

市人民医院康复护理团队参加省级学术交流

近日，在2026年河北省康复护理学术会议暨康复护理科普视频及优质康复护理案例展示活动中，市人民医院康复科护理团队凭借扎实的专科能力、创新的康复理念、精良的展示作品，在全省众多同行的竞争中脱颖而出，一举荣获二等奖2项、三等奖1项、优秀奖2项，充分展现了医院康复护理专科水平与风采。

本次大会由河北省护理学会康复护理专业委员会主办，以“预防·康复·融合”为主题，覆盖面广、

行业含金量高，汇聚了全省各级医疗机构康复护理精英同台竞技、交流精进。

康复科一区张宇、郭志宏、谢立娟的作品《步步时光——阶梯式IOE干预在重度吞咽障碍患者中的康复护理实践》，以特色IOE专科技术为亮点，创新性采用阶梯式康复干预模式，完整、清晰、系统地展示重度吞咽障碍患者的全程康复护理过程，最终荣获案例展示二等奖。

康复科一区张培的作品《一例急性脑梗死伴多合并症患者的早期康复护理》，紧扣脑卒中

早期康复黄金时机，规范展示复杂合并症患者的早期康复介入、风险管控与功能恢复全过程，荣获案例展示三等奖。

康复科二区刘瑞霞的作品《“淋”危不惧，细“护”有方》，聚焦宫颈术后淋巴水肿患者的护理，为宫颈瘤术后继发下肢淋巴水肿的患者提供5A护理方案，荣获案例展示优秀奖。

康复科一区尹晓婉、元凯迪的科普作品从患者的日常康复入手，以生动动画形式直观演示日常生活能力康复训练要点，精准梳理大众居家康复常见问题，提高康复认

知，传播规范、科学的康复理念，分别荣获科普视频展示二等奖和优秀奖。

本次荣获多项省级荣誉，是对医院康复护理质量、专科技术与创新能力的充分认可。多年来，康复科护理团队深耕专科建设，在早期康复干预、生活能力重建等领域积淀了扎实的临床经验。接下来，团队将持续精进专科技术、优化护理服务、普及康复知识，以专业精细的优质护理助力患者康复，助推医院护理事业高质量发展。

(张丽丽)

盲人孕妇在华北医疗邢台总医院顺利产女

6月下旬，华北医疗邢台总医院产科病房顺利迎来一名健康足月、体重7.5斤的女性宝宝。宝妈李女士是一位盲人，住院分娩期间受到医护人员格外关照。

怀孕初期，李女士在朋友的介绍下来到该院产科门诊做产检。该科主任周玲非常重视这位特殊的孕妇，每次都会为她开通排队、检查绿色通道，以减少等待时间，提升就诊舒适度。整个孕期，产科医生的细心照顾和专业判断，让李女士慢慢放下了焦虑。

分娩当日，医护人员进行了全方位的悉心照料。在分娩过程中医生和护士全程陪伴，用耐心缓解她的紧张与不安，帮助她放松心情。新生命的降临，为这个特殊家庭注入全新希望，夫妻俩对产科医护人员连连感谢：“一路走来，多亏了产科医护人员的细心照顾，这里的病房不仅环境好，医生和护士的服务也非常好，让我们心里很踏实。”

面对来之不易的小生命，这个特殊的家庭喜悦中带着些许的紧张。针对这种情况，医护人员特意

为李女士和家属安排了床旁新生儿抚触、沐浴以及母乳喂养等协助。“医生的每一次鼓励和判断都让我信心倍增。”笑容始终挂在李女士的脸上。

李女士出院时，家属为产科送来了两面锦旗。一面写有“医德高尚传千里 医术精湛誉四方”的锦旗送给了医生团队，另一面写有“妙手仁心施厚德 济世良医暖苍生”的锦旗送给了护理团队。

据悉，为了更好地服务特殊人群，提升残障孕产妇的分娩体

验，该院在就医流程、硬件保障、人文关怀等方面优化升级，全面呵护特殊人群的健康，增强她们生育的信心。

此次李女士顺利分娩，不仅见证了华北医疗邢台总医院产科医护团队的暖心服务，也彰显了他们为孕产妇和新生儿的健康保驾护航的技术实力。下一步，医院将继续聚焦患者服务体验，全力开启优质服务，以患者满意作为目标，推进医院高质量发展。

(郝贝贝)

宁晋县中西医结合医院

健身气功团队开展主题展演活动

8月8日是第18个全国全民健身日，今年活动主题为：“全民健身，你我同行”。当天上午，由宁晋县文化广电体育和旅游局主办、县社会体育指导员协会承办的2026年宁晋县“全民健身日”主题展演活动在凤凰公园举行。

