美团上购买兰湘子餐饮店398元的套餐,到店消费时忘记自己已经在网上付过款,又扫码进行再次支付。当晚,店长盘账时发现了这笔重复支付的账单,当即多方查询顾客联系方式。查询未果,店家又写了一份认领启事,张贴

在店中并在朋友圈发布寻找。

6月24日,这位顾客再次来到店中消费时,发现了这份认领启事。兰湘子店员经过核对订单号,确认顾客身份后将多付的费用悉数退还。

诚信经营是立业之本,兴业之道。扎根二七路丹尼斯大卫城10层的兰湘子餐饮店自开业以来,就本着诚信经营的理念,赢得了不少回头客。当顾客称赞商户这种诚信经营的行为时,店长淡然说道:“在店里我们是经营者,出门之后也是消费者,消费者当然希望经营者要诚信,大家都诚信了,咱老百姓消费就更放心了!”

《郑州市文明行为促进条例》颁布实施四周年

## 10万余名志愿者开展主题实践活动

本报讯(郑报全媒体记者 苏瑜 通讯员 王博)今年7月1日是《郑州市文明行为促进条例》颁布实施四周年纪念日。为持续学习宣传践行《条例》,郑州市文明办组织号召全市文明单位、文明校园、文明村镇、文明社区和志愿服务组织全域开展了“学习宣传践行条例 做文明有礼郑州人”主题实践活动。

据了解,7月1日前后,全市共有10万

余名来自党政机关、文明单位、文明校园、志愿服务组织的志愿者走进城市社区、公园广场、农村、景区、建筑工地、农贸市场、公共文化服务场所、城市商业中心,开展公共文明行为常识进机关、企业、工地、学校、社区、农村、景区、网络“八进”活动,开展《河南省文明行为促进条例》《郑州市文明行为促进条例》宣传活动,开展文明行为引导和文明行为劝阻活动。

## 学习安全知识 提升安全意识

本报讯(记者 成燕 文/图)如何普及安全教育知识,让青少年度过一个平安快乐的暑假?作为郑州图书馆“悦读一夏”系列活动之一,7月5日,“谁是家庭救生员”——防溺水亲子体验活动在郑州图书馆报告厅举行。市红十字水上义务救援队负责人、黄河水利科学研究院专家学者等围绕安全主题进行生动讲述。

据了解,此次该馆推出的“悦读一夏”系列活动,涉及防溺水、防汛安全、预防欺凌、应急救护四个主题。

活动期间,市红十字水上义务救援队队长牛振西围绕如何避免溺水及救生方法、泳池内溺水如何自救、如何互救等进行讲解。随后,该救援队专业人员通过专业细致、生动有趣的讲解,详细阐述发生溺水事故的常见原因、安全措施、游泳安全常识、现场急救等方面知识,并进行情景模拟。不少家长和孩子表示,通过此次活动,不仅学习了防溺水知识,还增强了安全意识和自救自护能力。



## 庆七一 展风采 亮赛比 创五星 全市第二届“十佳”村(社区)党组织书记风采

## “小社区”书写“大治理”

——访中原区桐柏路街道平安街社区党总支书记刘红英

她让42个居民群链接成一条金丝带,用稳稳的付出,为平凡的生活带来了信心和底气;她倾听每一个愿望,时刻回应居民的需要,一笔一划描绘平安街的多彩——她就是桐柏路街道平安街社区党总支书记刘红英。

“小社区”书写“大治理”,平安街是一个由42个居民群链接成的一个新建成商品房社区,管辖16万平方米,辖区居民5800户。2019年到这里工作之后,刘红英带领“两委”从零开始,经过3年的探索与努力,让平安街成了“最有温度、最有活力”的社区。



刘红英(左)和社区老人话家常,倾听居民所愿(资料图片)

### 居安 静看夜幕降临后的万家灯火

“居有所安”是群众最朴素的心愿,也是社区工作的底线。疫情突发,守住门、值好岗是平安;暴雨来袭,紧急抢险是平安;核酸检测,不漏一人,也是平安。

2020年初,面对疫情,平安街社区无居民信息、无团组织,更别说固定的志愿者。危急时刻,在上级党委的指导下,刘红英带领全体党员发起了“争当1小时守门员”接力活动,号召群众把碎片化时间利用起来,守门护院,共筑平安。以“1小时”为单位,方式灵活、门槛低,参与的人越来越多。居民也逐渐认识到,守大家的门,就是守自己的门,看的是大院,护的是小家。

如今,平安街志愿者已达到1579名,成了社区文明治理的生力军,带来了疫情隔绝不了的温度。

### 民乐 寻找街头巷尾中的“诗和远方”

民之所乐,责之所在。几年来,刘红英带领的团队获得国家老年友好型社区等多项荣誉。她主动打破“谁来社区服务谁”的模式,走出党群服务中心搞服务、办活动,把年轻人作为争取的主要力量,借助青年联谊会、相亲大会等活动,先后孵化出志愿者联盟社、“小红帽”服务队、“乐活乒乓社”等16家社团,吸引了2763名成员。

