



文/图 记者 王莉莉 通讯员 吴迪 牛魁

11月6日,“守望河湖看淄博,淄博媒体河湖行”采访团继续前行。当天上午,采访团一行来到淄博主城区——张店时,孝妇河(张店段)、漫泗河……宛如一条条“彩带”延伸在城市中;孝妇河湿地公园、齐盛湖公园仿佛化身熠熠生辉的一颗颗“明珠”,市民们在城市生态水系中尽情享受大自然。

自2017年以来,张店区将河长制、湖长制工作作为推动全区水生态文明建设的重要抓手,大力推进河长制、湖长制工作常态化、长效化,深入推进水生态文明建设,着力构建人水和谐的水生态体系。“现如今的城市河湖,已经由之前的饮水、灌溉、防洪等基础性功能逐渐向打造优质水资源、提供宜居水环境、构建健康水生态转变。”当天的采访中,张店区水利局局长鹿峻波一语道破当代河湖的城市“水担当”。

以水为媒促和谐 仅孝妇河湿地公园每年迎客约200万人次 倾力治水,治出了这片市民亲水美景

>>齐心治水 完善体制机制,治出一泓清水

6日上午10点30分许,孝妇河湿地公园内,波光粼粼,水草丰美,不远处时时会有野鸭戏水,白鹭低飞,一幅“河畅、水清、岸绿、景美”的美丽生态河湖景观映入记者眼帘。一块蓝色的“张店区市级河(湖)长公示牌”静静地矗立在路旁,仿若一名安全卫士。“看,从市级河长、区级河长、镇办级河长以及河道警长、村级河长全部进行实名公示,联系部门相关负责人的手机号以及市、区两级的监督电话也全部进行了公示。”今年1月份刚刚调到张店区水利局副局长徐晓娟,上任不久,手机号便承担起了监督电话的职能,并且必须24小时开机。

“电话进行公示,效果还是不错的,时常会接到群众来电。前不久的一个周六早上,我就接到了群众的举报电话,称有人在孝妇河边上网鱼。我们立刻通过河湖长体系,迅速联络到基层河管员,及时到达现场进行确认,并对违规行为进行了制止。”徐晓娟介绍说,张店辖区内共有



美丽的孝妇河湿地公园。

孝妇河(张店段)、东猪龙河、涝淄河、漫泗河、范阳河、玉龙河、新区防洪河道、南部排洪沟等重点河流8条;大高水库、炒米水

库、且村水库3座小水库;齐盛湖1个湖泊。自2017年以来,张店区根据中央及省市的有关要求,将河长制、湖长制工作作为推动

全区水生态文明建设的重要抓手,大力推进河长制、湖长制工作常态化、长效化,在属地管理体系基础上,结合本区特点,与

河长制、湖长制体制有效衔接,建立起了区、镇(办)、村(居)三级河湖长制体系,设立区级河湖长8名,镇(办)级河湖长22名,村(居)级河湖长71名,并建立了63人的河管员队伍。设置河湖长公示牌113块,公布河流名称,河长负责的河段范围,河长、河管员相关信息等,接受群众监督。

当天,在孝妇河张店区傅家镇黄家村段,城市河道巡河员高天长刚刚结束当天的巡河,准备赶回村委上班。“孝妇河流经黄家村段4公里多一点,漫泗河流经黄家村段3.6公里,漫泗河在黄家村段汇入孝妇河。村流域内的河道每天至少要巡一次,一旦出现问题,我们及时进行处理。如果处理不了,会逐级对上汇报。”高天长介绍,作为黄家村村委委员,今年7月份,他主动担当起了河道巡河员的责任,在每天的正常工作时间之外,拿出半个小时至一小时的时间进行巡河。“非常负责任,天天都能看到他们的身影。看,河里的水多干净,这离不开他们的付出!”

>>环境惠民 打造宜居水环境,激起一城活水

“近年来,城市河湖的功能逐渐由以前的基础性功能向多元化服务性功能延伸,尤其是群众获得感得到大幅提升。”张店区水利局局长鹿峻波的一席话语在受益群众中得到了验证。

当天上午,记者来到孝妇河湿地公园“印象孝水”景点时,家住华侨城的市民李丽正和朋友在湖边习练武当剑。整洁统一的木质健身小广场,面朝宽广的湖面,放眼望去,水天一色。两侧则是葱茏的绿植、各色鲜花,让人心旷神怡。“满目青翠,湖水清清,环境非常好。如果这地方没有足够的吸引力,我们也不会驾车从张店城北跑到城南来,这足以说明一切!”李丽对孝妇河湿地公园的喜爱之情,溢于言表。她告诉记者,自己老家是山铝的,对于孝妇河湿地公园一带非常熟悉,“这个地方治理前可以说就是一条臭水沟,那边是一片野林子,我们还曾来挖过野菜……现在的变化真是太大了,作为老百姓,我们是真正受益了!”

