

群众诉求
接诉即办

本报讯 近日,军庄镇东山村供水管道突发破损,导致全村出现临时停水情况,直接影响村民日常生活需求,村民纷纷拨打12345市民热线反映,希望尽快恢复供水。

为切实保障村民生产生活秩序,解决群众急难愁盼问题,军庄镇高效推进处置工作,但在应急处置工作中面临两大难点。一是管道破损点位不明,村内供水管道铺设时间较长,部分路段管道埋深较深,给快速排查定位破损点带来较大难度。二是停水影响范围广,涉及全村所有村民,应急饮用水需求量大,且部分老年、行动不便的村民取水

困难,如何快速调配、精准配送应急水源,确保家家户户都能用上应急水,成为处置工作的重点难点。

军庄镇联合东山村全面开展管道抢修及应急供水保障工作,严格按照应急预案,有序推进各项工作。一是启动应急响应,快速集结力量。接诉后,第一时间启动应急处置预案,迅速召集村工作人员、维修骨干组成应急抢修小组,明确分工、责任到人,立即赶赴现场开展工作。二是排查定位破损点,制定抢修方案。抢修小组采用分段排查、水压测试、人工探测相结合的方式,对村内供水管道进行全面排查,快速锁定破损点位,结

军庄镇
高效处置水管破损停水问题

合管道破损程度、材质等实际情况,制定科学可行的抢修方案,明确抢修流程、时间节点和注意事项。三是抢抓时间修复,加快供水恢复。抢修人员严格按照抢修方案全力开展抢修作业,克服管道埋深、作业空间有限等困难,争分夺秒推进管道修补、接口加固等工作,全程跟踪抢修进度,及时解决抢修过程中出现的各类问题,全力压缩停水时长。四是配送应急用水,保障民生需求。在推进抢修工作的同时,统筹调配应急饮用水,组织工作人员分组开展配送工作,重点关注老年户、行动不便户等特殊群体,逐户送达,确保村民临时

用水需求得到切实保障,同步做好村民解释沟通工作,告知抢修进度和恢复供水时间,争取村民理解支持。

东山村始终坚持以村民需求为导向,村“两委”靠前统筹、统一调度,抢修小组、配送小组分工明确、高效配合,形成上下联动、齐抓共管的工作格局,快速完成管道抢修工作,最大限度缩短停水时间。同时,主动启动应急饮用水配送服务,精准对接老弱病残等特殊群体,用心用情解决群众临时用水难题,以高效处置与贴心服务切实守护村民生活秩序,赢得群众广泛认可。

区城市管理指挥中心/供稿

防汛在行动

区水务局：
清理河道保畅通

本报讯(记者 闫吉)近日,区水务局河湖事务中心组织专业养护队伍持续开展河道杂草及淤积杂物专项清理行动,全力保障我区河道汛期排水畅通。

清理作业采取“机械辅助+人工细化”相结合的方式,分区分段、分批次推进。在冯村沟西苑路桥右侧河段,养护工人操作小型割草船,对河道内滋生的苻菜、黑藻等水生植物进行集中打捞清理。在西峰寺沟与冯村沟交汇处水域,养护人员乘坐简易漂浮船,使用长柄镰刀等工具,打捞清除河道内苻菜、金鱼藻等水生植物及各类漂浮垃圾,彻底清理水域内障碍物。

通过河道清障作业,有效解决了河道杂草拥堵、水流阻滞等问题,提升了河道蓄水、排水、泄洪综合能力,进一步净化河道水质,有效改善河湖生态风貌,实现“水清、岸净、畅通、安全”的综合治理目标。

区水务局河湖事务中心工作人员刘佳说:“汛期,我们持续开展河道隐患排查整治,实行常态化巡查,重点紧盯雨后河道淤积、杂草复生、杂物漂浮等问题,及时发现、快速处置,动态清零各类防汛隐患。同时,我们也将加大河湖保护宣传力度,引导周边居民自觉爱护河道环境,全方位筑牢我区河湖防汛安全屏障。”

区属国企：
履职尽责做好防汛备汛

本报讯(记者 闫吉)康奇物业公司作为区属国企,主动扛起防汛责任,结合所管各小区实际,做好防汛备汛各项工作。

物业公司组织工作人员对应急沙袋、抽水设备等防汛物资进行清点、维护,确保在紧急情况下拿得出、用得上。

工作人员还开展拉网式、地毯式隐患排查,重点对楼顶排水沟、路面雨水井等设施进行全面摸排,及时清除淤泥杂物。在小区地下车库入口等低洼区域,提前备好隔水挡板和应急沙袋,防范雨水倒灌。

