

市交警部门发布春运期间道路交通安全提示

本报讯(记者史融)2023年春节小长假时间为1月21日至27日,春运时间为1月7日至2月15日,假期高速公路对小客车实行免费通行政策。1月5日,三门峡市交警部门根据辖区实际提前向社会发布春运期间道路交通安全“两公布一提示”。

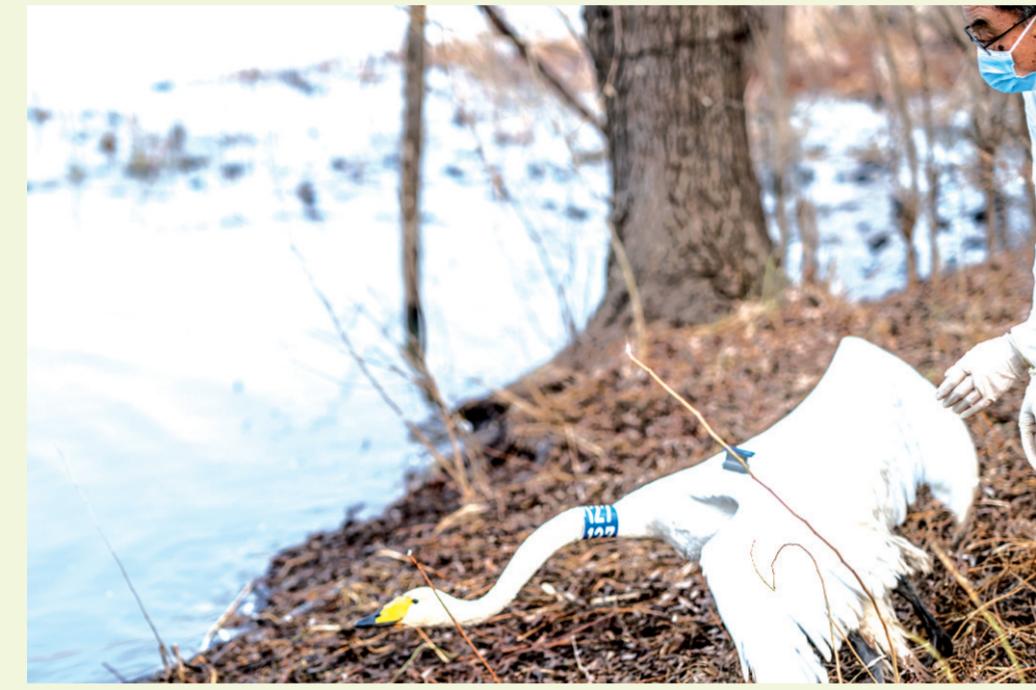
据往年道路通行情况,春运期间,我市境内连霍高速、310国道、209国道等主干道路交通流将会有所增加,预计连霍高速双向日均交通流约为5万辆,310国道双向日均交通流约为2万辆,209国道双向日均交通流约为1万辆,预计在1月20日下午、21日上午迎来出行高峰,1月27日下午出现返程高峰。

市区易堵时段约为8时至11时和16时至21时。易堵路段集中在市区大岭路和平路口、和平路六峰路口、召公路与大岭南路、河堤北路漫水桥路段、银昌路(铝厂转盘至野鹿转盘)。九孔桥正在封闭施工,车辆可提前绕行上阳路或临陕路。天鹅湖景区、黄河公园和沿黄生态廊道三门峡境内全段,节假日车流人流将剧增。

义马市车辆尽量避开子章街、高速路口车流高峰时段出行,珠江路、子章街易发生拥堵,请广大驾驶员绕行花园路或滨河路。渑池县易堵路段为大张购物广场、仙门山景区、洪阳柳庄景区、涧河公园、韶园、仰韶博物馆

公园等路段。陕州区境内313省道甘山公园路段、新310国道石门隧道以东路段为易堵路段,仰韶大道陕州段车流量较大,建议减速慢行。灵宝市易堵路段为弘农路与长安路交叉口、车站路与鼎原路交叉口。卢氏县209国道五里川镇街区路段,车流量大、易拥堵。

交警部门提醒,春节期间请大家合理安排行程,出行前对车辆进行安全检查和保养,驾驶过程中控制车速和保持安全距离,驾驶员要保证睡眠充足,注意劳逸结合,紧绷切勿酒驾这根安全弦,保护好自身和他人的安全。出行请自觉遵守车辆停放规定,服从交警的指挥和管理,不乱停乱放。



50只大天鹅获得“身份证”