县中西医结合医院健身气功教练团队积极组织晨练群众参与展

演，助力全民科学健身，进一步普及规范、健康的养生理念。

自2023年5月以来，该院专门组建健身气功教练团队，在民乐园广场开设清晨健身气功公益课堂，面向全县群众免费教授八段锦、五禽戏等传统中医养生功法。教练们通过专业指导，纠正群众不规范运动动作，有效帮助晨练群众舒缓身心疲劳、改善亚

健康状态，引导群众树立科学健身、规律养生的健康生活理念。

长期常态化的公益教学，取得了扎实显著的惠民成效。目前，宁晋县中西医结合医院健身气功公益课堂已累计带动数万群众参与传统养生功法锻炼，惠及了大批城乡居民。系列公益活动不仅丰富了群众精神文化生活，更在全县营造出人人爱健身、人

人懂养生、人人重健康的浓厚氛围，让传统中医药养生文化走出诊室、融入日常、普惠民生。

此次参与全民健身日主题展演活动，是宁晋县中西医结合医院践行健康中国战略、传承中医药文化、深化体医融合的生动实践，充分彰显了公立医院的社会责任与担当。

(周伟波)

切勿采食来源不明的野生蘑菇

每年7至9月是我市降雨集中期，高温高湿的环境为蘑菇的生长繁殖提供了适宜的外部条件，野生蘑菇常常在雨后大量涌现，此时正是误食毒蘑菇中毒事故的高发期。为了您和家人的生命安全，请务必做到：不采摘、不购买、不食用任何来源不明的野生蘑菇！

错误的“辨毒土法”，其实没有科学依据。

1、“颜色鲜艳的有毒，朴素的没毒”：剧毒的白毒伞(致命鹅膏)外表朴素洁白，却含致命毒素；

2、“长虫的蘑菇没毒”，蛞蝓等

昆虫会啃食豹斑毒伞等有毒蘑菇，虫子能吃不代表人能吃；

3、“煮过的蘑菇没毒”，一些毒蘑菇的毒素(如鹅膏毒肽)耐高温，100℃煮沸2小时仍可能残留。

中毒症状多样，警惕“假愈期”陷阱！不同毒蘑菇所含毒素不同，中毒症状差异很大，尤其要警惕的是“假愈期”。以我省常见的黄盖鹅膏、肉褐鳞环柄菇等剧毒蘑菇为例，中毒初期会出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻等急性胃肠炎症状，但1至2天后症状会暂时缓解甚至消失，让患者误以为“没事了”。然而，此时毒素正

在悄悄攻击肝、肾等器官。等肝损伤症状再度出现时，往往已经错过了最佳救治时机。

一旦误食毒蘑菇，请记住以下操作：立即催吐，可大量饮用温开水或淡盐水，用手指或汤匙压舌根催吐，反复进行直到吐清为止。若患者已昏迷，切勿强行催吐以免造成窒息，需要尽快前往医院，就诊时务必说明“疑似毒蘑菇中毒”。同餐人员无论是否出现症状，均应一同就医排查；保留样本，带上剩余蘑菇、呕吐物或清晰的蘑菇照片，这是医生精准诊断

和救治的关键依据。

远离毒蘑菇危害牢记“三不”原则：不采摘公园、山区、田间地头生长的野生蘑菇；不买路边摊贩销售的野生蘑菇，餐饮单位严禁采购、加工野生蘑菇；不食用来源不明的蘑菇，聚餐、农家乐不点食“野生菌”菜品。

不采不食野生蘑菇，才是护佑生命健康的安全之道。

邢台市疾病预防控制中心



邢台市南和区自然资源和规划局国有建设用地使用权拍卖出让公告

南自然告字[2026]17号

经南和区人民政府批准，邢台市南和区自然资源和规划局决定以拍卖方式面向社会公开出让编号南和区2026J17号地块的国有建设用地使用权。现将有关事项公告如下：

一、拍卖出让地块的基本情况和规划指标要求

宗地编号	土地位置	土地总面积(m²)	土地用途	规划条件			出让年限	竞买保证金(万元)	起拍价(万元)	备注
				容积率	建筑密度	绿地率				
南和区[2026]17号	340国道以北、阳和路以东	33501(5025亩)	仓储用地	不小于1.3	不低于40%	不大于15%	50年	1000	1307	