康奇物业公司经理赵丽娟说:“我们实行24小时值班值守制度,对排查中发现的问题,

实行‘发现一处、整改一处、验收一处’的闭环管理,确保所有隐患及时清零。同时,我们还会持续开展常态化排查,根据天气变化和实际情况,动态调整排查重点,做到防患于未然。”

物业公司还主动加强与各社区居委会的沟通协调,并通过业主微信群、公告栏等方式,向辖区居民及时发布预警信息和防范提示。

康奇物业公司工作人员提示,如果发现小区内有排水堵塞等情况,请及时联系本小区物业进行处理。车辆停放时,尽量避开低洼区域及车库出入口附近,共同筑牢汛期安全防线。



本报讯(记者 张欣皓 王子睿)为切实守护辖区少年儿童消费安全,规范儿童用品市场经营秩序,防范化解儿童产品质量安全风险,近日,区市场监管局紧扣“六一”国际儿童节消费热点,联合第三方检验

检测机构,对辖区大型商场开展儿童玩具及儿童用品专项监督检查与抽样检测工作,全力为孩子们营造安全、放心的节日消费环境。

本次专项检查以群众关注度高、儿童使用频次高的玩具、生活用品为

重点品类,精准聚焦商超儿童用品销售专区,采取“现场核查+专业抽检”相结合的方式开展全方位排查。

检查过程中,执法人员首先严格核验商户经营资质,仔细查看营业执照登记信息,确认商户证照合法有效,实际经营品类与核准经营范围完全匹配,资质手续齐全规范。同时,执法人员重点落实进货查验制度检查,细致查阅商家进货台账、产品合格证明、进货票据等资料,逐项核查产品来源、进货渠道、购销记录等关键信息,督促经营主体严格履行产品质量安全主体责任,严把进货质量关、溯源关,本次检查未发现台账记录不全、进货来源不明等问题。

针对在售儿童玩具及儿童用品,执法人员联合第三方检测机构开展现场抽样检查,随机抽取电动玩具、塑胶玩具、修正液、修正带共4

批次在售产品送检。本次抽检严格对应监督检查实施细则要求,电动玩具、塑胶玩具重点覆盖机械物理性能、易燃性能、特定元素迁移、增塑剂限量、电安全性能等强制性安全指标,修正液、修正带重点检测可迁移元素、邻苯二甲酸酯增塑剂限量、苯、氯代烃等核心安全项目,执法人员同步核查产品3C认证、标签标识、厂名厂址、安全警示等内容,全面排查不合格风险。

区市场监管局产品科科长张馨予说:“我们将以此次专项检查为契机,紧盯重点区域加大监督检查力度,督促经营主体严格落实安全主体责任。坚持严管常态、长效监管,不断筑牢儿童用品安全防线。同时,畅通12345市民热线,借助媒体平台开展安全科普宣传,凝聚多方监管合力,构建共治共享格局,用心守护辖区少年儿童健康成长。”

城子街道京西福地·安居十二市童市开启

本报讯(记者 王子睿)近日,京西福地·安居十二市第五站——童市正式在城子街道党群服务中心开市,活动以打卡互动、慈善市集、小商品销售为核心内容,全方位打造沉浸式青少年成长体验场景。

本次童市融合了趣味闯关、公益实践、创意摆摊、亲子休闲等多项内容,把课堂搬出教室,让孩子们在玩乐中成长。孩子们积极参与各项打卡任务,在模拟交易中学习理财,在科普互动中探索科学,在文化体验中感受传统魅力,在运动游戏中锻炼体能,在公益实践中培养社会责任感。

值得一提的是,城子街道还特别邀请了东辛房小学的学生前来参观游玩。这种将学习与游戏相结合的方式,让孩子们在轻松愉快的氛围中收获颇丰,赢得了老师和孩子们的一致好评。



安全小贴士

意外落水自救小妙招

本报讯(记者 谭庆雯)门头沟消防救援支队重点紧盯河道、山村、景区和低洼地带,提前布置好救援力量,全力守护大家汛期安全。

汛期时雨水多,河里水位涨得快、水流也急,水下藏着漩涡、深坑还有水草,一不小心就容易出现溺水危险。

要是真的遇上意外落水,可千万别慌,记好这份自救小妙招:

