

新闻广角

把办公桌“搬”到群众家门口 “小板凳”上唠出大民生

本报讯 近年来,望江县长岭镇坚持党建引领,结合本地实际深化“板凳会”议事模式,把办公桌“搬”到群众家门口,在拉家常中听民声、解民忧、聚民智,让基层治理既有“烟火气”,又有“人情味”。

“这路灯坏了几天了,晚上出门一片漆黑,能不能赶紧修修?”

“我家想搞特色种植,但不知道现在的补贴政策咋样……”

长岭镇打破传统会议的时空限制,将议事地点灵活设在群众聚集地。傍晚时分,农闲人齐,村民家门口、大树下、广场

上、祠堂里,一场场别开生面的“板凳会”火热开场。在这里,党员干部不再是“台上讲”,而是当好“记录员”和“倾听者”。

从房前屋后的环境卫生,到产业发展的“金点子”,再到惠农政策的落实情况,群众敞开心扉,想说什么说什么。去年以来,全镇已累计召开“板凳会”150余场,收集关于宅基地管理、人居环境整治等各类“原汁原味”的意见建议100余条。这些带着泥土芬芳的建议,成为了镇村两级精细治理的重要依据。

针对群众提出的诉求,长岭镇建立

了分级办理机制:简单问题现场办公、立行立改;复杂问题当场研究、拿出对策;疑难问题明确专人、限时跟进。

为了让矛盾化解更顺畅,该镇还积极吸纳老党员、老教师等德高望重的“五老”人员加入调解队伍。他们用乡音解乡结,用情理法交融的方式,让许多“疙瘩”在谈笑间解开。去年以来,通过“板凳会”成功调处矛盾纠纷20余起,推动道路修缮、水利建设等民生实事近30件落地,群众满意度节节攀升。

“板凳会”既是议事厅,也是大讲

堂。镇村干部将晦涩难懂的文件语言,翻译成群众听得懂、愿意听的“大白话”。

“医保怎么报销?防火要注意什么?产业发展有什么新机遇?党员干部面对面讲政策,手把手教方法,让党的好声音真正飞入寻常百姓家。同时,围绕农文旅融合、集体经济壮大等重点任务,镇村干部主动向群众“取经”,收集特色种养、产销对接等发展建议60余条。

如今在长岭镇,小板凳不仅“坐”稳了民心,更“议”出了乡村振兴的新图景。(通讯员 檀春红 全媒体记者 许娟)

加强农机检修 全力备战“三夏”

当前,桐城市金神镇3.45万亩油菜、小麦陆续成熟,大规模收割在即。5月16日,镇农技人员深入各村,面向种植大户开展农机安全宣传指导。现场,工作人员围绕收割机安全操作、防火防盗、机械检修等重点内容进行讲解,发放宣传资料,叮嘱种植户规范作业、防范风险。通过面对面宣传,进一步增强种植户安全意识,消除作业隐患,为夏粮丰产丰收、颗粒归仓保驾护航。

本报特约撰稿人 黄有安
通讯员 汪志娟 摄



“椒”织振兴梦 日子“辣”么美

本报讯 5月16日,宜秀区罗岭镇小陇山社区的小辣椒种植基地,田间地头,奏响农忙“奋进曲”。

“大家注意间距,覆土要压实,趁着这几天天气好,咱们一鼓作气把苗都栽下去!”基地里,工作人员正有条不紊地指导村民栽种辣椒苗。村民们分工协作,有的挥锹翻土,有的扶苗浇水,大家

配合默契,干劲十足。近年来,该社区采取“合作社+农户+企业”的模式,将闲置土地流转集中,大力发展小辣椒、瓜蒌产业。目前,辣椒基地规模已达100亩左右,不仅盘活了沉睡的土地资源,更让村民们实现了“家门口”就业。汪林说:“我种了一辈子地,现在把田租给村里,每年能收租金,平时还能来基地打打工,相当

于挣两份钱,日子越过越有奔头!”机械助力,深耕产业“振兴路”。社区积极引入现代化农机设备,推进基地机械化作业。旋耕机、起垄机在田间来回穿梭,原本板结的土地很快变得松软平整,一条条笔直的垄沟整齐排列。同时,社区深化与企业合作,合作社负责精细化种植,企业负责统一收购销售,“各