二、中华人民共和国境内外的法人和其他组织均可申请参加，申请人可以独立竞买，也可以联合竞买。

三、本次国有土地使用权拍卖出让采用增价拍卖方式，按照价高者得原则确定竞得人。

四、申请人应具备的其他条件：法律法规对申请人另有限制的除外。通过信用中国(<http://www.creditehei.gov.cn>)、国家企业信用信息公示系统(<https://www.gsxt.gov.cn/index.html>)查询被列入黑名单(黑标)的，欠缴土地出让价款，列入工商、税务、河北省安全生产部门失信企业名单的单位或个人，不得参加竞买。

五、本次拍卖出让的详细资料和要求，见拍卖出让文件。申请人可于2026年08月13日至2026年09月01日到E招冀成拍卖平台(www.hbzpg.com)获取拍卖出让文件。

六、申请人可于2026年08月13日至2026年09月01日通过E招冀成拍卖平台(www.hbzpg.com)提交书

面申请。交纳竞买保证金的截止时间为2026年09月01日17时。经审查，申请人按规定交纳竞买保证金的，具备申请条件的，拍卖公司将在2026年09月01日17时前确认其竞买资格。

七、本次拍卖出让的地块交纳竞买保证金银行账户：

1、开户银行：农行南和支行；户名：邢台市南和区公共资源交易中心；账号：50224001040018598；

2、开户银行：中国邮政储蓄银行股份有限公司南和区支行；户名：邢台市南和区公共资源交易中心；账号：913006010014118920；

3、开户银行：中国银行南和支行；户名：邢台市南和区公共资源交易中心；账号：100284541934；

4、开户银行：河北南和农村商业银行股份有限公司；户名：邢台市南和区公共资源交易中心；账号：092020122000054608；

八、本次国有土地使用权拍卖活动通过E招冀成拍卖

市中医医院成为全省血液病中医优势专科联盟成员单位

日前，省中医血液病专业质控中心暨省血液病专业中医优势专科联盟学术交流会 in 廊坊召开，会议由省中医药管理局指导、廊坊市中医医院主办。邢台市中医医院主院区常务执行副院长陈娟代表医院参会，会上邢台市中医医院正式被授予“河北省血液病专业中医优势专科联盟成员单位”称号，标志着医院血液病中西医结合专科建设迈入省级协作平台。

省血液病中医优势专科联盟汇聚全省中医血液病领域优质医疗资源，搭建起学术交流、技术帮扶、病例研讨、人才培养的协作平台，推动各成员单位资源共享、优势互补，发挥中医药在血液病防治方面的特色优

势，提升全省中医血液病整体救治能力，让群众在家门口享受省级水准的中医血液病诊疗服务。

此次成功加入河北省血液病专业中医优势专科联盟，是市中医医院血液病专科建设的重要发展契机。该院将充分用好联盟平台资源，积极参与学术共建、疑难病例研讨与专科技术培训，持续夯实血液病中西医结合诊疗水平，完善专科人才队伍建设。依托联盟协作机制，进一步畅通双向转诊渠道，推广血液病中医药特色诊疗方案，切实提升区域血液病救治能力，为邢台及周边百姓提供更加优质的中西医结合医疗服务，推动本地中医专科事业高质量发展。

(王冰)

天气渐冷，如何预防脑卒中

郭昊

秋风渐起，气温骤降，急诊室的脑卒中患者也多了起来。据研究显示：气温每降低1℃，脑卒中发病风险升高113%，死亡风险再涨12%。

降温为什么容易诱发脑卒中？

交感神经被寒冷唤醒，外周血管瞬间收缩，血压可在数分钟内飙升10~20mmHg；硬化斑块受剪切力撕脱，血小板沿破口聚集，血栓顺血流堵塞死脑动脉。同时，冬季不显性失水减少，口渴感降低，血液黏度上升，微循环淤滞，脑缺血悄然扩大。高盐高脂饮食、运动量骤降、日照缩短带来的褪黑素与5-羟色胺失衡，又进一步推高纤维蛋白原与血管紧张素Ⅱ水平，形成“血栓-炎症-痉挛”三重打击。

哪些人属于高危人群？

既往卒中或短暂脑缺血发作、血压≥140/90mmHg、糖尿病、房颤、肥胖(BMI≥28)、长期吸烟(≥20包年)、过量饮酒(男性≥40g/d、女性≥20g/d)、65岁以上且独居不测血压者，均为极高危人群。