1.保持冷静,切勿慌乱挣扎
落水后,不要手脚乱扑腾,越挣扎越易下沉、呛水。要全身放松,向后仰躺,尽量让口鼻露出水面,保持平稳呼吸,大声呼救等待救援。

2.借力漂浮,抓住身边浮力物
就近抓住木板、泡沫、塑料桶、树干、漂浮杂物等,抱于胸前借助浮力节省体力,避免身体快速下沉和体温流失。

3.顺流避险,不逆流硬拼
水流湍急时,不要强行往岸边逆流游,顺着水流方向漂移,避开漩涡、水下暗坑、树木杂物,选择向水流平缓、低矮岸边靠岸。

4.保存体力,等待专业救援
减少不必要游动,节省体能,保持意识清醒,看到岸边有人、或者消防员示意时,主动配合伸手、抓绳、抓救生器材,听从指挥配合施救。

若发现有人不幸落水,切记保持冷静、科学施救,切勿盲目冲动下水。

最后在此提醒大家,汛期尽量避免前往山区、河道、陡坡等危险区域;关注天气预报和预警信息,提前熟悉逃生路线;主动学习防汛自救知识,提升应急避险能力。如遇险情,第一时间拨打119,门头沟消防救援支队始终在您身边,全力守护汛期安全。

守护牙齿健康 绽放自信笑容



本报讯(记者 谭庆雯)口腔健康是儿童青少年整体健康的重要组成部分,良好的口腔状况不仅有助于消化和营养吸收,还对其心理和社交发展有着积极影响。今天本报特别邀请北京同仁医院门头沟医院口腔科主任李亮,和我们一起聊聊儿童青少年口腔健康的那些事儿。

记者:刷牙是我们每天最基础的口腔护理方式,儿童青少年又正处于乳牙替换、恒牙萌出的关键发育阶段,牙齿容易出现蛀牙、牙周不适等问题。孩子们究竟应该如何科学、正确地刷牙,才能更好地保护牙齿健康?

李亮:替牙期牙齿参差不齐、牙缝大、易塞牙,刷牙重点是刷干净、不损伤牙龈、兼顾恒牙与乳牙,推荐改良巴氏刷牙法,简单好操作。

软毛牙刷,刷头轻放牙齿与牙龈交界处,刷毛与牙齿呈45°指向牙龈方向。小幅震颤+轻刷:每组牙齿来回颤动10次左右,再向咬合面轻扫,避免大力横刷伤牙龈。外侧:

上排从上往下、下排从下往上刷。内侧:门牙内侧竖刷,大牙内侧同样45°轻颤。咬合面:来回横刷清洁窝沟,防止蛀牙。每次至少2分钟,按右上→左上→左下→右下依次刷,避免漏刷。配合牙线清理牙缝残渣,不要只用牙签。新萌出恒牙:重点清洁窝沟。松动乳牙:轻柔刷,不要用力戳牙龈。刷牙力度:以刷毛微弯、不疼不出血为宜。

每天早晚各1次,饭后漱口,每3个月更换牙刷,建议每半年做一次口腔检查+涂氟,必要时做窝沟封闭。

牙刷优先选小头、软毛、高密度刷毛的款式;牙膏首选含氟牙膏,氟可以有效增强牙齿抗蛀能力,预防窝沟龋和邻面龋。

记者:我们平时观察到一个现象,很多同学吃饭的时候,总习惯用一侧牙齿嚼东西,长期这样做会有什么問題吗?

李亮:长期用一侧牙齿吃饭,也就是“单侧咀嚼”,危害其实比想象中大。首先,最直观的就是影响脸型。常用的一侧咬肌会越来越发达,显得脸大或不对称;不用的一侧则缺乏咀嚼刺激,容易萎缩,形成“大小脸”,影响颜值对称。其次,牙

齿健康也会遭殃。不用的那一侧因为缺乏自洁,牙结石、食物残渣会大量堆积,更容易蛀牙、得牙龈炎。

更严重的是,这会破坏正常的咬合关系,增加颞下颌关节的负担,容易出现张嘴“咔咔响”、关节酸痛,甚至张口困难。所以,哪怕一侧牙齿不舒服,也要先治好,尽快恢复双侧交替咀嚼,这才是保护牙齿、脸型和关节的最佳方式。

记者:没想到单侧咀嚼的危害这么大,同学们一定要赶紧纠正这个习惯。说到口腔健康,有人觉得用漱口水就不用认真刷牙了,这到底行不行?漱口水能代替刷牙吗?

