

政教专刊部主办 组版：李牧 责编：冯海砚 实习编辑：王雅妮 校对：刘挺 电子信箱：llrbzjhb@163.com

在巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接工作中，昔日的“第一村”赵家山村无不述说着历史变迁与沧桑巨变——

从“靠山吃饭”到“政策兜底”

□ 本报记者 冯海砚 梁英杰 王雅妮

离石区坪头乡赵家山村是离石区民政局的帮扶单位，局长侯永强的老家离赵家山村不是太远，村里的好多故事他一溜嘴可以提一箩筐出来。

当然，这也与上世纪七八十年代赵家山村的名气有关。

当时的赵家山村有个响当地名字叫“包产到户第一村”。这个“第一”可不简单，村里的人至今提起都觉得提神提气。

“穷怕了！”今年76岁的薛荣江当时在村里做会计，让他讲讲当年的事情，他感觉没多少要说的，“不说也罢，那个年代家家户户住土窑洞，点煤油灯，地荒，集体空，吃不饱，饿肚子是常事。”

“关键的问题是吃不饱肚子。”侯永强那会还是个半大小子，那个年代的事大多数是从父辈那里听来的。

薛荣江回忆，从1955年到1978年的23年中，赵家山村有12个年头靠吃返销粮度日，大多数年份人均年口粮只有200多斤，是坪头山上，离石区域有名的“吃粮靠返销，花钱靠救济，生产靠贷款”的“三靠村”。1979年，全村180多户人家，只有10头耕牛、18只木犁和一些残缺不全的小农具，人均年分配收入只有23元。

“就这些家当，能吃饱饭才怪哩！”一旁的薛帆顺接过了话茬子。薛帆顺比薛荣江小六七岁，但是事情都记得，也挨饿过。“那会是干活‘大呼隆’，分配‘大锅饭’，‘上地一条龙，干活一窝蜂’，村民们干活热情不高。”

“饿怕了！”1979年，在得到当时吕梁地委、离石县委的支持和指导后，赵家山村开始推行“以队核算、以牛划组、定产到天、责任到人、以户管理、全奖全赔、联产到人”的生产责任制。方圆周边几十个村子都不敢干，赵家山村放开了胆子。“干吧，还有比挨饿更可怕的事？”就这样，薛荣江、薛帆顺等一批农民分田单干，积极性那叫一个高！

1979年秋，实行“大包干”第一年，赵家山村大丰收，农民年平均口粮从过去不到200斤，增加到了400多斤，人均年分配收入由上年的24元，增加到44元。再加上自留地和家庭副业收入，不少家庭人均占有粮达到1000多斤，收入100多元。全村粮食总产量达到50万斤，比上年增长78.7%，比包产指标增长48.9%。

“大包干，大包干，直来直去不拐弯，保证国家的，留足集体的，剩下都是自己的。”赵家山村不再吃“返销粮”，村民们不再饿肚子。更可喜的是，全村集体总收入达到4万多元。农民家庭副业收入也在5万元以上。“那一年，收的粮食吃不完，家家户户吃了个饱。”薛帆顺回忆说，“大包干不仅让赵家山村的村民吃饱了，更重要的是村民们精神头足了。”

“吃饱了！”按理说，赵家山村往后的日子应该越过越好，但是“一夜越过温饱线”的赵家山村的发展并没有如人所愿。“大包干”后，赵家山村的经济发展一直停滞不前，贫困率一度高达38%，是周边乡镇名副其实的贫困村。

“前些年，我调任民政局的时候，赵家山村是局机关的帮扶点。赵家山村的名声我打

小就知道，所以上任没几天我就进村了。”侯永强参与到了记者与村民的聊天中，他回忆起了第一次进村的情景：“第一次进村的时候天已经大黑，而且又是数九寒冬，整个村委大院没水没电，我们不得不点着蜡烛收拾办公场所。”

那个晚上，驻村工作人员们跟着侯永强挨饿受冻，一整个晚上连口热水也没能喝上。

第二天一早，侯永强敲开村民的门挨家挨户“化缘”。让局长讨水吃有失体面，大伙心里有点过意不去。但是侯永强执意要自己去：“阵地都没有，怎么帮扶，不能让工作队安心帮扶，群众的穷日子苦日子何时才是头？”