怎么防？记住“五个三”。

保温三件套

室温16~20℃，室内外差不超过8℃；出门戴帽系围巾，回家先换干暖衣；洗漱洗澡先测温，37℃再下水，别让冷水突袭或热水久烫。

血压三勤

早晚各测一回，连抄数字；波动超20mmHg或连续三天≥140/

90mmHg，立刻找医生；随身带药和急救卡片，不漏服、不裸奔。

饮食三低一高

低盐(每天<5g)、低糖、低动物油，高纤维；冬天把红肉、火锅汤底换成深海鱼、核桃、亚麻籽油，嘴馋就吃蒸南瓜。

运动三选

选时段：上午10点、下午3点，太阳出来再出门；选方式：快走、太极、八段锦，每周150分钟就够；选地点：楼道、社区活动室，大风天原地做踝泵、靠墙蹲。

情绪也要三防

防激动、防熬夜、防抑郁。日照短，白天出门晒20分钟，阴天把灯打亮，实在不行再添维生素D。

最后记死“120”：

1看：面部不对称、口角歪斜；

2查：双臂平举10秒，一侧无力下垂；

0听：吐字含糊或完全失语。

任何一种表现出现，即刻拨打120，同时记录发病时间，禁止喂食、喂水、自行服用阿司匹林或硝酸甘油，等待卒中中心的急救车。

卒中不是“突然袭击”，而是寒冷把潜伏病变推向危险爆发。重视保暖和测血压，一旦发病尽早识别，及时拨打120。

(作者单位 河北医科大学第一医院)

全市各地各部门全力以赴做好强降雨应对工作

(上接第一版)

市公安交管支队全警全员上路，在城区主要路口、地道桥及国道省道重点路段增派警力巡逻疏导，依托指挥平台实时监控路况、发布预警信息，在低洼易积水路段安排专人值守引导，对不具备通行条件的路段及时采取临时交通管制措施。市公路建设养护中心出动养护人员210余人次、机械设备20余台套，及时清理路面淤渣、疏通边沟、垫补坑槽，保障国省干线安全畅通。

国网邢台供电公司加密巡视70座防汛重点变电站，398座地下配电室、4条电缆厂送出线路等重要设备，应急队伍和发电车靠前驻防待命。邢台火车站针对降雨可能导致的列车晚点、旅客滞留问题，主动对接周边酒店及商超，建立应急联动机制，提前储备充足生活物资，落实应急住宿安置点位。

全市水利系统聚焦工程安全运行，科学调度防洪工程设施，提前腾库降位、加密巡查防守，牢牢守住水利防汛底线。邢台水文勘测研究中心紧盯水库、蓄滞洪区、城市河段等风险点位，

精准研判防洪风险，加密关键部位监测频次，实时获取水位、流量等关键数据。朱庄水库、临城水库预泄腾库，增加调洪库容，留足防汛主动空间。东川口水库技术责任人、巡查人员及抢险队员全部在岗，不间断对大坝、溢洪道、闸门启闭设备等重点部位巡查，实时监测雨情和水位变化。七里河市区段水位提前降至低水位运行，行洪河道拦河橡胶坝坝坝运行、拦河闸提闸到顶。

信都区、沙河市、内丘县、临城县等4个山区县(市、区)聚焦避险转移核心任务，严格落实临灾预警“叫应”机制，及时果断组织受威胁群众转移，妥善保障集中安置群众基本生活，做到应转尽转、不落一人。

任泽区、隆尧县等地突出农业防灾与全域排险并重，包联干部和农技人员下沉到村，提前指导疏通沟渠、加固棚体，拉网排查农田积水和设施农业隐患，并同步对河道沟渠、低洼地带、地质灾害点等部位开展清障疏浚。

(记者梁慧丽、席晶、孙瑞超、郭雨晗、丁邵一)

1至7月，我市发放创业担保贷款7164.1万元

(上接第一版)同时，探索推广“信用+贴息”模式，针对符合条件的创业者，在经办银行授信前提下，由担保中心给予贴息支持，降低对反担保措施的依赖，着力破解

公告

德州中莱汇建筑劳务有限公司于2024年11月15日参与承建施工众泰建安(天津)工程科技有限公司邢台市白马河综合治理工程项目(和那铁路桥至东升大道段)K20+200-K21+800左岸护壁桩基劳务分包，现合同全部劳务内容已履行完毕，合同编号XTSBM-HZH2LZGCXM-LWFBHTJDJ-202411-0004。我公司承诺已完成本项目中所有农民工工资结算工作，如有农民工工资纠纷，均由我公司负责解决并承担一切后果。特此公告。

德州中莱汇建筑劳务有限公司

2026年8月12日

[月晟地产] 专注高端 专心造好房

月晟·天玺胤

月晟·天玺台

月晟·国贸中心

CHINA GARDEN

— 月 · 辰 —

Center

INTERNATIONAL TRADE