司其职、优势互补”的模式,让合作社没有后顾之忧。小陇山社区在做强小辣椒产业的基础上,同步培育瓜蒌、茶叶等特色品类,进一步拓宽增收路径。村庄干净整洁,绿树环绕,村容雅致,邻里和睦相处,尽显宜居宜业和美乡村韵味。(全媒体记者 汪秀兵 通讯员 吴茜)

打造家门口的好学校

本报讯 曾几何时,“城区挤、乡村弱、生源外流”是横亘在望江县教育发展路上的突出难题,也是当地群众的心头所忧。为破解这一困局,2023年以来,望江县坚持教育优先发展战略,以创建国家学前教育普及普惠县、国家义务教育优质均衡发展县为牵引,聚焦群众急难愁盼,推动教育回归育人本位,用实打实的举措书写了一份有温度、有厚度的教育民生答卷。

“十四五”以来,全县累计教育支出近55亿元,新改扩建中小学、幼儿园96所,新增学位和托位分别达到4950个、2944个。望江初中城北分校、实验学校开发区分校等一批新学校相继招生,城区学位压力得到有效缓解。师资队伍也在悄然优化——五年间新增教师706人,校际交流校长、教师552人,义务教育专任教师本科学历占比从70.9%提升至82.5%。2024年,望江县成功获评国家学前教育普及普惠县,相关创建案例入选教育部全国典型案例,眼下正全力冲刺义务教育优质均衡发展县创建。

针对家长反映集中的“接送难、看管难、就餐难”,当地拿出了一系列硬招实招。2024年以来,全县投入2.2亿元新建高中学生宿舍1616间,配套完善生活安防设施,全面推行高

中全员寄宿制管理,无数家庭从此告别了租房陪读的奔波。同年春季学期起,城区义务教育学校全面推行集中供餐,惠及学生7000余名;课后延时服务、初中晚自习、暑期托管也实现了全覆盖,真正解除了家长的后顾之忧。义务教育阶段全面推行的“双学区”制改革,严格落实划片招生、阳光分班,从制度上为教育公平保驾护航。

在提升教育质量方面,望江县坚持“优师强教”。连续三年召开师德师风专题报告会,表扬“三名”工程优秀代表;三年累计派出2000余人次外出研修。同时深化长三角教育合作,先后与江苏、上海一批优质学校结对共建,两年间派出126名骨干师跟岗学习,邀请域外名师开展教研活动15场次;创新城乡联片教研机制,让优质教学资源不断下沉。作为安徽省德智体美劳“五大行动”实验区,当地学校艺术、体育成果丰硕,累计获得国家级荣誉30余项。近三年高考成绩连年刷新纪录,共有9名学生考入清华大学和北京大学,高分段人数从2023年的198人攀升至2025年的299人;职业教育对口高考本科录取人数连续三年位居全市前列。

(全媒体记者 何飞 通讯员 李曙斌)

安庆高新控股首发债4亿元

本报讯 5月19日,安庆高新控股2026年非公开发行公司债券(第一期)簿记发行成功,发行规模4亿元,票面利率2.03%,期限3+2年。

本次系高新控股以集团名义、以AA+评级主体首次亮相债券市场,实现首次无担保发行,利率创

安庆市有史以来同期限债券最低。此次首发成功落地,为高新区有效拓宽直接融资渠道、持续压降综合融资成本提供有力支撑,为园区建设、产业发展及国有企业市场化转型筑牢坚实资金保障。(通讯员 胡晶晶)

肺癌防治注意的事项和措施

鲁阳

当“肺癌”这两个字突然出现在体检报告或诊断书上时,几乎每个人的第一反应都是大脑一片空白,随之而来的是深深的恐惧和绝望。在很长一段时间里,肺癌的确意味着生命进入倒计时。但今天,我们想和你分享一个完全不同的故事——一个关于希望、进步和重获新生的故事。肺癌,这个曾经的“头号杀手”,正在医学工作者的努力下,逐渐被驯服为一种可防、可控的“慢性病”。

我们面对的现状:数字背后的真相

根据2022年的数据,肺癌在我国的新发病例约为106万,死亡病例约73万,发病率和死亡率均居所有恶性肿瘤之首。在全球范围内,它同样是导致癌症相关死亡的主要原因。大约85%的肺癌与吸烟相关,但15%到20%的患者一生从未吸烟。

