

■“清明云端寄哀思”之四

郑州公益树葬缓办 网上直播共祭

□大河报·大河客户端记者 蔡君彦

3月17日,大河报启动“清明云端寄哀思”系列报道,在非常时期,大力倡导绿色文明安全祭扫方式,引发多方关注和强烈反响。有读者表示,战“疫”尚未完胜,“云祭扫”不只是特殊时期的一种替代性祭祀方式,还可以收获环境之“清”、心灵之“明”。25日晚,记者从郑州市殡葬事务中心获悉,为配合做好疫情防控,原定于今年3月在河南福寿园举行的郑州市公益树葬活动也将暂缓,29日上午10时,将采用网上直播共祭的方式,对节地生态树葬的先行者进行缅怀纪念。

读者为“云祭扫”倡导点赞

“我觉得‘云祭扫’的方式挺好,方便快捷,环保低碳,在防控疫情的关键时期,也更安全。”读者张先生说,今年,由于疫情的影响,多地发文“暂停现场祭扫活动”,倡导群众在清明期间采用家庭追思、网络祭扫等方式,大力推广“云祭扫”,不少民众对此也非常认可。

郑州市民王素真也很赞同清明节“云祭扫”的倡议,她是一位退休老教师,爱读书,爱运动,思想开明,热衷公益。老人说,清明节对逝去亲人最好的缅怀是传承好家风,好好生活,“现在上网很方便,我跟孩子们商量好了,清明节上午统一时间在各自家中祭祖、追思”。

郑州将网上直播共祭 缅怀公益树葬的先行者

受疫情影响,郑州市已连续12年在清明节前举行的公益树葬活动今年也将暂缓举行,以往的线下集体共祭方式也将调整为“云祭扫”。

郑州市殡葬事务中心相关负责人表示,根据《郑州市民政局关于清明祭扫服务管理的通知》要求:“全市所有公墓、陵园、骨灰堂等殡葬服务机构,继续暂停市民群众现场祭扫活动;暂停组织社区集体公祭、植树葬等群体性活动。”结合郑州市目前疫情防控形势,为有效避免人员聚集,减少交叉感染,原定于今年3

月在河南福寿园举行的郑州市公益树葬活动也将暂缓(具体时间另行通知),采用网上直播共祭的方式,对节地生态树葬的先行者进行缅怀纪念。

据介绍,直播将于3月29日上午10时进行,届时,树葬先行者的家属可通过扫描下方二维码的方式进入直播间。具体步骤如下:



1. 微信扫描二维码;2. 点击进入“福寿云”云共祭;3. 点击进入“河南福寿园·郑州公益树葬共祭仪式”即可线上参与纪念缅怀活动。

另据了解,该平台还为市民提供线上祭扫和代客祭扫等服务,在做好疫情防控的前提下,满足市民的祭扫追思需求。具体操作方式如下:

1. 微信扫描“福寿云”二维码;2. 点击“云共祭”下方的搜索框,选择:河南/河南福寿园信息;3. 在下方选择“墓碑”,点击河南福寿园·郑州市公益生态树葬;4. 再点击“公益树葬”文字,选择“网上纪念”即可。

互动征集

非常时期,为进一步倡导推动文明祭扫新风尚,大河报启动“清明云端寄哀思”系列报道,并面向社会各界发起互动征集——

务? 可以分享介绍,抚慰人心。

征集3 战“疫”新风尚

作为普通市民,这个清明节,您最思念的逝者是谁? 有什么最难忘的故事? 是否通过网络祭扫、书写寄语、小型家庭追思会等方式来缅怀? 您可以用视频、音频、文字等形式向我们倾诉追思,分享缅怀新风尚。

互动方式

感兴趣的读者朋友,可拨打大河报新闻服务热线0371-96211或大河报记者电话18638928633联系,也可以把相关内容发送至邮箱260292676@qq.com,或者在大河客户端、大河报微博报道下方留言,期待您的参与!

征集1 战“疫”倡新风

如何让疫情下的清明节更“清明”? 我省各地民政部门以及相关机构、社区等发布的清明祭扫通知或倡议中,可以选取亮点举措,与更多人分享、交流。

征集2 战“疫”暖服务

云祭扫、鲜花代祭……疫情期间,我省的殡仪馆、经营性公墓、城镇骨灰堂等殡葬服务单位等开展有哪些暖心服



膝关节变形就要换人工关节? 不用了!