1月5日,全国鸟类环志中心三门峡大天鹅环志站的工作人员,在三门峡天鹅湖国家城市湿地公园为50只大天鹅佩戴环志环和信号追踪器。

每年10月底至次年3月初,成千上万只白天鹅在三门峡黄河湿地栖息越冬。为了进一步对大天鹅展开研究工作,每年全国鸟类环志中心委托三门峡大天鹅环志站,对在当地栖息越冬的大天鹅进行抽样安装佩戴环志环和无线信号追踪器,并对这些大天鹅进行信息跟踪、测量采集,为相关专家提供可靠的研究数据。据悉,近几年来,已经为在这里越冬栖息的550多只大天鹅安装佩戴了环志环、无线信号追踪器,采集了大量有效数据。

本报记者 杜杰 摄

区 街

独居老人送锦旗感谢社区传温情

本报讯(记者吴若雨)近日,湖滨区涧河街道文一社区工作人员收到辖区一位独居老人送来的两面锦旗,感谢来自社区的浓浓温情,让自己从为吃饭发愁到三餐无忧。

原来,老人年过六旬,患有精神疾病,情绪很不稳定,冲动时会出现伤人毁物的行为。疫情防控期间小区封控,社区一直惦记着这位老人,考虑到她独自生活,在物资、做饭等方面可能存在困难,工作人员在忙碌之余,每天挤出时间为她送去饭菜,并持续关注其生活情况。文一社区党支部书记康岩说:“我们每天把工作餐留

河南省这20种新冠防治药临时纳入医保支付 支付日期至2023年3月31日

随着新型冠状病毒感染实施“乙类乙管”,全国多地调整医保报销政策。河南目前最新政策是什么?哪些药物可以医保支付?

日前,从河南省医保局传来消息,目前,河南将用于新冠病毒防治的金蒡清疫颗粒等14种医疗机构制剂和青石颗粒等6种中成药,临时纳入河南省基本医疗保险、工伤保险支付范围,支付期至2023年3月31日。

此次临时纳入的药品按乙类药品管理,首自付比例为10%,金蒡清疫颗粒等14种医疗机构制剂,按照省级药品监督管理部门批准调剂范围使用的,其调剂使用的药品费用可纳入医保支付。制剂调剂使用超出规定期限和范围的,医保基金不予支付。

以南阳市中医院抗疫中药“九味清瘟饮颗粒”医保准入工作为例,该药物在南阳、郑州等地实现了临床应用并取得积极疗效。

接到南阳市医保局将九味清瘟饮颗粒纳入医保目录的申请后,省医保局提请省内专家就该制剂

医保准入工作召开了评审会,一致同意将九味清瘟颗粒纳入河南省医保基金支付范围,按乙类药品管理,并明确医保基金按照药品监督管理部门批准调剂的范围支付。本着保本微利、让利于民的原则,省医保局会同南阳市医保局开展议价谈判,确定医保支付限额。经过多轮议价,制剂价格由51.41元/盒降至48元/盒,降幅为6.6%,进一步降低患者药品费用负担。

河南省医保局相关负责人表示,此次将用于新冠病毒感染疫情防治的部分中药临时纳入基金支付范围,是医保部门积极应对新冠病毒感染疫情,满足人民群众就医购药需求,减轻参保人员医药费用负担,保障人民群众生命安全和身体健康的实际举措,也是有力支持河南省中医药事业传承创新发展的具体举措。

下一步,省医保局还将持续深化医疗保障制度改革,持续加大对中医药传承创新发展的支持力度,争取将更多群众急需、急用的中医中药纳入医保支付范围。

(郑超)

阳过之后需复元

感染新冠病毒症状缓解,核酸检测转阴之后,大家会觉得精力不再像之前那么旺盛,体力也有较大幅度的下降,连脑子反应的速度好像也慢了下来,这是大病初愈的常有表现。

在新冠病毒感染阶段,尤其是发烧的时候,体内的免疫系统和病毒进行了激烈的战斗,最终病毒战败,疾病向愈。但杀敌一千,自损八百,我们人体的正常细胞、免疫体系也遭到了破坏,使体内能量储备下降,同时身体的系统修复也需要大量能量,所以大家就会觉得体力不济。从中医的角度讲,就是伤了元气。

促进元气恢复,首先要保养元气。病愈后要注意不熬夜、不喝酒、不剧烈运动、不大量出汗,保持心境平和,以免过度消耗。

其次需要食补。可根据脾胃功能的恢复情况,如果能吃肉的就要多吃些高热量的鱼和肉;倘若脾胃虚弱,食欲不振,则要充分地补充牛奶、鸡蛋。当然,西红柿等富含维生素C的蔬菜、水果也要适当补充。减肥人士,这时候就不要再节食了。

