

一部手机 一盏补光灯 一方直播间

屏幕“跨”群山 诉求“云”上解

一部手机、一盏补光灯，搭配清脆的桐城方言——在桐城市唐湾镇，党的政策、惠民举措与深山土特产，正通过一方小小的直播间，同步“飞”进千家万户。

今年以来，该镇将“六尺巷工作法”蕴含的谦和礼让智慧深度融入基层治理，以“和美乡村直播间”为主阵地，探索出一条“云端聚民心、治理促共兴”的崭新路径。目前，该镇蔡畈村直播间已实现常态化运行，长岭村直播间正加紧建设，一幅“宣讲有温度、治理有效度、增收有力度”的和美乡村新画卷，正在群山之间渐次铺展。

民生诉求“一键达”

唐湾镇地处大别山腹地，村落分散，传统线下宣讲和入户走访常受制于交通与场地。

为补齐服务短板，蔡畈村在镇党

直播引流破围城

唐湾镇坐拥18万亩生态茶园，茶油、富锌大米、羊肚菌、粉丝等优

质农特产品资源丰富。然而，因地处偏远、信息不畅，好产品长期“养在深闺”。

和美乡村直播间顺势扛起助农增收的担子，聚焦蔡畈粉丝、小花绿茶、中药材等特色产品，打造常态化“直播带货”模式。主播们走进田间地头、产业基地，实景展示种植、培育、加工全过程，让消费者直观感受原生态品质。通过直播引流、线上下单、线下发货，深山好物得以直达全国市场，更带动周边农户、小微商户参与线上销售，农村电商新业态逐步成型。

流量转化为销量，“屏对屏”的订单让乡亲们的腰包实实在在鼓了起来。

文明新风润山乡

直播间不仅是政策宣讲和助农增收的窗口，也是涵养文明乡风的重要阵地。

蔡畈村充分挖掘本土文化资源，整合村内文艺队伍、非遗传承人、新时代文明实践志愿者等力量，常态开展民俗展示、家风宣讲、文明榜样事迹宣传等特色活动。直播间内，勤俭节约、孝老爱亲、邻里和睦的文明理念深入人心，文明乡风在潜移默化中生根发芽。

同时，镇村持续开展新媒体运营等专题培训，着力培育本土数字人才，激发乡村治理的内生动力。

全媒体记者 何飞 通讯员 汪婧



青春护河防溺水

近日，宿松县公安局驻凤派出所联合县单采血浆站、县蓝天救援队，组织全县返乡大学生代表在该县驻凤乡黑龙潭景区开展防溺水应急救援实战演练。盛夏高温持续，野外水域溺水风险进入高发时段。为发挥返乡大学生示范带动作用，以青年力量辐射带动全民安全自护，织密暑期防溺水安全防线。

通讯员 孙春旺 摄



逆风而行守平安

本报讯 近日，怀宁县凉亭乡为应对大风、强降雨天气，迅速行动，扎实开展系列防汛防台风专项工作，切实筑牢安全防线，全力保障人民群众生命财产安全。

该乡防办、水利、应急等多部门联动，开展全域拉网式风险隐患排查，重点对辖区水库、河道、山洪灾

害防御点、地质灾害隐患点、老旧房屋等关键区域逐一排查登记。精准做好水库水位动态监测与科学调度，及时泄洪控水，严防水位超限引发险情。同时组织人员清理道路倒伏树木、杂物等路障，疏通排水通道，保障辖区道路通行和排水畅通。

紧盯重点风险管控，压实防控责

任。严格落实避险管控措施，全面暂停辖区涉水、高空作业及各类涉台风风险作业，从源头杜绝安全事故。坚持“应转尽转、应转早转”原则，对地质灾害点等重点区域群众开展暖心转移安置，重点帮扶老人、留守儿童等特殊群体，确保不落一户、不漏一人。

强化全域宣传引导，提升避险能

力。通过村级广播循环播报、微信群推送预警信息、干部入户走访宣讲等线上线下结合方式，全方位普及台风危害、防汛避险、自救互救知识，实时推送台风动态和防范提示，切实提升群众防灾避险意识和应急处置能力，营造全民防台风、群防群控的良好氛围。

(通讯员 吴浩锋 全媒体记者 许娟)

