

老虎沟农贸市场重装开业

城区五家市场升级改造全面完工

■记者 徐国文

本报讯 9月27日,老虎沟农贸市场正式重新开业,将以崭新的面貌和智慧化的服务迎接广大市民。

27日上午9时许,记者在老虎沟农贸市场一楼看到,商户已经回迁,市场内灯光明亮、地面平整,店招统一,许多市民正在各个摊位前采购心仪的物品。

“环境好多了,市场内也明亮了,我们来购物舒心很多。”多年来,姜大爷一直都在老虎沟农贸市场采购食材,看到市场发生的巨大变化,他连连叫好。

据了解,老虎沟农贸市场是十堰城区规模最大的综合性农贸市场。其中,负一楼为大型停车场;一楼经营海鲜、水产、蔬菜、干鲜调料等;二楼经营肉食、卤制品、豆制品、禽蛋等,一共16大行业、3000余个品种。市场内有固定摊位300余个、门面百余间,400余家商户在此经营。

自上世纪九十年代开业至今,随着市场运营年限的增加,不同程度地出现了布局乱、设施旧、档次低、环境差等问题。为了打造干净整洁、规范有序、安全文明、智慧便民、供应稳定的现代民生市场,进一步提高市民获得感,今年4月,老虎沟农贸市场升级改造。

据介绍,此次升级改造内容分为两大类,一类是基础设施改造,包括道路、建筑物结构、停车场、墙面、供暖分区、供排水设施、卫生设施、冷冻冷藏设施等内容。二为智慧系统建设,包括建立农药残留检测、食品安全溯源、价格管理、商品称重监测等,实现对各类商品的品种、价格、销售等交易信息统一管理,成为集物流网、云计算、大数据于一体的智慧型农贸市场。

老虎沟农贸市场重装开业也标志城区5家市场升级改造全面完工,正式投用。另外4家分别为:光明市场、顾家岗市场、夏家店市场、花果堰河市场。这5家市场将进一步为保障市民“菜篮子”发挥着重要作用。

百二河风之眼桥没有无障碍设施

相关部门:将在天桥两侧加装电梯



每天有很多市民从这座天桥通行。

■文、图/记者 徐国文

本报讯 日前,有市民反映百二河风之眼桥没有设置无障碍设施,导致市民出行不便。记者从相关部门获悉,后期计划在天桥两侧加装垂直电梯,方便市民出行。

“百二河风之眼桥坡度很高,老人、残疾人过街非常困难,希望有关部门能加装无障碍过桥设施,真正方便市民。”近日,有市民在秦楚论坛留言反映。

9月27日上午9时许,记者在百二河风之眼桥看到,从天桥上通行的市民络绎不绝,其间,一名头发花白的老大爷在老伴的搀扶下,艰难地爬着楼梯,速度非常慢。记者观察发现,该天桥上下楼梯坡度较大,年纪大一些的市民上下确实有一些困难。

针对百二河风之眼桥没有无障碍过桥设施一事,记者随机采访了路过市民。“天桥楼梯坡度这么大,我们年轻人上桥都要喘气,老年人出行更难了。”“这里每天人流量非常大,对于一些老人、残疾人来说,通行确实有些不方便。”

还有推着婴儿车带着幼儿的市民表示,由于天桥没有无障碍过桥设施,每次过桥要么是连车带孩子抱起来过桥,要么是一手抱着孩子,一手拖着婴儿车,非常吃力。

此外,还有市民反映,到了冬季下雨下雪时,天桥楼梯容易结冰积雪,稍不注意就会滑倒,存在一些不安全因素。

针对此事,记者采访了百二河生态修复工程指挥部,一名工作人员介绍,近期他们已经接到市民的反映和诉求,经过设计部门现场查看,后期将在天桥两侧加装垂直式电梯,方便市民出行。目前,电梯设计方案已经出台,相关手续正在办理中。

开
栏
语

时维九月,序属三秋。中医讲“春生夏涨秋收冬藏”,在秋季,空气中的暑热消退,多了一丝凉意,气候的改变也给我们的身体带来了一定的影响,情绪消极、忧思多虑,浑身疲软、睡意连绵,寒气入侵、百病丛生等。秋季养生,中医来讲,特策划【秋季养生·中医说】系列报道,为广大市民秋季养生支妙招,健康过秋。

秋季养生·中医说系列报道①

中医专家教你平心静气防秋燥



易天军正在为患者把脉。

夏秋之交,易患秋燥

“前段时间,我总是闷闷不乐,对很多事都提不起兴趣,心烦焦虑、坐立不安,一直想打游戏,家人劝阻也不听,甚至出现过轻生的念头。”14岁的小帅(化姓)向记者说。

小帅是十堰城区一名初三学生,在3年前有过轻度抑郁症病史,后来在医生的治疗下,病情好转。但在今年秋季开学没几天,小帅情绪又开始低落,四肢无力,在教室里心烦意乱,无心读书,父母只好将他送到市中医医院精神卫生中心接受正规治疗。负责治疗小帅的管床医生王威介绍说:“小帅由于症状较轻,我们采取中医心理干预治疗配合特定中药、推拿按摩治疗,目前症状已明显缓解,在十一前后就可以出院,后续会进行定期回访。”

最近,54岁的周女士无明显原因出现精神异常,主要表现为情绪低落,总是闷闷不乐,睡眠质量下降,心烦焦虑。近日,她到十堰市中医医院就诊,被门诊专家以“心境障碍”收治。

易天军表示,以上两位患者是典型的秋燥症状。“燥”是秋季的主气,故称“秋燥”。燥气伤人,以耗伤津液为主,津液既耗,则必见一派“燥象”。秋季对应的脏腑是肺,当秋燥犯肺时,容易出现诸涩枯涸、干劲皴揭等燥邪致病的症状。

易天军介绍,针对秋燥患者,治疗时会在常规抗

郁、心理疏导的基础上,使用一些具有疏肝解郁疗效的中药,配合推拿、按摩、穴位贴敷、针灸等中医治疗方案,疗效明显。

防治秋燥,心态最重要

秋天为何容易秋燥?易天军表示,当前正值夏秋换季时节,受到天气温差变化影响,人的心情也会起伏变化,因此到医院就诊的精神疾病患者明显增多。患者多表现为肝气郁结,心脾两虚肺阴虚。症状多早重晚轻,阴雨天重晴天轻。

“防治秋燥,最重要的就是心态与性格。”易天军说,“有很多来我这里咨询问诊的都是青少年群体,他们正值思维快速发育的阶段,现在手机普及,网络发达,信息爆炸,他们每天都会接受很多新鲜事物,有些小孩无法分辨是非,不少父母为生活忙碌,疏于孩子管理,缺乏正确引导,导致孩子们往往分不清虚拟与现实,情绪波动较大。”

易天军建议,青少年群体要多参加户外活动,通过户外活动获得快乐,促使他们茁壮成长。易天军还希望家长们要懂得对孩子陪伴交流的重要性,在满足孩子日常物质需求的同时,不断丰富他们的精神世界。要抽工作之余或节假日,尽量多与孩子沟通交流。有条件的家庭,可以陪孩子参加一些亲子游戏,让孩子感受到家庭的温暖和关爱,这些都会有助于青少年群体远离秋燥,健康成长。

■文、图/记者 张蒙强 特约记者 郑德元