艾灸对元气恢复大有好处。尤其是督灸,在温通阳气方面作用极强,能让咳嗽、鼻塞、乏

力等症状很快消除,每周只需一次,时间上也好安排。另外,每天在家里用艾灸盒或者艾条灸一灸足三里、内关、肺腧、肩井、脾腧、胃腧、关元等穴位,对体能的恢复也大有好处。

中药调理以健脾胃,补气养阴,化痰润肺为主,可以选择健脾丸、四磨汤、生脉饮、复方鲜竹沥等中成药,雪梨膏润肺化痰,口感更好。当然,请中医辨证施治,针对性汤剂调理疗效更好。

新冠病毒感染不完全等同于“大号感冒”,对人体会有多方面的影响。因此,感染之后除了积极进行治疗,初愈之后的身体调理复元也至关重要。元气恢复,免疫力提升,复阳风险、心肌炎风险、血栓风险等的发生概率才会下降。

(三门峡武强中医院院长 李武强)



常村煤矿: 强化节前提醒 筑牢廉洁防线

本报讯“春节将至,请大家从自身做起,严格遵守党纪党规,加强节前廉洁教育和提醒,确保廉洁过节。”近日,常村煤矿纪委向全体党员干部发出节日廉洁提醒,时刻紧绷廉洁思想弦,严防“节日病”,筑牢廉洁过节坚强防线。

该矿加强廉政宣传教育和纪律监督,坚持抓小抓早、防微杜渐,通过发送节前廉洁提醒、观看廉政警示教育片、深入基层开展廉政监督等举措,严格把好节前廉洁关,增强党员干部和职工遵章守节意识,着力营造风清气正的浓厚氛围;要求全体党员干部提高政治站位,切实增强纪律规矩意识,强化自我约束,自觉遵守“十个严禁”,精准把握“四风”特点,紧盯重点领域、重点人群、重点部位和关键环节,紧盯违规吃喝、违规收送礼品礼金、违规发放津贴补贴及福利、公车私用、铺

新安煤矿:通勤车里暖意融融

本报讯 室外天寒地冻,但在河南能源义煤新安煤矿通勤车里却暖意融融。“请大家系好安全带,戴好口罩,现在开始发车了。”这是近日该矿16采区进风斜井免费通勤车开通的一幕,通车现场不断传来掌声和欢呼声。

走进宽敞明亮的通勤车里,坐在舒适的座椅上,综采一队职工李川营笑逐颜开。随手拿起手机,给家人打起了电话,“今天矿上开通了通勤车,在矿院内坐车直达16采区进风斜井,乘坐猴车到工作面,非常方便。来回的路上比以前节省了将近2个小时,今天,我提前一个小时就回到家了,记得提前给我做饭啊!”该矿调度室负责人孙运兴介绍。

新安煤矿建矿已40余年,随着矿井采掘不断延伸,职工每天入升井需经过多次倒车,路上花费了大量的时间。

这趟通勤车的开通,是该矿职工工作生活中的一件大事、喜事,也是该矿落实“职工是第一牵挂”理念的又一重要举措。经过充分征集职工意见,经过5个多月的精心筹备,提前对16采区进风斜井提升系统进行改造,安装了架空乘人装置,开通了通勤车,从矿区发送至16采区进风斜井,每天分早、中、晚准各发2班车,每天共计运送职工300余人,大幅度降低了职工的通勤时间,让职工“上班的路”和“回家的路”省时、省心。”该矿调度室负责人孙运兴介绍。(庞彦波)

多家快递公司春节“不打烊” 滞留快递正在加紧配送

本报讯(记者葛洋)“由于疫情影响及春节放假,快递业将于1月14日起陆续停业。”连日来,此类消息充斥网络。针对这一情况,记者走访我市多家快递公司了解情况。

“目前没有接到任何停运通知,并且现行计划与往年无异,全年无休,春节期间依然保持物流畅通,后续如有新的停业信息将另行通知。”顺丰速运工作人员说。针对近期快

递耗时普遍变长的问题时,他表示,目前全国各地疫情情况不同,许多地方出现了物流异常状况,快递的配送时间可能会适当延长。

中通快递工作人员表示,年底是快递业务的高峰期,再加上近期

疫情影响,抗疫物资快件数量激增,末端投递压力较大,可能投送时间有所增加,目前没有接到任何停运通知,他们正在努力为大家派送快递。

此外,申通快递、德邦快递等快递公司也相继宣布,2023年继续春节期间“不打烊”,为商家与消费者提供快递服务,满足节假日需求。

根据目前各大快递公司反馈的信息,市民朋友暂时无须担心快递停运问题。不过,虽然快递公司春节期间“不打烊”,但是不同的快递驿站营业时间并不确定,市民春节期间如有快递需求,可以提前向邻近快递站咨询营业信息。