肺癌主要分为两大类:非小细胞肺癌和小细胞肺癌。非小细胞肺癌生长相对较慢,而小细胞肺癌则极具侵袭性,扩散迅速。

早期发现:抓住治愈的黄金窗口

早期肺癌往往像一个潜伏的“间谍”,它通常以肺结节的形式存在,几乎没有明显症状。等到出现咳嗽、咳血、胸痛时,往往已进入中晚期,治疗难度大大增加。目前,早期发现肺癌最有效的工具是低剂量螺旋CT。它能够发现胸片上无法显示的微小病灶。对于50岁以上、有长期吸烟史、有职业暴露史或肺癌家族史的高危人群,每年进行一次低剂量螺旋CT筛查,可以将肺癌死亡率降低20%。

如果你或家人属于高危人群,请把这篇文章当作一次善意的提醒:一

次仅需几分钟的检查,可能会改写整个生命的轨迹。

精准诊断:绘制身体的“作战地图”

如果发现了可疑结节,接下来的步骤至关重要。医生会通过活检获取组织样本,这是诊断的金标准。但今天的诊断远不止于确认“是不是癌”。医生会分析肿瘤的基因组成,寻找所谓的“驱动基因突变”,如EGFR、ALK、ROS1等。这就像寻找敌人的弱点在哪里,从而选择最精准的武器。

治疗:从“敌我不分”到“精确制导”

过去十年,是肺癌治疗发展的“黄金十年”。治疗模式已经从单一的“单打独斗”转变为手术、放疗、化疗、靶向治疗、免疫治疗相结合的“多兵种协同作战”。

手术:对于早期肺癌,手术切除仍然是实现治愈的“金标准”。但手术的方式已经发生了变化。过去需要开胸断肋的大切口,如今大多数可以进行微创手术。外科医生通过几个小孔,就能精准地切除肿瘤,术后疼痛感更轻、住院时间更短、恢复更快。

靶向治疗:如果把癌细胞比作一台失控的机器,那么驱动基因突变就是它的“总开关”。靶向药物能精准地找到并关闭这个开关。例如,针对EGFR突变的靶向药,可以让晚期肺癌患者的肿瘤显著缩小、病情得到长期控制。

免疫治疗:这是我们身体里一场伟大的“起义”。免疫治疗药物是通过解除癌细胞对我们自身免疫系统的抑制,重新唤醒体内的“警察部队”,让它们去识别和清除癌细胞。

医生们将免疫治疗用于手术前,研究显示,使用免疫联合化疗后,76.9%原本无法手术的患者获得了手术机会,肿瘤缓解率高达96.2%。

化疗:不再是“洪水猛兽”。很多人对化疗充满恐惧,害怕呕吐、脱发、虚弱不堪。但请放心,现在的化疗已今非昔比。新一代的化疗药物能更精准地将化疗药带到癌细胞身边。同时,医生手中已经有了非常完备的副作用管理方案。

预后与希望:走向“慢病化管理”

过去,晚期肺癌的5年生存率不足5%。而今天,随着靶向和免疫治疗的应用,这一数字已提升至16%左右,在优势人群中甚至能达到33%。越来越多的晚期肺癌患者实现了带瘤长期生存,成为一种可以长期管理的慢性病。对于早中期患者,规范的治疗更是带来了“临床治愈”的可能。

我们想对你说

如果你或家人正在经历这场战斗,请记住以下几点:不要恐惧,相信科学。请与你的医生充分沟通,了解当前的治疗方案。寻求专业团队,一定要到正规医院,寻找多学科专家组成的团队。保持希望,医学的进步比我们想象的快得多。今天看似无解的难题,明天或许就有新的答案。

肺癌的“变形记”还在继续。从“不治之症”到“可治之症”,这条路是由无数科研工作者、临床医生和勇敢的患者共同走出来的。你或你的家人,绝不是一人在战斗。

(作者单位:安庆市立医院肿瘤科)

耳朵里总有嗡嗡声?原来是耳鸣在作怪

王涛

你是否在夜深人静时,听到耳朵里传来“嗡嗡”的声音?这种声音只有你自己听得见,搞得人心烦意乱,甚至整夜失眠,其实这种情况,很可能就是耳鸣在作怪。只有正确认识它,科学应对它,才能摆脱“耳朵里住着一个小分队”的烦恼。

什么是耳鸣?耳鸣,简单说就是外界并没有声音,但你的耳朵或大脑却“凭空”产生了一种声音感知。它并不是一种独立的疾病,而是一种症状,背后可能有多种原因。从性质来看,耳鸣可以分为两种:一种是客观性耳鸣,比较少见,比如血管搏动性耳鸣;另一种是主观性耳鸣,很常见,只有患者自己能听到,大部分耳鸣都属于这一类。