李亮:绝对不能。漱口水只能起到辅助作用,比如暂时清新口气、减少一部分口腔细菌,但它无法清除牙齿表面的牙菌斑,也清理不掉牙缝里塞的食物残渣。牙菌斑是紧紧附着在牙齿上的生物膜,必须通过牙刷、牙线这样的机械摩擦才能有效去除。如果只靠漱口水,不认真刷牙、不用牙线,时间一长照样会蛀牙、牙龈出血,甚至发展成牙周病。另外,也不建议长期使用强效抗菌漱口水,容易破坏口腔里的正常菌群,反而不利于口腔健康。

记者:明白了,漱口水只能当辅

助,刷牙和牙线才是护牙的关键。那还有一个问题是,很多同学都爱喝奶茶和碳酸饮料,如果长期喝这些饮料,对牙齿的伤害有多大呢?

李亮:经常喝奶茶、碳酸饮料,对牙齿的伤害其实比很多人想象的要大得多。这类饮品一方面糖分特别高,细菌分解糖分后会产生酸性物质,另一方面饮料本身酸度也很高,相当于给牙齿来了双重腐蚀。长期这样喝,牙釉质会慢慢脱矿,牙齿表面出现白垩色斑块、变得敏感,再发展就是大面积蛀牙,而且往往是多个牙齿一起坏。再加上很多人习惯小口慢抿,口腔长时间处于酸性环境里,伤害会更严重。建议尽量少喝,如果喝了一定要及时用清水漱口,不要立刻刷牙,避免把已经被酸软化的牙釉质刷伤。保护牙齿,真的要从小少喝甜饮、酸饮开始。

记者:看来这些饮料对牙齿的伤害真不小,同学们一定要控制饮用频率。现在我们发现,很多孩子刷牙的时候,容易出现牙龈红肿、出血的情况,可能比成年人更常见,这到底是什么原因导致的呢?

李亮:青少年之所以更容易牙龈红肿、刷牙出血,主要和青春期激

素变化有关系。这段时间身体激素水平波动大,牙龈会变得特别敏感,稍微有点菌斑刺激,就容易充血、肿胀、变软。再加上学业压力大、熬夜多、刷牙马虎、爱吃甜食和零食,牙龈斑和牙结石很容易堆积,进一步加重炎症,形成青春期牙龈炎。很多人一出血就不敢刷,结果越不刷牙菌斑越多,炎症越严重,形成恶性循环。正确做法是坚持认真刷牙,清理干净牙缝,必要时洗牙。只要把菌斑控制住,红肿和出血大多能很快好转,不用过度担心。

记者:我们发现很多人的蛀牙一开始是不疼的,自己觉得可以不用管,也不用去看医生,非等到疼了才去看医生,这种做法对吗?

李亮:蛀牙一开始不疼,绝对不能不管!很多人都有这个误区,觉得不疼就没事,其实这是最危险的信号。蛀牙初期只破坏最外层的牙釉质,这里没有神经末梢,所以才不疼。但细菌一直在悄悄往里侵蚀,一旦蛀穿到牙本质,牙齿遇到冷热酸甜就会敏感;再往深处蛀,伤到牙神经,那就是剧烈的自发痛、夜间痛,甚至引发牙髓炎、脓肿化脓,到时候不仅痛苦,治疗也会变得非常复杂且昂贵。所以,牙齿一旦发现

有黑点、小洞或者龋坏,哪怕完全没有痛感,也要第一时间去医院补上。早补不仅恢复快、花钱少,还能保住一颗健康的牙齿,千万别为了省事硬扛,最后小病变大病。

记者:最后,还有一个紧急情况,很多孩子爱运动,难免会遇到摔倒、碰撞,有不小心把牙齿磕掉的情况,这时候该怎么办?

李亮:牙齿意外脱落是紧急情况,救治时间非常关键,一定要记住“黄金30分钟”。首先,快速找到牙齿,只捏住牙冠,千万不要碰牙根,因为牙根上的细胞一旦受损,牙齿就很难存活了。如果牙齿脏了,用干净的凉水轻轻冲一下即可,千万别用力刷、擦洗,也不要用力酒精浸泡。保存牙齿最正确的方法是:立刻放回原位咬住,或者含在舌头底下,也可以泡在牛奶或生理盐水里。处理完后,必须立刻、马上去口腔急诊。在30分钟内完成再植,牙齿的存活率和长期效果是最好的,千万别耽误了最佳救治时机。

养成良好的护牙习惯,定期检查牙齿,才能守护好一口健康好牙。也希望每一位青少年都能重视口腔健康,每一位家长都能做好引导,让孩子们拥有健康明亮的笑容。