致沙子口街道广大居民的一封信

尊敬的住户朋友:

您好!

感谢您在百忙之中阅读这封信,并对崂山区网格化治理工作实有人口服务管理项目给予热情关注。

为深入推进社会治理体系和治理能力现代化建设,崂山区委、区政府于2017年启动了网格化治理工作。为完善网格化治理基础信息,为实有人口服务管理项目提供信息支撑,区委、区政府决定于9月至10月在全区范围内开展人口、住房等信息采集工作。

为此,9月13日~ 10月20日期间,沙子口街道将组织网格员以上门入户的形式对人口信息进行采集,主要包括居民姓名、性别、身份证号码、户籍地、学历、家庭住址等。

我们真诚地邀请您在百忙之中抽出宝贵时间协助完成这次人口信息采集工作,如实提供准确信息。在此,我们郑重承诺:您提供的个人信息只用于完善崂山区网格化治理工作实有人口服务管理项目。我们将严格遵守《中华人民共和国统计法》的规定,对您提供的信息予以保密。

沙子口街道网格化治理工作领导小组办公室

2017年9月14日

21位代表参加团代会

□半岛全媒体记者 **王永红** 报道

本报讯 9月18日上午,中国共产主义青年团青岛市崂山区第十四次代表大会在区政府行政大厦多功能厅开幕,此次大会的主要任务是:审议共青团青岛市崂山区第十三届委员会工作报告;选举产生共青团青岛市崂山区第十四届委员会;选举产生出席青岛市第十七次团代会代表。沙子口街道创业青年、学生代表、共青团干部等21位青年代表参加了大会。会后,各位代表回到各自的工作岗位,积极向团员青年宣传贯彻会议精神,团结带领全区广大团员青年积极投身建设宜居宜业的现代化山海品质新城的伟大实践。

会议现场。

全国爱牙日,宣传进校园

□半岛全媒体记者 **王永红** 通讯员 **王春晓** 报道

本报讯 9月20日是第29个"全国爱牙日",今年的活动主题是"口腔健康,全身健康",沙子口卫生院开展了各种形式的主题宣传活动。9月20日当天,沙子口卫生院组织医务人员来到崂山六中,为学校学生进行义诊咨询及免费口腔检查,并向学生发放宣传资料。

此外,卫生院工作人员还在崂山育才小学给小学生们进行了一场别开生面的健康知识讲座。医护人员给大家介绍了爱牙日的来历,还从牙齿的构造开始,让孩子们认识到健康牙齿的重要性以及如何正确刷牙、保护牙齿。

医护人员给学生检查牙齿。

什么都能点"外卖"

如果说,在过去的几年里,市民逐渐习惯了网购和快递员送货上门,那么如今,上门提供洗衣、美甲、推拿、洗车等服务让消费者享受到了更多的便捷,58同城、赶集网、58到家等诸多平台助推"送服务上门"的模式,服务的项目更是没有做不到,只有想不到。

杨女士最近肩颈部位酸疼,可是又没有时间出去按摩,于是其女儿就给她从58同城上订了个上门按摩的服务。上周,按照约定时间,按摩师准时到达杨女士家,还带了一次性口罩、鞋套等,按摩手法也很专业。"服务质量并不比自己在实体店的体验差,而且价格也能接受。"杨女士感觉很满意。此外,不少蔬菜销售商也在尝试上门服务,只要"一个电话,蔬菜就送到家",且提供货到付款服务,十分方便。 **刘勇**

[话养生]

秋季高发病

高血压:初秋,昼夜温差增大,血管痉挛、血压波动也增大,高血压病的发病率增加。进食过量也容易造成血压波动。高血压者要结合自身特点以清补为主,选择营养丰富且可降压的食物,也应多吃水果防秋燥。

感冒:初秋季节交替变换,天气忽冷忽热,容易感冒。感冒患者应多休息,多饮开水。建议食用清淡的食物和含维生素C的蔬菜水果。同时,要讲究"春捂秋冻"的原则,增添衣物不要太快。

关节炎:高龄人群或有关节炎人士,秋季一定要注意保养。暑湿蒸腾尤在,寒意也不时袭来,极易发生外寒内湿的关节痛症。应防寒防潮,选择散步等温和的锻炼方法,并补充钙质和维生素。

呼吸系统疾病:室内外温差使呼吸道黏膜不断受到刺激,抵抗力减弱,容易导致呼吸系统的疾病。有相关病症的患者,应加强锻炼,调整饮食,并采取养阴润肺、宣肺止咳的治疗。**生时**

秋季与脱发

入秋以后,很多人会发现每天掉的头发明显增多,为此担心会不会掉光。专家称,这其实是一种比较普遍的季节性脱发,一般不用太担心,过了一段时间适应了气候就能恢复正常。

从细了讲,掉发是因为气温降低以后,头皮血管收缩,头发的营养供应减少了,另外皮脂分泌也减少,头发容易干枯,所以每天的脱发会比以前多。从粗了讲,秋天万物凋零,作为自然界的人,入秋后头发更容易掉,是符合自然规律的。人在新陈代谢正常的情况下,平均每天都会脱落数十根头发,但很多人都发现,秋冬季节时脱发会明显增多。正常人每天脱发在一百根以内是正常的,头发也是处于一个不断生长和脱落的过程。秋季脱发可能因为掉得多,长得慢,所以在一段时期内看上去头发会比较稀疏。

因为头发少,很多朋友尤其是女性的心情会受巨大的影响,而精神因素又会进一步加重脱发的情况。所以,保持乐观情绪很重要。如果持续大量脱发,则可能是其他疾病引起的,甲状腺功能低下、肾上腺疾病等都有可能导致头发脱落,这时脱发就成了一个预警的信号,应该积极就诊,治疗原发疾病。 **时报**

落后药品标准,将被踢出药典

近日,国家药典委员会在京召开媒体通气会,介绍即将开始编制的2020年版《中国药典》的重点内容和方向。国家药典委员会秘书长张伟表示,2020年版药典收载品种将适度增长,重点转向原料药、中药材、药用辅料,以及批准上市的新药和新产品。同时,建立国家药品标准淘汰机制,对已经取消文号、长期不生产、质量不可控、剂型不合理、稳定性不高的药品标准"做减法",淘汰一些落后产品和落后标准。

第十一届药典委员会针对国内外普遍关注的中药农药残留、重金属问题,新设立了中药风险评估专业委员会。张伟介绍,2020年版药典将全面制定中药材及中药饮片重金属及有害元素、农药残留的限量标准;重点加强中药饮片质量标准研究与制定,建立和完善中药饮片质量标准;制定中药安全用药检验标准及指导原则;强化中药标准的专属性和整体性,不断创新和完善中药分析检验方法;重点开展基于中医临床疗效的生物评价和测定方法研究,探索建立化学指标和生物活性相融合的中药整体质量标准体系。 **新华**