

我与吕梁日报的故事

50周年
1971-2021

我的新闻人生路

□ 刘生锋

每当拿到油墨飘香的《吕梁日报》,我就由衷地感到兴奋。因为《吕梁日报》是我人生走向成功的沃土,《吕梁日报》改变了我的人生轨迹,《吕梁日报》是由一名农民通讯员成长为专职新闻记者、科级干部的“红娘”。

30多年前,我还是能吃得了苦、面朝黄土背朝天、地地道道种地放羊的农民。我出生在临县西部大山深处最偏僻的雷家碛乡刘家塔村,因家境贫穷,初中毕业后就辍学回家种地。上世纪八十年代初,在艰苦的条件下,我省吃俭用自费订阅《山西农民报》《吕梁报》《新闻写作》等10多种报刊杂志,白天劳动,晚上自习,走上自己喜欢爱好的新闻写作路,每年有百余件反映农村发展变化的新闻作品见诸《吕梁报》和《临县广播站》。那时的稿费很低,块儿八毛不等,但写得多了,一月下来几十元稿费,对生活拮据的我来讲,却能解生活上的燃眉之急。后来,随着我见报稿件的日益增多,县、乡各级政府对我很关照,免除了我在村里的劳动义务工,为我采访方便当时的县长还特批给解决了一辆飞鸽牌自行车。这样一来,为我这个山里娃从事业余通讯报道工作创造了优越的条件,政府的关怀更加坚定了我克服困难写好反映农村变化新闻稿件的决心和信心。

“大灰鬼”要娶媳妇啦!这条消息传遍了临县开化乡土盆的大家小户……记得那还是上世纪80年代初期的一天,我到邻村走亲戚,听村里的人们都说他们村里外号叫“大灰鬼”的刘志全如今改邪归正、勤劳致富要娶媳妇了。当即我就到刘志全家里了解真实情况,晚上就写了篇题为“大灰鬼”变成“致富迷”的稿子,前后经过五六次反复修改,第二天一大早徒步20华里山路到雷家碛乡邮电所,买了信封和邮票寄给《吕梁报》社。没想到,过了一星期时间,邮电所的邮工给我们村送报纸,这个稿子就发出来了。看到自己写的稿子刊登在《吕梁报》上,高兴的一晚上几乎没睡觉。不久,报社还寄来了5元稿费的汇款单,着实很让我高兴。这就是我在《吕梁报》见报的第一篇稿件。从此,我也就和《吕梁报》结下不解之缘。

俗话说,三百六十行,行行出状元。1994年,我以在《山西日报》和《吕梁日报》发稿的优异成绩,得到了县委、县政府领导的充分肯定,被破格聘用为新闻专职干部到临县新闻办工作。从此,我更加热爱《吕梁日报》并积极为之投稿。从2004年6月开始,我用半个月时间徒步深入沿黄公路建设工程工地采访,写出了字数多达3500个的长篇通讯《志刚削壁成坦途——临县百公里沿黄石崖凿路记》,很快就

被2004年10月31日的《山西日报》和《吕梁日报》头版头条采用。在2012年临县遭受“7·27”特大暴雨袭击的抗灾救灾中,作为一名新闻战线上的老兵,我第一时间奔赴受灾严重的临泉、兔坂、安家庄、曲峪、石白头、城庄、八堡、克虎8个乡镇的60多个村庄采访,克服交通严重受阻等许多困难,每天徒步走在泥泞的深山沟里,有时一天要走几十里山路,晚上12点还在灾区帐篷里采访,先后采访了灾区的数百名干部群众,其中采写发表在《吕梁日报》头版头条的《灾情就是命令——临县党员干部带领群众决战“7·27”洪灾纪实》长篇通讯,引起各级领导和社会各界爱心人士对临县灾区的关注。《吕梁日报》社情系灾区还把这期报纸加印了5000份免费赠送了灾区群众,极大地鼓舞了灾区广大干部群众奋力抗灾重建家园的热情和斗志……

弹指一挥间,我从初中毕业开始写稿,现已是在新闻战线上干了30多个年头的老记者了。我这30多年的新闻人生路,特别是与《吕梁日报》有着说不完的故事,可以说新闻改变了我的人生。我从一名农民通讯员变成一名专业记者,后来还被县委提拔成为科级干部,肩负起宣传临县的使命,我感到无比光荣和幸福。《山西日报》《吕梁日报》先后以《把笔头对