□大河报·大河客户端记者 林辉 通讯员 刘东方

“O”型腿(罗圈腿)和X型腿在年轻人群中很常见,大多会在中老年时期发展成为更严重的“O”型腿(罗圈腿)和X型腿,并且出现关节炎症状,影响工作和生活。关节置换成为治疗严重骨关节炎的手段之一。针对“O”型腿(罗圈腿)和X型腿合并关节炎的治疗,有没有别的方案呢? 今天给大家介绍一种微创矫形治疗关节炎的方案。

年轻时的“O”型腿 老年的膝关节炎

来自周口的杨阿姨,今年71岁了,近日来到河南省直第三人民医院骨科胡彬副主任医师的诊室,进行复诊,走路麻利自如,膝盖前方也没有明显的手术伤口,双膝内侧只有一道若有若无的小疤痕。

原来她在年轻时双腿就罗圈,随着年龄增长,不到60岁时就感到双膝关节走路时疼痛,逐渐至疼痛难忍。之前她看了好几家医院,得到的答复是肯定过不久就要换人工关节了。

“保膝”专家团队 精准制订个性化方案

5年前患者找到胡彬副主任医师,随后拍摄了膝盖X光。胡彬主任根据多年的临床保膝经验,综合杨阿姨查体和影像学资料,经过科室反复会诊,给杨阿姨制定的手术方式是胫骨微创矫形术,暂时先不考虑关节置换。

术后5年过去了,杨阿姨现在走路来健步如飞,都不用担心再动手术的事儿了,她说这个微创治疗方案拯救了她的两个膝关节。

关于微创矫形 来听专家介绍

胡彬副主任医师介绍,当人的身

体直立时,身体重量要平均落在膝关节的正中央,整个关节平均受力才不会很快磨损。但是偏偏有些人的腿型是“O”型腿,身体的重量都落在膝关节的内侧,导致膝关节内侧磨损远较外侧还快,年纪轻轻关节很快就退化了。胫骨微创矫形手术就是在胫骨(小腿骨)接近膝盖的地方凿一个缝,然后把它撑开,改善“O”型腿,改变关节受力的角度,让膝盖内外侧可以分担身体的重量,再以钢板固定,病人可以保留自己的膝盖,不用走到换人工关节这一步。

微创手术 实现快速康复

近年的新技术让这个技术得到快速提升,首先,锁定式钛合金骨板的发明,提升固定效果,解决了固定不牢的问题。河南省直第三人民医院骨科保膝团队采取3D打印技术的运用,大幅增加矫正的准确度,手术时间也从一至两小时缩短至30~40分钟。术后第二天即可下地,一月后就能恢复正常的工作生活。

聚焦膝关节专病 打造优势专科诊疗平台

近年来,很多中老年患者朋友深受膝关节疾病困扰,关节疼痛、变形等问题给他们的生活带来很大痛苦,生活质量明显下降。河南省直第三人民医院保膝团队在沙宇主任的带领下,坚持把膝关节专科专病建设放在突出位置,集中优势力量专注膝关节病的研究,明确以关节微创为特色的发展方向,并将骨科、康复科、运动医学科结合起来,成立骨科康复运动医学联盟以及骨科康复标准化病区,更好地为广大膝关节患者服务。



香中之宝西红花,能解冠心病

□大河报·大河客户端记者 李彬



香药,又被称为“舶药”,是中药材中非常特殊的一类珍贵药材! 它性辛香,常见的功效主要有两种:一有走窜之性,可通达经络,入心开窍,常用于急救。二有芳香之性,可醒脾开胃,化湿祛浊,常用于脾胃病、心脑血管疾病。

第一个香中之宝,是被称为“花中奇药”的西红花,也常常被称作藏红花。它集养血、活血、行血于一身,可以活血化瘀、散结止痛,广泛用于心脑血管疾病、妇科及外伤疾病中,被誉为“植物软黄金”。

专家介绍,中医理论认为,冠心病心绞痛属气滞血瘀,治疗应从活血化瘀,理气止痛入手。西红花的功效比普通红花强,属于血分药,冠心病患者及冠心病支架术后患者,可咨询专业医师,在医生指导下每天使用3~5丝西红花泡水服用。

另外,中医认为当气血不和、代谢紊乱、外邪入侵,就会导致热毒内生,损伤脉络。因此,“热毒伤络”是冠心病病情反复发作、凶险多变、顽固难愈的重要因素。所以西红花也常与麝香、熊胆粉、蟾酥等名贵中药组合配伍,抑制血管炎症,扩张心血管,降低血压,并保护血管内皮,解除冠脉痉挛,从而血管通畅,心脏健康。然后,再配以具有“调补正气,活血化瘀”之效的其它名贵中药,合成大组方,以期“调补正气、活血化瘀、解毒通络”三管齐下调治冠心病,标本兼治。