张店区着力打造宜居水环境的背后,受益的并非个别群众。根据一组相关统计数据显示,孝妇河湿地公园自开放以来,入园人数每年约200万人次;节假日每日最高可达10万人次;夏季平均每日达1万-2万人次;每年承办重大活动约300场……

为彻底改善该区域环境,市委、市政府自2013年提出进行治理,2014年3月成立淄博市生态水系建设指挥部负责工程建设。工程治理长度7.3公里,建设面积4.25平方公里,形成水面2500亩,蓄水量约500万方,控制辐射面积38平方公里,概算投资21亿元。孝妇河湿地公园定位为生态、休闲城市湿地公

园。2014年9月完成项目立项,2015年7月工程全面开工,目前已全部完工。河道在治理理念上彻底摒弃工程水利的治河理念,规划时融防洪、生态、休闲、娱乐等功能于一体,委托北京东方园林进行整体方案策划及景观设计,委托淄博市水利勘测设计院进行水利工程设计,将河道整治与园林景观充分融合。

据悉,工程建设主要包括四部分内容:水利工程包括河道清淤疏浚、岸坡护砌、旁通管道、新建马南路气盾闸和滨博高速气盾闸等工程,治理后达到百年一遇防洪标准,河面最窄处80米,最宽处650米,平均宽度300米,连续行船长度可达5公里,形成水面面积2500亩,蓄水量500万立方米,可为新区水系、齐盛湖、玉龙河提供景观用水。

目前黄河水和长江水均通过管道接入湿地公园,当上游水质不好时可通过旁通管道导出,引入黄河水。目前水利工程已全部完工运行;园林景观工程占地3200亩,包括园林绿化、建筑、桥梁、亲水步道、园区道路、上海路景观河等工程。治理完成后河道两岸形成100米至300米绿化景观带,两岸各布设8米园路,同时作为防汛道路,与309国道、原山大道、胶济铁路、马南路交叉全部采用下穿立交的形式,实现园区的封闭运行。

当天的采访,从孝妇河(张店段)到漫泗河,由孝妇河湿地公园再到齐盛湖公园,身处城中的记者对城市河湖的变化感触颇深。徜徉在张店区一个个生态水系建设的工程中,一条条河、一个个湖泊,展示着城市印象、见证着城市文明,更在记录着城市的变迁……

肩周痛的科学治疗

时下天气转凉,许多人一觉起床发现肩部酸痛难忍,梳头穿衣都很困难,这大多是肩周炎疾病,现在绝大部分人整天白天伏案工作,晚上玩手机到深夜,即使要睡觉了还要一只手举着手机入睡。所以患有肩周炎的人不在少数。

肩周炎又称冻结肩、粘连性肩关节炎、五十肩等。是由劳损、肩关节周围软组织退变以及内分泌失调引起的肩关节疼痛、功能障碍为主要表现的一种疾病。好发于40岁以上的病人,女多于男,左肩多于右肩。

临床表现呈慢性发病,隐袭进行,多数无外伤史,少数仅有轻微外伤史,疼痛位于肩关节前外侧,有的可放射至肘、手及肩胛区,夜间疼痛,上臂活动时疼痛加剧,严重者肌肉萎缩,有时因血管痉挛发生上肢血液循环障碍,出现前臂及手部肿胀、发凉及手指活动疼痛,活动受限等。我们要想解决肩周炎的问题,了解其形成的原因实是十分必要的。

1.肩关节以外疾病,如冠心病、肺炎、胆囊炎等反射性引起肩部疼痛,使肩关节活动受限。

2.因上肢骨折、颈椎病使上肢固定于身旁过久。

3.肩关节周围组织退变,如肩峰下滑

囊炎、冈上肌腱炎、肱二头肌长头腱鞘炎等。

4.肩关节外伤、劳损引起。

5.因年龄关系的内分泌的失调等。

有的人发现,肩周炎发病之后,也没做过特殊性的治疗,或者只是做过一些锻炼,肩周炎逐渐减轻,逐渐消失。之所以这样是由于病痛程度较轻或者处于发病初期,身体自愈能力超过于病痛本身,逐渐恢复。

但较重的肩周炎,或者病程时间很久的,自我恢复能力已经不足让问题得以解决,临床中,有关疼痛研究专家从微观解剖学角度对肩周炎进行分析诊断、治疗。针对肩周炎各种不同发病原因及临床表现,采取刃针疗法来治疗肩周炎。刃针治疗的原理是对病变的肌肉、血管、筋膜等处进行针刺、对粘连组织剥离,来达到改善病灶血液循环、消解炎症、解除神经压迫等目的。如今,刃针在治疗多种疾病方面都有广泛运用,吸收了中、西医之长,具有简、便、验、廉四大特点,是中医学术研究方面的一大进展。卫生部统计,目前全国2000多家医院开设了专门门诊。

医生也提醒,肩部受凉是肩周炎的常见原因。因此,在日常生活中注意防寒保暖。

《医疗机构执业许可证》登记号 PDY00051137030317D2 医疗广告审查证明文号: 张医广字【2019】第0627-033-370303号

张店康复疼痛门诊

地址: 张店义乌路83号(159路终点站对过)
电话: 0533-2300367

