

春运期间唐山站 24.5 对旅客列车有调整

本报讯（庄子、刘洋）记者昨天从铁路唐山站获悉，2024年春运自1月26日起至3月5日止，共计40天。为应对客流高峰，唐山站合计调整旅客列车24.5对，具体情况如下：

加开春运列车16对

直通列车8对：天津-加格达奇K4119/20次；青岛北-哈尔滨K4577/8次；菏泽-齐齐哈尔K4689/90次；北京丰台-齐齐哈尔K4095/6次；太原-大连K4959/60次；上海-长春K4051/2次；上海-哈尔滨西K4063/4次；杭州-牡丹江K4793/4次。

管内列车8对：北京南-秦皇岛G9419/G9414次；天津西-秦皇岛G9413/G9420次；天津西-秦皇岛G9411/G9412次；北京-秦皇岛G9899/G9892次；北京-秦皇岛G9897/G9898次；德州东-唐山G9409次、唐山-天津西G9410次；北京-唐山K5254/3次；承德-石家庄K5258次、邯郸-承德K5263次。

图定客车变更运行区段5列

海拉尔-郑州K928/7次，运行区段改为海拉尔-广州白云，车次改为K4292/1次。

佳木斯-山海关K490/89次，运行区段改为佳木斯-北京，车次改为K4126/5次。

乌兰浩特-天津K1534/3次，运行区段改为乌兰浩特-上海，车次改为K4356/5次。

齐齐哈尔-济南K296/5次，运行区段改为齐齐哈尔-上海，车次改为K4296/5次。

牡丹江-烟台K1452/1次，运行区段改为牡丹江-临沂，车次不变。

图定客车停运1对

长沙南-沈阳G1217/8次。

淡季停运列车恢复开行2对

青岛北-吉林K1055/6次；石家庄北-大连K717/8次。

市交警部门到一线宣传“交通安全三十诀”

本报讯（记者卢山）为了进一步提升市民的交通安全意识，近日，市交警部门纷纷走进企业、学校、乡村等地开展“交通安全三十诀”宣传活动，向市民普及交通安全知识，引导驾驶员和行人共同遵守交通规则，做到文明出行，确保道路交通安全，春运平稳有序。

日前，市交警一大队走进客运东站及辖区公交枢纽站，通过悬挂交通安全宣传条幅，张贴“交通安全三十诀”海报和发放宣传单等方式，用通俗易懂的语言与群众面对面交流，重点讲解无证驾驶、超员、货车超载，驾乘摩托车、电动车未戴安全头盔，驾驶人及乘客未按规定使用安全带、酒后驾驶等严重交通违法行为的危害及违法成本等，引导群众自觉抵制交通违法行为，真正做到“知危险、会避险”。

1月17和18日，市交警五大队民警深入辖区快递、外卖企业，结合“交通安全三十诀”，通过发放交通安全宣传资料、有奖问答等形式，从不按规定佩戴头盔、闯红灯、随意变更车道、逆向行驶、超速行驶、骑行接打电话、查看手机等隐患问题的危害性进行深入剖析，列举摩托车、电动车典型事故案例，讲解冬季恶劣天气行车注意事项。

市交警八大队宣传民警走进辖区8家公路客运和旅游客运企业，向企业负责人和驾驶员普及驾乘汽车时要系好安全带、不超员、不疲劳驾驶等道路交通安全常识，同时提示驾驶员要养成礼让行人、正确使用灯光等行车习惯，教育引导驾驶员依法文明驾车，从客运源头上夯实道路交通安全基础。

市交警九大队宣教民警走进辖区德谦幼儿园，用形象的动作、生动的语言给即将放寒假的小朋友讲解随意横穿马路、过马路时互相追逐打闹、乘坐车辆出行不系安全带的危害，了解车辆视觉盲区的范围以及规避方法。随后民警通过有奖竞猜的方式，为孩子送上“交通安全三十诀”书签作为小礼物，不仅让孩子们牢记书签上的