准基层》《省特级劳模刘生锋一年发稿突破200件20万字》《放羊娃当上省特级劳模》为题,多次报道了我的感人事迹,让我体会到了作为一名新闻人的欣慰和温暖。

30多年来,作为基层的一名新闻工作者,《吕梁日报》对我的影响越来越深、越来越大。正是缘于我和《吕梁日报》的这种情结,使我坚定了一辈子搞新闻宣传的决心。为了做一名合格的新闻工作者,我自学了摄影、在电脑上写稿、邮箱里传稿,如今每天上网看当天的《吕梁日报》早已成为我一天中必不可少的内容。新闻是常干常新的,我一直从未懈怠。如今《吕梁日报》在不断发展壮大,我也成为临县新闻宣传部门的负责人。尽管工作越来越忙,节奏越来越快,但我一定要把我的新闻人生路走完,继续把《吕梁日报》作为自己从事新闻工作的主阵地之一,从中不断汲取营养,不断拼搏奋进,把宣传工作干得更好,续写更精彩的新闻人生。

正是由于《吕梁日报》给了我发展的平台,我先后百余次受到各级党委、政府和宣传部门的嘉奖,荣获了“山西省特级劳动模范”“全省优秀共产党员”“吕梁名记者”“市优秀新闻工作者”“吕梁优秀人才”“吕梁市第一届青年专业技术学科带头人”“吕梁市十佳新闻工作者”等荣誉称号,还光荣当选为中共吕梁市第一、二届党代会的党代表。

回望三十余载风雨路,我与《吕梁日报》结下了深厚的感情和难以诠释的情结。我要礼赞《吕梁日报》,它是我的挚友和知音,更是我心灵的归宿和梦想延伸的地方。

(作者系临县宣传事业发展中心主任)

斗争是伟大的

□ 李小明

《中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议》第六部分“中国共产党百年奋斗的历史经验”中,有一条是“坚持敢于斗争”。要堅持敢于斗争,就要认识到斗争是伟大的,增强斗争的正当性、光荣感。

斗争是社会的本质属性。人饿了,要吃饭,这是与自身斗争;天不下雨,人工增雨,这是和自然斗争;受到侵犯,正当防卫,这是和人斗争。社会无处没有矛盾,解决矛盾就要斗争。只有斗争了,才能解决矛盾。斗争是一个让人爱恨交加的好东西,社会一时都离不开。

斗争是社会前进的动力。人改正自己的错误,就会进步;遇山开路,遇水架桥,就会有坦途;路见不平,拔刀相助,就会维持正义。社会时时处处有问题,解决问题就能前进,这就是斗争。不解决问题,社会死气沉沉,没有美好可言,没人愿意在这个世上活着。

伟大斗争是社会的稀缺品。虽然每个人每一分钟都离不开斗争,但是,在大大非、矛盾冲突、危机困难、歪风邪气面前,不是所有人在所有时刻都敢于斗争,因此斗争就显得难能可贵,具有了伟大性。就像马克思所说:“如果斗争只是在机会绝对有利的条件下才着手进行,那么创造世界历史未免就太容易了。”斗争的伟大性可见一斑。

当然,那些为了一己私利,违法违纪违德的斗争,是渺小的,甚至是卑劣的,那种斗争只能说是狭隘的斗争,与伟大斗争纯粹是两回事。我们必须用伟大的斗争来反制狭隘的斗争,防患于未然,绝不能让其做大做强。

虽然斗争是伟大的,但是不能正确处理斗争的情况随处可见:有的人不懂社会有斗争,呆头呆脑,无所作为;有的人害怕斗争,软弱逃避,任由坏人放肆;有的人以斗为耻,自己不斗争,还反对别人斗争。这势必会影响社会的发展,于己于人都无好处。我们必须坚决扭转这种状况。

要教育人们进行伟大斗争。从世界观和现实的角度教育人们认识斗争的作用,让人们理直气壮斗争,高高兴兴斗争,用斗争换来美好生活,用斗争战胜邪恶。

要让不斗争者受到斗争的惩戒。斗争不仅牵涉到自身利益,还牵涉到社会大众的利益。我们要向爱惜羽毛的“绅士”、怕见风雨的“泥菩萨”、消极逃避的懦夫、随波逐流的“好好先生”斗争,让他们受到惩戒,加入到斗争的行列。

