

十堰古树名木保护科普宣传周启动

7005株古树有了电子身份证

■记者 罗伟 特约记者 李镇海
通讯员 秦道国 龚诚

本报讯 10月23日，十堰市古树名木保护科普宣传周启动仪式在茅箭区东城经济开发区西坪村银杏广场举行。活动紧扣《湖北省古树名木保护条例》宣传，同步配合全国第三次古树名木资源普查，动员社会力量守护秦巴山间的“绿色国宝”。

本次活动主题为“保护古树名木 守护绿色国宝”，由市林业局主办，茅箭区林业局、市野保站联合承办。启动仪式上，茅箭区林业局介绍辖区古树常态化巡护、科学管护成效。活动现场，工作人员布设科普展板，向到场群众讲解古树保护法规、管护要点。大家近距离察看广场上古银杏的长势，直观了解古树健康监测、日常养护的实操办法。

地处秦巴腹地的十堰，古树资源富集，全市现有古树7005株，其中一级古树469株、二级古树1453株、三级古树5083株，超三分之一树龄超过300年，珙桐、红豆杉、银杏、楠木、秦岭冷杉等珍稀树种分布广泛。

近年来，全市林业系统持续夯实古树保护根基，开展资源核查、一级古树专项体检、古树移植“回头看”，为每一株古树建立“一树一档”电子管护档案；推进古树复壮工程，探索古树致害保险新模式，联动司法机关发布古树司法保护令，走出一条司法护航古树保护的新路径，让古树在秦巴大地安稳生长。

早餐吃够20克蛋白质 血糖、肌肉都稳住了

■据央视网

蛋白质的英文名源于希腊文“proteios”，意思是“头等重要”，可见其对人体的价值。作为人体最重要的三大能量营养素之一，毛发、皮肤、肌肉、骨骼等都由它组成，免疫细胞、免疫组织和免疫器官也都是由它构成。

据中国营养学会，成人蛋白质的推荐摄入量为：男性65克/天，女性55克/天。研究发现，一日三餐均衡摄取蛋白质更有利于健康。首都保健营养美食学会理事、中国注册营养师谷传玲建议，大家早餐要摄入20克左右蛋白质。

很多人的早餐是白粥配馒头、面包配甜饮料，或者油条配粥。看起来吃得不少，实际上主要是碳水化合物，蛋白质偏少。如果把其中一部分精制主食换成鸡蛋、牛奶、酸奶或肉类，早餐的碳水化合物总量和占比会下降，餐后血糖反应也往往更小。

如果早上只有粥、馒头、面包或油条，全天蛋白质就很容易前低后高，甚至到晚上也补不回来。把早餐蛋白质提高到20克左右，全天蛋白质更易达标。

国家标准将于11月1日实施 让陪诊服务有保障不越界



图片由AI生成

■据《人民日报》

老年人独自去大医院看病却找不到科室、不知道去哪里缴费取药；有些外地患者去其他城市的大医院“找不着北”……瞄准患者看病时的痛点，陪诊行业逐渐兴起，但因缺乏服务标准，存在边界模糊、服务质量参差不齐等问题。

由市场监管总局批准发布的《社会化陪同就医服务 基本要求》国家标准（GB/T47801—2026）将于11月1日正式实施。新国标建立了涵盖陪诊服务提供者、服务内容、服务流程等各方面的服务框架。

谁可提供社会化陪诊服务？

根据新国标，社会化陪诊服务提供者可为“机构”。机构的陪诊服务人员（陪诊师）直接为服务对象提供陪诊服务。服务对象为因行动、认知、地域差异等导致的就医不便者，或追求更好就医体验的个人。机构可通过提供社会化陪诊服务获取收益。

陪诊师需要具备基本的陪诊知识和职业素养。北京中医药大学法律系教授、博士生导师邓勇认为，陪诊师需要掌握就诊流程、基础医学学术语和应急常识，能准确转述病情；严守合规底线，坚决不倒卖号源、推销药品；具备耐心和同理心，能安抚患者情绪。