赵家山村一直没能富起来的客观原因是，地理位置、自然条件欠缺，产业发展跟不上，再加上村民们受教育水平整体低下，小农意识强，所以“填饱肚子”后，村民们一直没想着把产业做大，也就没能走出贫穷。这是赵家山村党支部书记、村委会主任薛致君的分析。

2015年，全国脱贫攻坚冲锋号吹响。赵家山村村民再次看到希望。薛荣江几乎每天晚上七点钟会准时守在电视机跟前，看新闻里的政策。赵家山村也在离石区民政局驻村工作队的支持下，抓住脱贫攻坚的机遇，对乡村道路、人饮工程、电网改造等项目进行升级改造……

现在，生活环境确实变了，村民进城不再是难事，进一次城也就半把个小时，一天来回也不耽误地干活。在离石区民政局驻村帮扶工作队的支持下，村里争取50万元资金把村级活动

场所进行了升级改造，村委会大院理发室、洗澡堂、洗衣房一应俱全。产业发展中，生猪养殖、核桃种植，村民们在帮扶中看到了希望，也感受到了乡村振兴带来的新发展机遇。

但赵家山村和大多数农村一样，仍然无法走出农村“空壳村”的现实。目前，赵家山村共375户996人，然而常住人口只有107户180人，而且这部分人中大多数是老年人，平均年龄在70岁左右。

脱贫攻坚与乡村振兴有效衔接这块硬骨头到底该怎么啃？

“靠政策。”用薛荣江的话来说，自己现在就是靠党的政策活着。“一年低保一万多元，两口子养老金每人每月是154元，还有退耕还林、粮食直补款也有一千多元。”薛荣江和老伴还舍不得放下村口的那三十来亩地，这样算下来，老两口一年的收入少说也有两万多元。而这其中的大块是国家给的。

薛帆顺没能吃上低保，但其他的收入和薛荣江差不多，生活的经济来源主要也是靠政策；五保户刘乃有就更知足了，见到记者，一连说了几个“共产党好！”刘乃有今年80岁，享受五保供养，再加上养老金，各方面的救济补贴，一年收入不下两万元。

从“靠山吃饭”到“政策兜底”，赵家山村的发展变迁起起落落，但终究让村民们在脱贫攻坚与乡村振兴有效衔接中看到了希望和曙光。

聚焦 巩固衔接

交城县 专题培训赋能执法队伍建设

本报讯（记者 罗丽 通讯员 冀美丽）近日，交城县组织开展2023年度全县行政执法人员集中培训会。

培训会采取省级专家专题讲座和两名执法人员复训相结合的形式进行。省司法厅行政执法协调监督处张楠以“综合行政执法改革”为主题，为全县行政执法人员讲解了综合行政执法体制改革工作的相关知识，并就如何有效开展行政执法监督工作、行政执法案卷评查工作进行了具体讲解。两名执法人员紧紧围绕省级培训课程，结合工作实际对行政执法程序及文书制作规范进行重点讲解。

集中培训为各执法队之间搭建了良好的沟通交流平台，大家能够相互学习、共同进步。大家纷纷表示，培训不仅内容丰富，而且紧贴执法工作实际，帮助大家解答了很多日常工作中的困惑。

市邮政管理局 持续提升农村快递末端服务

本报讯（记者 刘小宇 通讯员 岳鹏飞）近日，市邮政管理局召开巩固农村寄递物流服务质量提升工程成果推进会，就持续抓好全市农村地区快递末端服务工作进行了具体安排。

据介绍，农村寄递物流服务质量提升工程是今年省、市“两会”确定的民生实事之一，是促进农村消费升级、助力乡村振兴的重要举措，全市各运营企业进一步提高思想认识，规范末端管理，保证农村地区快递末端网点持续稳定运行。通过推进会，各运营企业将强化末端从业人员业务培训，不断提高末端服务水平和安全保障能力。坚决杜绝末端违规收费等服务质量问题。充分发挥财政补贴资金在优化末端派送服务等方面的使用效益，有效助力乡村振兴。