面对乱丢垃圾、不文明养犬等顽疾,居民不便管、物业不好管,刘红英以老年人为主体的成立了“生委劝阻社”,发挥他们有时间管、有胆量管的优势,短时间内让这些行为销声匿迹。

从“1小时”发端,从“1个人”起始,聚光成炬,社区党组织从“无人可用”到“一呼百应”。每年上百场群众文化活动,95%以上由社团全程策划、全程组织、全程实施,而党组织只负责审核方案、把好方向。她带领平安街社区跳出了“柴米油盐”“家长里短”,找到了自己的“诗和远方”。

### 商融 品味繁华都市里的人间烟火

疫情当下,社区难,商户更难。刘红英以区域党委为纽带搭建平台,推出了“金丝带”公益共建项目,组织签约商户推出“您好邻居 生活必需品服务”,定期在42个居民群同时发布,为商家做推广。有了党组织这块金字招牌的加持,居民买起来安心,用起来也放心。“金丝带”签约商户主动为居家隔离户提供网上下单,送货上门服务;为志愿者建立积分兑换长效机制,为辖区弱势群体提供免费服务项目。

16年扎根基层工作,刘红英始终把爱放在行动上,温柔而笃定的为每一件小事精打细算。她如同星火奋力燃烧,让红色接力棒在更多人之间传递。

本报记者 李娜 通讯员 孔琳

## 群众身边无小事 最是小事见真情

——访上街区济源路街道三湾街社区党委书记时阳

2020年12月26日,时阳从社区老书记手里接过“接力棒”。90后的他常常问自己:“作为上街区最年轻的社区书记,你行吗?大家会听你的吗?能带好班子吗?”

在这样一连串的问候中,开启了时阳的书记之旅。



时阳(右)拿着报纸,给社区老人讲政策(资料图片)

### 初出茅庐树威信

刚上任不到两月,时阳就遇到了大难题:十四小区物业跑路了,小区里杂乱无章、垃圾满地……尽快引进新物业,成了当时的头等大事。

在老书记的指导下,时阳带着“两委”班子入户征求意见,组织党员和居民代表商讨解决方案,最终仅用4天时间,就选定了一家新物业先期入驻试运行。小区又恢复了往日的生机,大家都说:“这小书记有两把刷子”。

这件事让他明白,要想得到群众的支持,必须要“不折不扣办好群众事”。为此,三湾街社区党委以创建“五星”支部为目标,以居民点单、社区党委派单、联建党组织和党员干部接单、群众评单的“四联单”为抓手,打造了“三湾有约”服务品牌,实现了百姓诉求“有人应”、群众关切“有人帮”、居民期盼“有人管”,真正把实事办到居民心里。

### 多方联动解民忧

三湾街社区的“高龄”老楼特别多,尤其是三湾街19号楼,煤棚破败不堪、道路坑洼泥泞,改善居住环境成了居民的共同心愿。

三湾街社区党委走访“把脉”,“开方”派单,园林中心等11家联建单位接单“治病”,热电厂免费拆除老旧墙体,铝城小学主动设计绘图,100名青少年以党史教育为“引”,13幅主题墙绘为“药”,实现了旧楼换新貌,小路变大道。老住户田福忠高兴地说:“真漂亮啊,俺们这老楼也成了网红打卡地啦。”

办好群众事决不能总是被动等问题,还要主动提供服务。

三湾街社区建立了“1+N”多方参与格局,社区党组织引领,鼓励支持各类群众组织参与社区治理,服务主体迈向多元化。他们积极培育了11支社会组织,推出了16个服务项目,累计服务群众3575人次。“灵之雀合唱团”走进国家大剧院荣获金奖,“福乐助残”项目让56位残疾人重燃生活的希望。

### 啃下“硬骨头”得民心

三湾街社区的高龄老人占到了总人口的1/5,为了给老人提供贴心服务,“温暖夕阳”项目应运而生。

在给“空巢老人”冯奶奶送报纸时,时阳发现她家后院杂物太多,围墙已经明显倾斜,随时有倒塌的危险。社区工作人员就想着帮忙把院子清一清,围墙补一补,可老太太怎么都不同意。虽然吃了“闭门羹”,可这隐患一天不消除,时阳就一天睡不踏实。一次上门工作做不通,他就多去几次,最终老太太被打动了。可当他们上门清理时,老太太却转身出门了,时阳以为她还有情绪。当他们干完了活,老太太却跟他们说:“小时,辛苦半天了,快带着大家进来吃饭,我专门去买了菜,还给你们做了红烧肉!”此时,他才知道原来老太太出门是为了给他们买菜做饭。

“从一筹莫展到游刃有余,从初出茅庐到得心应手。每当我走在街巷间,迎面而来一张张熟悉的笑脸,一声声亲切的问候,让我深感自己从事的不仅仅是一份职业,更是一份闪闪发光的事业。一切过往,皆为序章。在未来的道路上,我将继续坚守来时初心,将群众装在心里,将责任扛在肩上,用真情温暖民心,继续书写为民服务的新答卷。”时阳说。

本报记者 李娜 通讯员 孔琳