丰润

果蔬飘香
节前保供忙

春节前夕，丰润区的果蔬大棚内一派繁忙景象，农民加紧对蔬菜、瓜果进行管护、采收，以供应节日市场。近年来，该区引导农民采取“公司+合作社+农户”的模式，因地制宜发展蔬菜、瓜果等特色果蔬种植，有效带动了农民增收。

图为1月20日，在丰润区宏润果蔬种植农民专业合作社，农民在大棚里采摘西红柿。

朱大勇 王向楠 摄

迁安市马兰庄镇 党建引领激活力 人民调解促和谐

本报讯（记者金鹏 通讯员吴海民、李晓霞）日前，迁安市马兰庄镇驻马兰庄法庭人民调解室内，人民调解员、马兰庄镇法庭党支部书记安增正为一起居民楼漏水纠纷开展调解工作。通过给予当事人法律支持，对双方充分开展释法明理工作，最终使双方握手言和、达成和解协议。

近年来，该镇不断强化党建工作对基层治理的引领，增强党组织政治功能和组织功能，积极践行新时代“枫桥经验”，把党的领导政治优势转化为化解矛盾、解决问题的强大效能，充分依靠人民调解途径，把基层一线作为化解矛盾纠纷主阵地，切实做到守土有责、守土尽责，筑牢社会和谐稳定根基。

工作中，该镇不断推动基层党建和基层治理深度融合，以“党建+网格”治理模式为基础，落实“大党建、大工委”和“人头对人头”工作机制，在“四级网格长+网格员+辅助网格员”六级网格组织架构中，完成法官、警力嵌入网格。发挥镇村两级调解委员会职能，在镇政府、派出所、法庭、17个行政村、2个社区建设人民调解室22个，其中培树“致和调解室”“老李调解室”“小香调解室”3个品牌调解室。去年新建设的驻马兰庄法庭人民调解室，在实践中充分发挥了法律定纷争的作用，进一步推进了人民调解工作网格化和法治化。该镇将支部建在网格

唐山市工人医院刘媛媛：肉毒毒素在整形美容方面的应用

专家简介

刘媛媛，唐山市工人医院医学美容科，主任医师，医学硕士，中华医学会整形外科分会毛发移植学组委员。河北省中西医结合学会皮肤与毛发专业委员会委员，河北省美容外科学分会青年委员，河北省烧伤与整形外科学分会青年委员。唐山市医学会医学美学与美容学分会毛发学组组长，唐山市医学会医学美学与美容学分会委员兼秘书。

肉毒毒素(BTN)是一种特异性阻断乙酰胆碱释放的纳克级蛋白，绝大多数应用于医美领域的肉毒毒素为A型肉毒毒素，B型肉毒毒素的总体市场占有率较少，非常适用于存在A型肉毒毒素抵抗的一类患者。A型肉毒毒素作为一种肌肉动力的控制剂，主要原理是封闭乙酰胆碱受体，从而降低横纹肌和平滑肌的肌肉张力、减少腺体分泌，以获得预期的临床效果。

肉毒毒素可以改善额纹、眉间纹、鱼尾纹、下睑纹、内眦纹等，也可以用来提眉、提口角和进行下面部提升，同时也可以瘦脸、瘦肩、瘦小腿，还有就是可以改善狐臭、手足多汗症，治疗瘢痕和脱发等等。