要给优秀斗争者好处。毛泽东说:“我们是为着解决困难去工作、去斗争的。越是困难的地方越是要去,这才是好同志。”肯定优秀斗争者,他们才会越斗越勇;奖励优秀斗争者,不斗争者才能受到触动;厚待优秀斗争者,社会才会变得越来越好。

斗争是伟大的。我们要用斗争理论引领斗争行动,投身到习近平总书记提出的“伟大斗争”中,共同建设伟大工程,推进伟大事业,实现伟大梦想。



面对新冠病毒奥密克戎变异株

中国疾控中心提示您

莫恐慌



科学认识变异株

面对新冠病毒奥密克戎变异株

中国疾控中心提示您

少出行



非必要出入境要减少

吕梁学院计算机科学与技术系教工党支部“三结合”创新党日教研活动新模式

本报讯(记者 王洋)近日,吕梁学院计算机科学与技术系教工支部举办了以“课程思政”为主题的党日教研活动。在全校深入开展党史学习教育,进一步学习贯彻党的十九届六中全会精神中,吕梁学院计算机科学与技术系教工党支部始终坚持“围绕中心抓党建,抓好党建促发展”的理念,在党总支的指导下提出了将党小组组长与教研室主任相结合、教研室活动与党小组活动相结合和理论学习与教学科研相结合的“三结合”工作新模式。

通过活动,参会教师受益匪浅,大家一致认为,如何将“课程思政”育人价值的挖掘寓育人于教书之中是重点也是难点。讲好课,是老师的本职工作;育好人,是党和国家赋予教师的光荣使命。在课程改革的今天,教师必须紧随时代车轮,不断更新、拓展、充实、提高,要坚持终身学习,以习近平总书记关于教育的重要论述为指导,学习新思想、新观念,不断提高思想政治素质,争做新时代的“四有好老师”,要做学生思想的传播者和实践者,用中国特色社会主义新思想培根铸魂、教书育人。要深入挖掘分析课程本身的育人价值对学生全面发展、对培养社会主义建设者和接班人的重要作用,真正将爱国主义、工匠精神、科学思维、刻苦学习、实事求是、遵纪守法、创新创业等有关内容内化于知识、外化于教学,用人格与知识的独特魅力去感染学生,进而达到同向同行、协同效应的最终目标。



近日,为深化“党员进社区”活动,组织广大党员干部树形象、做表率,积极参与社区建设、服务群众,市统计局部分党员与市社会经济统计调查队一同深入离石区生态园社区,与社区干部居民代表一起学习党的十九届六中全会精神,宣传统计法律法规知识,提升统计服务水平,进一步坚定践行新时代统计工作为国统计、为民调查的初心使命。

侯利军 摄

活动义齿的使用及维护

□ 杨乐

人的一生中,尤其是中老年人,常因牙齿疾病引起拔牙、牙齿脱落造成单个、多个或全部的牙齿缺失。口腔工作者常见有老年人因为缺失牙齿而影响咀嚼功能,造成消化不良来就诊的。这样就存在一个镶假牙的问题。现修复假牙种类很多,有大家熟知的种植牙、烤瓷牙、活动牙。种植牙和烤瓷牙对于牙齿缺失的情况修复效果很好,但都价格昂贵,费用又属于是自费,不能走医保。对于多数普通老百姓,尤其是经济不富裕的老百姓来说,活动义齿(假牙)还是首选。那么,活动义齿的优缺点都有哪些,如何维护好活动义齿,特别是如何清洁才能延长其使用时间成为了选择活动义齿的人们普遍关心的问题。下面我就这个话题结合临床实践给大家做一科普。