陪诊服务包括哪些内容？

经过服务对象或其法定监护人同意，陪诊师可开展排队领取预约号、预约检查、做检查准备，代买

或代取轮椅、陪护床、一次性口罩等基础医疗用品；引导服务对象到指定区域，比如就诊的科室、检查室或治疗区域；帮助服务对象送检样本，领取药物和检查结果，记录医嘱，代取、复印病历、诊断证明等医疗文书；办理入院出院手续、缴费，提供就诊期间的生活辅助，例如预订交通工具、餐饮，临时保管物品等；提供就医期间的情感支持。

陪诊师提供哪些服务属于违规？

陪诊师不是医护人员，不能判读检查结果，不可以参与医疗操作，不提供医疗建议，不能给服务对象调整用药方案，不能代替服务对象或家属选择或同意治疗方案，不可以隐瞒、篡改和选择性传递服务对象关键医疗信息，不能给服务对象签署具有法律效力的医疗文书。

陪诊师进入医院服务患者，如何确保服务质量有保障、不越界？

邓勇建议，医院要强化对陪诊师的管理，探索建立“准入备案、行为管控、公示监督”机制，包括设立统一的陪诊师准入通道，核验身份和无犯罪记录，发放临时通行证；要求第三方机构和个人备案，明确禁止在诊室、挂号处招揽生意；在门诊大厅公示正规陪诊名单和投诉电话。同时，联合行业协会开展岗前培训，对考核合格者授予医院认可的服务标识。有关部门还应加强监管，探索建立市场监管、公安、卫生健康部门联合执法机制，查处价格欺诈、无证经营等违法行为。



白浪中路近期为何施工？

网友：十堰经开区白浪中路近期围挡封闭施工，想咨询一下该项目具体是什么工程？计划施工时长多久？

市住房和城乡建设局：丹江口库区十堰经开区片区雨水行泄通道建设及涝水调蓄工程（一期）EPC总承包项目，主要建设内容包括新建雨水管道7060米、山体截水沟5580米，清淤管道及箱涵9.8公里，项目合同工期至2027年3月。为减少施工对道路交通的影响，项目采用分段打围施工的方式逐段实施，工期相对较长。施工中涉及的燃气、给水、弱电、国防光缆等管线在沟槽开挖过程中需要同步迁移，客观上也延长了施工时间。按照施工进度安排，计划2027年3月完工。现场设有施工公告，施工相关情况均有介绍，市民可现场了解情况。道路及市政设施改造将使城市交通及生活经营环境变得更好，因施工给道路周边居民和商户带来的不便，请市民谅解。

记者 曹晓蓉
整理



婚假是否包含节假日？

网友：请问当前十堰市执行的15天婚假是否包含节假日？政策文件中提到婚假可分多次休完，请问是否有次数限制？

市卫生健康委员会：湖北省人民政府办公厅已印发《关于加快完善生育支持政策体系更加务实有效建设生育友好型社会的若干措施》，目前，我市已全面落实延长婚假相关政策，婚假共15天，不含节假日；自结婚登记之日起一年内休完，可一次休，可分次休。建议当事人根据实际情况，向所在单位提出申请，经所在单位审核批准，假期结束后按规定销假。

据十堰政府网

6部门印发意见推进老旧街区厂区改造提升

■《人民日报》

由住房城乡建设部、工业和信息化部、财政部等6部门联合印发的《关于推进老旧街区厂区改造提升的指导意见》近日对外发布，明确老旧街区厂区改造提升任务，要求各地结合城市体检结果，有序实施1500个老旧街区厂区改造提升重大工程项目。

指导意见提出了各类老旧街区厂区改造提升重点，推动老旧厂区功能转换、老旧商业街区业态升级、老旧生活街区品质提升、老旧交通枢纽及周边街区融合发展、加强历史文化街区镇区保护利用。在确保安全的基础上，改造提升老旧厂房，完善配套设施，优化景观环境，适应产业升级需要；改造提升老旧商圈、商业街、商业综合体，完善服务设施，优

化交通组织和慢行系统，提高空间品质；推进市政基础设施和公共服务设施品质提升，推进小微公共空间整治提升，提高老旧生活街区宜居水平；实施老旧火车站、汽车站等交通枢纽设施与周边街区一体化改造提升，推动站城融合与产业升级；通过“微更新”等方式，持续推动历史文化街区镇区保护提升，延续整体格局和历史风貌。