浓浓中药汤 安心又暖心

本报讯(记者吴若雨)“无偿熬药送村民,在寒冷的天气实在是雪中送炭,非常感谢党支部书记和志愿者处为村民着想。”1月3日,68岁的市民赵振平来到三门峡日报社,满怀感激之心向记者诉说自己在卢氏老家受到的暖心待遇。

据了解,自2022年12月20日起,为防范疫情、关爱村民身体健康,赵振平老人的家乡卢氏县瓦窑沟乡耿家店村党支部书记卢云生和村民志愿者,在村医的指导下,利用当地资源优势,定期上山采摘金银花、连翘等中药材,在村卫生所支起

大锅熬制中药防疫汤剂,向村民免费发放。“我在耿家店村老家出现了发热症状,喝了几天村里熬的爱心中药汤,感觉好多了,现在已经完全康复了!”赵振平表示,看到党员和村民志愿者一大早就组织为大伙熬药,他很是感动,所以来到报社反映这件暖心事迹。

“这份中药汤剂是一份防护,更是一份关爱,我们的活动将持续到春节前后,每天为村民提供中药防疫汤剂,对于行动不便的老人,我们将采取送药上门的方式,确保每家每户都能喝上。”卢云生说。



乡村美景入画来

过去的一年,渑池县各乡镇多措并举推进美丽乡村创建工作,各项设施如今已初具规模。图为近日小朋友在该县洪阳镇北沟村文化广场上荡秋千。

周 边

郑州出台户籍改革新政

落户郑州不受社保缴费、居住年限限制

近日,从郑州市公安局传来消息,为加快推动有能力在城镇稳定就业、生活的农业转移人口及其他常住人口有序落户郑州,按照国家、河南省委省政府和市委市政府有关户籍制度改革的相关精神,近日,郑州市公安局在郑州2019年户籍制度改革的基础上,制定下发了《关于进一步深化户籍制度改革的实施意见》,于2023年1月1日起正式实施。

此次户籍制度改革进一步放宽

了郑州市中心城区落户条件,试行以经常居住地登记户口制度,提高户籍登记、迁移便利度,畅通社会性流动渠道,不断优化人口分布。

凡在郑州市中心城区具有合法稳定就业或合法稳定住所(含租赁)的人员,不受社保缴费年限和居住年限的限制,本人及其共同居住生活的配偶、子女和父母,可以在郑州市申请登记城镇居民户口。

(邵可强)

“陕西全民健康保”上线

每人每年缴纳100元,可享最高450万元健康保障

为了缓解百姓就医压力,1月3日,由陕西省医疗保障局、陕西省财政厅、国家税务总局陕西省税务局、陕西银保监局指导的,陕西省首款政府引导开展的全民补充商业医疗保险项目——“陕西全民健康保”正式上线。投保人每人每年缴纳100元,不仅能报销医保外的自费费用,而且重大既往症可买可赔,最高可享450万元健康保障。

据了解,陕西全民健康保对陕西省基本医保参保人员和新市民(在陕西省内长期居住且在其他地区参保基本医保的人员)实行全民准入,不设置年龄、既往病史和职业类型等限制条件。陕西省城镇职工参保对象还可使用医保个人账户为自己、配偶、子女和父母购买,保障责任于2023年1月1日起生效。保障生效后,陕西全民健康保支持“一站式”结算,在陕西省医保定点医疗机构住院并进行了医保结算的,出院即可报销,无须再申请理赔。

中国人民健康保险股份有限公司陕西分公司党委书记、总经理董曙辉介绍,陕西全民健康保是普惠型医疗保险,是介于政府基本医保与商业医疗保险之间的半政府半市场性质的保险,是政府基本医保和传统商业医疗保险的有效衔接,可以较好地填补目前陕西省基本医保的保障缺口。在保费定价、起付线设定、报销比例和保障范围等方面对比全国市场,均有明显优势。没有年龄、职业、健康状况限制,全省基本医保参保对象均可参保,旨在通过发挥与基本医保的衔接作用,满足群众更多更好的医疗保障需求。(马相)