新闻 专递

□ 申春珍

秋冬季胃溃疡容易复发主要是因为寒冷刺激导致交感神经兴奋性增高，使得胃肠道活动加强，胃酸分泌增多，破坏了胃肠黏膜的防御屏障，加上寒冷的刺激，人体的植物神经功能发生紊乱，胃肠蠕动的正常规律被扰乱，人体新陈代谢增强，耗氧量增多，胃液及各种消化液分泌增多，胃肠易发生痉挛性收缩，另外自身的抵抗力和对气候适应性均有所下降，从而使得溃疡易复发。

一、什么是胃溃疡？

胃溃疡，属于消化道疾病，是消化性溃疡的一种，一般是指发生在胃内壁的溃疡，胃的内壁有一层能起到保护作用的胃黏膜，当胃黏膜由于某种原因出现破损时，容易在该部位发生溃疡，即形成胃溃疡。

二、引发胃溃疡的原因有哪些？为什么会反复发作？

感染因素：幽门螺杆菌感染，是引发胃溃疡的主要原因。这种细菌可以通过不洁的餐



11月7日，吕梁广播电视台“致敬初心 逐梦未来”第24届中国记者节颁奖典礼晚会正式上演。短片《我们一路走来》拉开晚会序幕。晚会中表彰了山西新闻奖、山西广播电视奖、年度优秀记者奖的获得者。侯利军 摄

胃溃疡患者的秋冬季保养

具、牙具、食物进行传染。因此，一定要把好“病从口入”这一关。

遗传因素：胃溃疡具有一定的家族遗传性，特别是男性的亲属之中如有人患病，那么即便没有在一起生活，也容易患病，这说明遗传因素的影响也是比较大的。

饮食不当：日常不良的饮食习惯，会造成胃黏膜的损伤，如暴饮暴食或出差、旅游等饮食不规律等；当摄入不洁净或者变质的食物时，容易引起急性肠胃炎；睡前进食，会因胃酸分泌过多而诱发胃溃疡；与此同时，过多食用对胃黏膜有损伤的食物，如油炸食品、辣椒、芥末、浓茶、浓咖啡、酒及过热、过甜的食物也会引起胃溃疡。

气温多变：冬季昼夜温差很大，如果胃肠经常感受到冷空气的刺激，会增加胃酸分泌，胃易发生痉挛性收缩，出现一系列不适的症状。

其他因素：如不良情绪如愤怒、抑郁等。

三、胃溃疡一般都会有哪些症状？

上腹部疼痛，是本病的主要症状。多位于上腹部，也可出现在左上腹部或胸骨、剑突后。一般会出现腹痛、腹胀、反酸、烧心、恶心等症状。

四、针对反复发作的胃溃疡，秋冬季应该做些什么？

饮食有节：按时进餐，多素少荤，多餐少食，多嚼慢咽，多面米少烟酒，少油炸刺激食物。切忌暴饮暴食，避免损伤胃的自我保护机制。不要睡前进食，否则会因胃酸分泌过多而诱发胃溃疡。与此同时，应避免过多食用对胃黏膜有损伤的食物，如油炸食品、辣椒、芥末、浓茶、浓咖啡、酒及过热、过甜的食物。

调节情绪：保持精神愉快，情绪稳定，避免紧张、愤怒、焦虑等不良情绪刺激，注意劳逸结合，防止过度疲劳。胃炎、胃及十二指肠溃疡等的发展，与情绪密切相关，愤怒、抑郁等不良情绪会引起或加重各种胃病的发生与发展。

防寒保暖：秋冬季昼夜温差变化大，患有

慢性胃病的人要适时增添衣服。同时，夜晚睡觉要盖好被子，以防因腹部受凉而导致胃病复发或加重。

禁烟限酒：吸烟者患消化性溃疡的危险性要比不吸烟者高一倍，且患病率与吸烟量有密切关系。吸烟者溃疡的难以愈合率和复发率都比不吸烟者高得多；因酒精中的乙醇可刺激胃液分泌，从而破坏胃黏膜，故长期过度饮酒可导致胃黏膜损伤，诱发消化性溃疡和胃炎。因此，胃炎、胃溃疡患者务必戒烟限酒，以利于胃炎、胃溃疡的愈合和防止复发。