当天然牙(真牙)缺失后,多数患者会来口腔门诊做义齿进行功能的恢复,当选择固定义

齿时,我们对义齿的保养、使用和天然牙一样,三餐后刷牙,定期去口腔医院做口腔保健及复查,然而当选择活动义齿时,日常需要注意的事项就比较多。之所以会出现众多注意事项,还需要从活动牙的修复方式说起。在修复学的定义中,活动义齿也分为两大类,一类是可摘局部义齿,它是利用天然牙、基托下黏膜和骨组织做支持,依靠义齿的固位体和基托来固定,用人工牙恢复缺失牙的形态和功能,用基托材料恢复缺损的牙槽嵴、颌骨及其周围的软组织形态,患者能够自行摘戴的一种修复体。通俗来讲就是嘴里最少还有一颗牙,其他缺失的牙用假牙、架子和医用塑料把缺牙的部位恢复成以前有牙的样子;一类是全口义齿,它主要是利用口腔内黏膜的支持和吸附力进行固位,这类患者口腔内整个牙列中所有的天然牙包括牙根都缺失,可能是上半部分或下半部分,可能是全部牙齿。

从这种修复方式不难看出其优缺点,优点是适用的范围很广,需要磨除的牙体组织少,可以自行摘戴便于清洁,最主要就是价格低,便于修理。但它的缺点也很明显,如体积大、部件多,初次佩戴会有异物感,会影响发音,有些敏感患者还会出现恶心、它的咀嚼力和固位力不如种植牙和烤瓷牙,患者口腔卫生状况差还可能对基牙(自己的牙)损伤、牙周疾病、义

齿性口炎、溃疡、牙槽嵴吸收加速的不良后果。大家听着感觉缺点怎么这么多,而且还挺严重的,实际上那么多的缺点只要保证以下几点注意事项就完全可以避免了。

1.先说它体积过大,部件多的问题。其实单颗牙的活动义齿,是不存在这种情况的,它戴起来没什么异物感,就是饭后和睡前摘戴清洁的时候要注意别一不小心掉到下水道中。还有若是前牙的单颗活动义齿,不建议切咬食物,最好把其切成小块,放在后牙咀嚼。

2.如果是多颗牙缺失,或者全口牙缺失时,假牙体积确实大,第一次戴时,口内可能暂时会有异物感、恶心或呕吐等不良反应,有时候发音也可能受到影响,用它吃饭也不舒服,这种情况一般1-2周后大部分患者都会适应。

3.卫生状况差的口腔情况可以引发更多的问题,多颗牙缺失的活动义齿会在相邻的真牙之间形成邻面龋齿;全口缺失的活动牙会出现义齿性口炎(与白色念珠菌感染有关);牙槽嵴吸收加速等。那怎么解决这类问题呢?这就要保证患者自己有真牙的情况下,首先要每天餐后刷牙,其次就是饭后和睡前要取下义齿刷牙干净,每天至少用清水蘸牙膏彻底刷清洁一次;当佩戴假牙引起口炎时,活动义齿需每晚用2.5%碳酸氢钠溶液(小苏打水也可以)

浸泡,彻底清洁,去除义齿上的微生物膜,防止细菌和霉菌的滋生;让承托区黏膜得到休息。为了减轻牙龈及牙床的负荷,要保留一定的时间让牙床休息,夜间不佩戴,取下将其放在冷水中或义齿清洁液中保存,切记不要放在开水、酒精或强酸强碱中浸泡,也应避免长期在干燥环境下放置。

4.当患者第一次戴活动义齿时,一般不建议吃较硬的食物,先从软的开始过度。如果出现明显不适,如吃饭疼痛、溃疡、义齿左右晃动、太松或太紧、义齿与牙床之间贴合不紧密时要及时复诊调整,可以暂时取下并泡在冷水中,让黏膜得到充分地休息恢复,在复诊前2-3个小时戴上使用,方便能准确地找到压痛位置,有助于义齿修改,不要忍痛坚持佩戴或自己动手修改,以免影响义齿功能及质量。

5.摘戴活动义齿不熟练者需要多次练习,佩戴时操作不当导致损坏的(如用牙咬合就位,导致卡环变形或义齿折断)应及时复诊修理,若有折断需带折断部分一起复诊。

6.除了患者自身需要正确的维护义齿外,还要保证患者定期对口腔健康方面的检查,保证余留牙齿及牙槽骨的健康持久,活动义齿佩戴时间的长短,复查的频率,取决于患者口腔的情况,正常情况下,保证每半年或一年复诊一次,如容易患龋病、有牙周病及牙槽骨萎缩的患者检查频率应该更高。

7.患者需要定期复查,检查义齿材料老化、磨耗程度,以及义齿基托密合程度。随着人均寿命的延长,全口缺失牙齿的患者一生需要不断更换多付义齿。



健康指南