A型肉毒毒素注入人体后的起效时间通常为48小时以

后，临床偶可见注射后数小时即起效或者2周后才起效的极端病例。A型肉毒毒素通常于术后2-4周达到作用高峰，然后维持术后效果3-12个月，平均时间为6个月左右。

注射完肉毒毒素注意事项：1.注射6小时内，尽量保持身体直立，12小时内不要沾水，24小时内不要做剧烈活动，以免肉毒毒素流散，注射当天不要用化妆品。2.1周内禁食辛辣、海鲜及硬壳类食物，忌烟酒。3.1个月内禁止做脸部按摩、热敷、揉搓。4.注射后个别部位可能有轻度淤青，数小时至几天内会自然消失。5.注射肉毒毒素后1个月内不要服用阿司匹林、氨基糖甙类抗生素药物(如庆大霉素、卡那霉素)，因为它们会加强肉毒毒素的毒性。6、注射肉毒毒素后2周来院复诊，看看是否需要补打或者下次再行相应的调整。7、不能少量频繁的注射，要至少间隔3个月以上才能再次进行肉毒毒素注射，不要频繁更换肉毒毒素注射品牌，以免机体容易产生免疫性抗体。

肉毒毒素注射的禁忌人群主要有以下几种：1、重症肌无力、多发性硬化症、先天性上睑下垂等神经肌肉病者。2、对肉毒毒素及其赋形剂成分(如白蛋白、明胶、右旋糖酐)有过敏史的人。3、注射2周前禁用与肉毒毒素相互作用的药物，如阿司匹林、氨基糖甙抗生素及青霉素、奎宁、环孢素、吗啡、钙离子通道拮抗剂等，因为这些药物可增加A型肉毒毒素的毒性。4、有心、肝、肺、肾等脏器疾病，

体质非常瘦弱者、活动性肺结核、血液病、结缔组织病、妊娠和哺乳期妇女儿童应慎用，6个月内计划怀孕的人禁用。5、有严重精神及心理障碍的人禁用。6、有皮肤感染者禁用。

(唐健)

扫描二维码查看环渤海新闻网“健康唐山”频道。

扫描二维码下载“唐山+”客户端，查看“健康唐山”频道。

全省首家退役军人优待定点医院在我市揭牌

本报讯（记者闫妍 通讯员董立坤）近日，联勤保障部队第九八二医院同市退役军人事务局举行了河北省首家退役军人优待定点医院签约暨揭牌仪式。

广大退役军人及其他优抚对象在退役军人优待定点医院就诊可享受退役军人挂号专用窗口，在国家“一免三减”政策基础上，免收挂号费、减收7%

开平：对数字指示秤进行专项整治

本报讯（记者志远）1月22日至23日，开平区市场监督管理局全面开展数字指示秤专项监督检查行动。标准计量科联合栗园分局、城区分局、越河分局执法人员，对开平区陡河电厂周边、南关市场及东港龙城沿街共29家商户的计量器具使用情况进行检查。

本次整治行动重点检查经营者能否当场提供在有效期内的检定证书、是否存在检定后擅自调整改动、利用数字指示秤进行计量作弊、使用非法定计量单位或者改装称量单位

滦州：加强消费重点领域监管

本报讯（记者志远）近日，滦州市市场监督管理局立足职能，聚焦民生消费重点领域，加强对食品药品安全、重点产品质量、特种设备运行、价格市场秩序等方面的监督检查力度，推动部门监管责任、属地管理责任和企业主体责任贯通联动，全力守护新春佳节安全无忧。

根据节前促销多、消费火热的特点，该局加强对食品生产、流通、餐饮全链条监督检查，对各食品安全风险点重点把控，从田间地头到百姓餐桌保障舌尖安全。

有效强化对高风险、关注度高、量大面广的药品、医疗器械、化妆品的监管，重点关注疫苗、感冒发热、冻伤、跌打损伤等品种药品储备情况，确保人民群众用药安全有效、量足价稳。

重点抓好区域内产品质量安全，通过高频次、全覆盖监督检查，下好风险前瞻防控“先手棋”，有效防范化解重点产品质量安全风险。紧盯燃气领域产品质量，严防不合格产品流入市场，做到防患于未“燃”。

全力防范安全生产风险隐患，对生产企业设施设备、人流密集、使用量大的场所电梯、游乐设施进行排查，加强设备维护保养，切实做好节假日现场管理工作，完善应援预案并加强应急救援，确保设备安全使用。

