



郑能量

“赵超构新闻奖”好专栏

郑州造血干细胞捐献连续21年领跑全国

入库志愿者6.1万人 累计成功捐献507例

本报讯(记者 王红)昨日,记者从全省红十字工作会议上获悉,郑州造血干细胞捐献连续21年领跑全国。截至目前,我市入库志愿者6.1万人,累计成功捐献507例,入库人数和捐献人数均占全省35%左右,捐献人数连续21年位居全国省会城市之首。无偿献血工作稳步推进。全市共建设无偿献血屋15个,流动献血车17辆。固定献血点32个,高新区献血屋荣获“全国最美献血屋”称号。近年来,全市

参与无偿献血人数超过131万人次,采集全血达到378.55吨,有力保障了我市医疗临床用血供应,助力我市连续13次荣获“全国无偿献血先进市”。

近年来,我市人道救援能力得到新提升。近5年来,累计募集救灾款物超过15亿元。应急救援能力取得新突破。近5年来,共投入应急救援培训资金554余万元,培训救护员2.6万余人,开展急救普及讲座1843场,受益群众超过45万人。

■ 相关新闻

又增1例 00后小伙捐献造血干细胞

本报讯(记者 王红)2月25日,郑州00后小伙伍苑睿捐献造血干细胞,为一位素未谋面的血液病患者送去“生命种子”,成为郑州市第508例造血干细胞捐献者。

一年前,还在学校的伍苑睿献血时加入了造血干细胞捐献志愿者队伍。入库仅半年多,他

就接到了郑州市红十字会电话,得知初步配型成功。他马上同意捐献:“这么快有机会救人,很惊喜。”

“能早一天救人就早一天救人。”2月25日,顺利完成捐献的伍苑睿说,希望患者能尽快恢复健康,开启新的人生旅途。

河南首家造血干细胞移植术后随访规范化管理体系示范中心落户郑大一附院

本报讯(记者 王红)近日,全省首个造血干细胞移植术后随访规范化管理体系示范中心落户郑州大学第一附属医院,这是全国首批落地的示范中心之一。该中心的成立标志着河南省在造血干细胞移植术后管理领域迈出了重要一步,未来将为患者提供更加科学、规范的全流程随访管理服务。

作为我国首批造血干细胞移植医院之一,郑大一附院造血干细胞移植中心成立以来,一直重视新技

术与新疗法的运用,血液移植技术不断突破,2023年造血干细胞移植数量已超500例,位居全国第五,是中西西南地区最大的移植中心。造血干细胞移植术后随访规范化管理体系示范中心成立后,将依托大数据、人工智能等前沿科技,为每一位移植患者量身定制精细化的随访方案,推动规范化管理体系覆盖移植患者术后的全流程关键诊疗节点,通过全方位、立体式的健康管理服务,护航患者平稳康复。

市委办公室实现DeepSeek大模型本地化部署 探索“AI赋能·数智党办”新模式

本报讯(记者 张昕)市委办公室“AI对话”和“AI智慧办公平台”日前全面上线运行,实现DeepSeek大模型本地化部署,积极探索“AI赋能·数智党办”新模式,持续提升党办系统工作效能,更好服务市委中心工作落地落实。

近年来,为深入贯彻落实市委“以AI技术全面植入、全面赋能政务服务”工作要求,全面深化“三标”引领,大力开展“双创五化”活动,持续推进“AI+政务服务”工作,不断提升党办工作数字化、智能化水平。

DeepSeek大模型推出后,市委办迅速开发建设基于DeepSeek框架的“AI对话”和“AI智慧办公平台”,聚焦办文、办事、办会核心场景,打造了智能文件库、智阅智问、智能体中心、智能撰写四大模块,着力通过人工智能专业高效的辅助,提高党办工作质效。

市委办将持续优化模块功能,结合办文、办事、办会具体需求,个性化开发“AI秘书应用平台”,积极开展技能培训,不断提升党办人员运用人工智能辅助工作的水平。

郑州挖野菜地图



又到了开春尝鲜季 挖野菜攻略请收藏

春季万物复苏,正是吃野菜的好时节。在郑州各大超市、农贸市场里,香椿、蒲公英、荠菜、面条菜、马兰头……这些耳熟能详的野菜争相亮相,深受市民喜爱。随着春回大地,已有不少市民满怀期待地迎接野菜采摘季。为此,本报特别整理了一份挖野菜攻略,助您探寻那些隐匿在郊野的美味,体验亲手采摘的乐趣。

时令野菜待采摘,开春尝鲜正当时

2月25日上午,记者走访了郑州市的树木园和马寨镇张家湾,看一看开春时令野菜的生长状况。在树木园内,蒲公英和山泽蒜刚刚破土而出,嫩绿的芽尖在阳光下闪烁着生命的光芒,仿佛在迎接春天的到来。工作人员介绍:“现在野菜刚长出来,再过几天就可以来挖野菜了。往年这个时候,就有人带着小铁锹和铲子前来采集。”而在马寨镇张家湾村的一个生态园内,白蒿已经发芽,静静地生长在土壤的角落里,等待着人们的发现。当地村民热情地说,白蒿不仅蒸着吃口感极佳,还具有祛风避湿的药用价值,因此备受喜爱。

郑州挖野菜线路图

- 东线**
区域:中牟县刘集镇/万滩镇/雁鸣湖镇/白沙镇
主要野菜:荠菜、蒲公英、面条菜
- 西线**
区域:二七区马寨镇张家湾村/水磨村/樱桃沟
主要野菜:白蒿、苦菜、蒲公英
- 南线**
区域:郑州树木园
主要野菜:蒲公英、山泽蒜
- 北线**
区域:黄河大堤
主要野菜:首蓿、荠菜、马兰头

野菜的食用与功效

不同种类的野菜不仅味道各异,而且各自拥有独特的营养价值和药用功效。以下是几种常见野菜的食用方法及功效:

- 荠菜:**清热解毒、止血降压,适合炒食或做馅。
- 苦菜:**清热解毒、消肿散结,适合凉拌或炒食。
- 蕨菜:**富含膳食纤维,有助于促进肠道蠕动,适合炒食或腌制。
- 香椿:**健脾开胃、清热解毒,适合炒鸡蛋或腌制。
- 马齿苋:**清热解毒、凉血止血,适合炒食或做汤。
- 榆钱:**可蒸食、做馅或炒食,有健脾安神、清心降火的功效。
- 蒲公英:**可凉拌、做汤或泡茶,具有清热解毒、利尿散结的作用。
- 白蒿:**可蒸食、凉拌或泡茶,具有利胆退黄、清热利湿的功效。

挖野菜注意事项

在挖野菜时,要确保准确识别可食用的野菜,比如毒芹和水芹。避免误采有毒植物,同时选择远离污染的清洁环境进行采摘,注意适量采摘以保护生态平衡。采摘后应彻底清洗野菜,进行焯水处理以降低有害物质含量,并确保烹饪熟透后再食用。初次尝试的野菜应从少量开始,根据个人体质谨慎食用,并注意野菜的储存方法。此外,遵守当地法律法规,注意个人安全,防止蛇虫叮咬,避免前往危险地带,在享受挖野菜乐趣的同时确保自身安全和健康。“春天在河南人的餐桌上,不妨寻一日闲暇,跟随这份挖野菜攻略,踏上寻找春天自然之美的旅途,在挖野菜的活动感受春色。”

记者 谷长乐 黄栖悦 文/图 李钰冰 制图