典型症状:不只是“嗡嗡”那么简单

很多人以为耳鸣就是“嗡嗡响”,其实它的声音和表现形式非常多样,以下是常见的几种体验,大家可以对照看看:持续或间歇性响声:有的人耳朵里是高亢的“吱吱”声,像老式电视机没信号时的噪音;有的人是低沉的“嗡嗡”声,像机器运转;还有的是“嘶嘶”声、“咔嚓”声,甚至像心跳一样“咚咚”响。

影响睡眠和情绪:白天环境嘈杂还好,一到晚上安静下来,耳鸣声就变得特别清晰,容易引发焦虑、烦躁、注意力不集中,甚至抑郁。

伴随听力下降或眩晕:有些耳鸣患者会同时感觉听力变差,好像耳朵被堵住了一样;还有的人

会伴随天旋地转的眩晕。

为什么耳朵里会“自编自导”出声音?

耳鸣的病因很复杂,很多因素都可能诱发或加重它,看完下面几个主要原因你就明白了:

听力系统“老化”或受损:这是常见的原因。随着年龄增长,或者长期处在噪音环境中,内耳的毛细胞受损,大脑为了“补偿”缺失的声音信号,就会错误地产生耳鸣。

耳朵本身的问题:比如中耳炎、耳屎(耳垢)堵得太深、梅尼埃病(内耳积水),以及听神经瘤等,都可能直接引起耳鸣。

血管与血流问题:如果耳朵附近有血管畸形、动脉硬化,或者血压波动太大,血液流动的声音被耳朵“听到”,就会形成节律性的“搏动性耳鸣”,声音和心跳同步。

心理与生活因素:长期精神紧张、压力大、熬夜、睡眠不足、过度疲劳,会让听觉中枢变得异常兴奋,产生或加重耳鸣。

治疗方法:做好这四点,轻松应对

临床上对耳鸣的治疗,核心原则是“病因治疗+症状管理”,总结起来就是“四位一体”:针对病因、声音疗法、心理调节、改善生活习惯,四者结合,才能有效控制耳鸣,减轻它带来的困扰。

针对病因,精准处理

这是最重要的一步。如果是耳屎堵塞,去医院清理一下,耳鸣可能立刻消失;如果是中耳炎或高血压引起的,治好原发病,耳鸣自然会好转;如果是药物因素,在医生指导下停药或换药即可。

声音疗法与药物干预
对于找不到明确病因的顽固性耳鸣,目标是“让它不影响生活”:

声音疗法(掩蔽法):用外界的平淡声音“盖过”或“冲淡”耳鸣声。比如在安静时播放白噪音、下雨声、海浪声,或者听一些轻松的背景音乐,让大脑逐渐忽略耳鸣的存在。

药物辅助:目前还没有能“根治”耳鸣的特效药,但可以用一些药物来缓解伴随的焦虑、失眠或眩晕,比如改善循环的药物、神经营养药物(甲钴胺等),或者在医生指导下短期使用镇静安眠药。千万不要自行乱用药!

心理调节与认知行为疗法

耳鸣之所以让人痛苦,很多时候是因为对它“恐惧”和“过度关注”。认知行为疗法可以帮助患者改变对耳鸣的看法,把它看作一个“无害的噪音”,而不是一种可怕的症状。

改善生活习惯,保护听力
远离噪音,管好耳朵:少去KTV、工地等强噪声环境;戴耳机遵循“60-60原则”(音量不超过60%,时长不超过60分钟)。

规律作息,拒绝熬夜:保证充足睡眠,避免过度疲劳,是预防和缓解耳鸣的基石。

健康饮食:少喝浓茶、咖啡、酒精,这些物质可能刺激神经,加重耳鸣。饮食清淡,戒烟限酒。

结语:

耳朵里时不时的“嗡嗡”声,真的不是“忍忍就过去了”的小事,它可能是身体发出的一个信号,及时去耳鼻喉科检查,明确病因,再配合科学的生活调理和心理调适,只要学会与耳鸣“和平共处”,你依然可以享受静谧的夜晚,欣赏悦耳的音乐,再也不用被那个挥之不去的“声音”所困扰。

(作者单位:安庆市第一人民医院耳鼻喉头颈外科)