密切关注市场价格秩序，加强价格监管执法，严厉打击哄抬价格、未按规定明码标价、违规促销、价格欺诈、恶意涨价等扰乱市场的违法行为，确保节日期间价格稳定有序。

高新公安消防联合“摆摊儿”宣传

本报讯（记者卢山）1月23日，高新区公安分局联合高新区消防救援大队走进辖区人民购物超市开展宣传活动，为辖区群众普及公安政务服务内容以及春节期间防火知识。

活动中，高新公安分局网络警员与消防大队宣传员开启“摆摊模式”，在人流量密集的超市人口附近与市民进行互动，力求让市民在尽情购物的同时，了解更多公安便民服务，收获更多安全知识。高新公安分局网络警员向广大市民介绍了一窗通办延伸至警务室等相关内容，将便民服务延伸至千余家户。同时，对市民现场提出的问题进行解答，并发放了《高新公安政务服务便民宣传指南》。消防大队的宣传员结合近期发生的典型火灾事故案例，用简单明了的语言向现场市民讲解日常生活中存在的各类消防安全隐患和如何加强日常火灾防范、如何扑救初级火灾以及火场如何逃生自救等消防安全知识。

古冶警方抓获一名涉案900余万元诈骗案逃犯

本报讯（记者卢山）近日，唐山市公安局古冶分局深挖细查，循线追踪，持续加大对辖区逃犯梳理追逃力度，成功抓获一名涉案900余万元的外省诈骗案逃犯。

1月17日，该局习家套派出所在工作获悉，被宁夏银川警方上网的诈骗案逃犯董某某在辖区活动，遂迅速组织警力对其实施抓捕。经缜密侦查、分析研判，摸排走访，民警成功在某小区外将犯罪嫌疑人董某某抓获。经审讯，嫌疑人董某某对其以投资北京一家公司为由诈骗他人900余万元的犯罪事实供认不讳。

目前，犯罪嫌疑人董某某已移交宁夏银川警方。

王美丽：雪中救人，真美丽！

本报讯（记者志远）近日，一位女士通过线索，找到唐钢公司设备机动部的职工王美丽，对她的救助表示感谢。

2023年12月，一场大雪给人们出行带来了极大的不便。雪后的周末傍晚时分，王美丽开车从乐亭县海港区往市区方向行驶，刚驶出高速路，在一个光线不是很足的街道上，看到一辆倒着的电动自行车，旁边一位女士坐在地上，神色非常焦急，怀里还抱着一个四五岁的男孩。想到那名女士很可能是遇到了什么困难，王美丽便小心翼翼地吧车停在路边，走近了她才发现，女士怀里的孩子头部流了很多血。经过进一步询问得知，女士骑电动车带孩子在路上行驶的时候，由于雪地路滑，车子一不小心摔倒了，不仅大人的腿磕坏了，孩子的头也磕在路上。

“孩子头流血了，我的腿疼得走不了路，这可怎么办啊！”女士瘫坐在地上用手托着孩子的后脑勺，眼里已满含泪花。此时天色越来越暗，这里又比较偏，少有过往的车辆行人。王美丽果断地说：“你们快上我的车，我送你们去医院！”说罢，她先从女士怀中抱过孩子，放到车辆的后座上，然后又把女士也搀扶上了车。

半个小时后，车辆顺利抵达医院。在医院，因为女士的家人还没有到，王美丽跑上跑下，帮助这对母子看病、取药，并轻声安抚，让她们放心进行救治，一直忙碌到女士的家人到来，王美丽方才悄悄离开了。

其实，这已经不是王美丽第一次帮助别人了。去年夏天，她去市场购物时，看见一名3岁左右的小男孩独自在超市外的街口玩耍。担心孩子一个人在街口不安全，她立即将小男孩抱到安全的地方，耐心地安抚孩子，并帮助孩子找到了家人。