体育锻炼：平时还应加强体育锻炼，提高机体的抵抗力，增强人体对季节的适应性，从而减少疾病的发生。

所有的消化系统，都离不开我们日常的保护。一旦发现有胃痛、胃胀、反酸、烧心的症状，千万不要拖延，及时去医院进行检查和治疗，不可盲目服药。

（作者单位：离石区田家会街道社区卫生服务中心）

好记者 讲好故事

踏遍山川湖海，奔向每一片天际；捕捉人间百态，捎来希望的明信片；透过文字魔法，抒写真相的光芒。这是对记者的赞美，因为他们是见证历史的记录者，是美好社会的守护者。

记者是正义的眼睛，肩负着把社会风气引向良好方向的使命，每一篇报道都是一次社会责任的践行。2018年4月25日，习近平总书记从湖北宜昌乘船考察长江，来到湖南岳阳，在长江边提出“守护好一江碧水”的嘱托。为了写好这个“守护生态环境”的故事，当地记者曾持续追踪采访洞阳湖上的禁捕渔民周界武，他自小就在水中长大，他深知湖水对他们这个小渔村的重要性。

然而，随着过度捕捞和工业污染的增加，湖水变得浑浊，鱼类越来越少。他原本靠捕捞为生，但他对湖水的热爱却超越了个人的利益。看着昔日美丽的洞庭湖不再清澈，为了守护好一江碧水，他决定挺身而出，为了守护这一江碧水而努力。他开始积极参与当地环保治理活动，带领同伴一起进行水污染治理和保护，捡拾湖边的垃圾，清理污染物。他们用自己的双手，守护着这一江碧水，让她重现昔日的风采。

五年的时光里，始终铭记习总书记的嘱托，将守护生态环境的使命融入生活的点点滴滴；五年的时光里，记者每年跟踪制作关于岳阳新生态文明建设的多媒体作品，《此乐何极！听，洞庭湖上新“渔歌互答”》就是在这个背景下制作的，他们见证了这一江碧水的变迁，也见证了人民的担当和努力。

记者是光明的使者，每一次采访都是一次探寻真相、记录生活、传播正能量的过程。作为一名记者，他们时刻铭记着自己的本职工作：讲好故事，传递正能量。他们的报道，不仅是冷冰冰的新闻文字，更是温暖人心的生命之歌。为了深入挖掘人民群众“振兴乡村”的使命感和责任感。我的同事们深入基层，走进乡村，用文字和照片记录下乡村美景和生活点滴，将安静而美丽的乡村分享给大家。他们用生动有趣的方式展示了农民的辛勤劳动和丰收的喜悦，让人们看到了乡村生活的温暖与幸福。一个个故事彰显了新时代“三农”人守护青山碧水的决心和追求幸福的初心，我们可以看到平凡人的伟大，他们用炽热的心和坚定的信念，传递着朴素的家国情怀。

我虽然没有直接参与采访报道工作，但在文字校对的过程中，我看到了他们对新闻真实性和客观性的追求。他们严格遵守新闻伦理，努力呈现事实真相，不受外界干扰或压力的影响。每一个用字的选择，每一个句子的构建，都经过精雕细琢，以确保新闻的准确性和公正性。

我目睹了他们面对挑战和困难时的果断和勇敢。无论是前往险峻地区冒险采访，还是争分夺秒在紧迫的截稿时间内完成复杂的报道，他们总是能克服一切困难，尽最大努力将新闻及时传递给读者。这种坚韧和毅力让我深刻认识到，记者的工作对于社会发展和公众意识的塑造至关重要。这种执着和敬业精神让我深受启发，也更加重视文字校对的工作。

他们是社会的守护者，是真相的传播者，是舆论的引导者。他们的工作不仅是一份职业，更是一种使命，一种责任，一种奉献。他们为社会作出了不可磨灭的贡献，也为我们树立了榜样，让我更加坚定地相信，只要人人都为真相和正义而努力，社会就会变得更加美好。

他们的工作不仅是一份职业，更是一种使命，一种责任，一种奉献。他们为社会作出了不可磨灭的贡献，也为我们树立了榜样，让我更加坚定地相信，只要人人都为真相和正义而努力，社会就会变得更加美好。

健康 知识

多地儿童肺炎 支原体感染病例增多 如何更好应对？

专家表示 公众无需过于焦虑

与其他细菌性、病毒性肺炎相比，肺炎支原体感染的重症率、病死率普遍较低

一般病程是7至14天

目前医疗资源和医院病床能基本满足住院需求