拯救“枯竭”的双眼

汪 敏

清晨闹钟响起，你艰难地撑开眼皮，感觉上下眼睑仿佛涂了强力胶水，每一次眨眼都是一场“撕拉”的硬仗；坐在工位前不到一小时，双眼就开始疯狂“报警”——干涩、烧灼，仿佛有人往里面撒了一把细沙；到了下午，眼前的屏幕开始出现重影，这时候你的大脑可能正在疯狂发送信号：“快滴眼药水！快闭眼休息！我不行了！”这时，千万不要以为滴点眼药水就能解决所有问题。干眼症是一种需要长期管理的慢性病，如果任其发展，轻则导致角膜上皮脱落、角膜炎，重则可能引发角膜溃疡、穿孔，造成不可逆的视力损害。

泪膜与干眼的真相

我们的眼球表面覆盖着一层极薄的液体，称为泪膜。它并非简单的水，而是由三层结构精密堆叠而成：脂质层（油层·最外层）由睑板腺分泌，它就像汤面上的油花，负责锁住水分，防止泪液过快蒸发，并增加表面张力；水液层由泪腺分泌，这是泪膜的主体，负责滋润眼球、冲刷异物、提供氧气和营养；黏蛋白层由结膜杯状细胞分泌，它的作用是改变眼球表面的疏水性，像“底漆”一样，让水液层能均匀地铺在眼球上，而不是聚成水珠滚落。

基于最新的临床共识，干眼症主要分为以下几类，其中蒸发过强型是目前最主流的病患群体：脂质异常型（蒸发过强型），这是目前临床上最常见的类型，占比高达80%以上。根源

在于睑板腺功能障碍（MGD）。简单说，就是“油”堵了或“油”坏了，锁不住水，导致泪液迅速蒸发；水液缺乏型，泪腺“罢工”，产水量绝对不足，常见于干燥综合征患者或老年性泪腺萎缩；黏蛋白异常型，如化学烧伤、类天疱疮等导致杯状细胞破坏，泪液无法附着；泪液动力学异常型，如瞬目（眨眼）异常、眼睑闭合不全等。

谁破坏了泪膜稳态？

视频终端综合征（CVS）：不仅是少眨眼。看屏幕时，我们的眨眼频率会从正常的每分钟15至20次降至5至6次。更致命的是“不完全瞬目”——眼皮还没完全闭合就再次睁开。这导致下眼睑的睑板腺得不到挤压，油脂无法排出，久而久之发生堵塞和萎缩。

环境与接触镜：隐形的杀手。环境因素，空调房、暖气房的低湿度环境会加速泪液蒸发；烟雾环境直接刺激眼表。隐形眼镜，长期佩戴会阻碍角膜呼吸，导致缺氧，进而引起杯状细胞丢失，破坏黏蛋白层。

美妆与蠕形螨：被忽视的元凶。经常画内眼线、种睫毛或卸妆不彻底，极易导致螨虫爆发。它们的尸体和排泄物会堵塞腺体开口，诱发难治性的睑缘炎和干眼。

全身与药物因素，长期使用抗组胺药、抗抑郁药、异维A酸，以及更年期激素水平变化，都会抑制腺体分泌，导致眼干。

“网红”护眼谣言

误区一：眼干就滴清凉眼药水或去红血丝药水。市面上许多主打“瞬间清凉”“去红血丝”的网红眼药水能暂时收缩血管，但药效过后会引起反跳性充血，加重症状。更严重的是，大瓶装眼药水多含苯扎氯铵等防腐剂，长期使用会破坏角膜上皮，加重干眼。

误区二：多喝水就能缓解眼干。干眼是眼表的微环境病变。全身大量喝水虽然有益健康，但水分经过代谢很难直接补充到泪膜中。对于蒸发过强型（缺水）干眼，喝再多水也锁不住泪液。

误区三：热敷越久越好、越烫越好。这是最大的误区！热敷并非万能。如果眼睛处于急性炎症期（红肿、痒、痛、分泌物多），热敷会扩张血管，导致炎症介质释放更多，加重病情。

误区四：洗眼液能洗出脏东西。频繁使用洗眼液会冲刷掉泪膜中珍贵的黏蛋白和脂质，破坏眼表正常的菌群平衡，导致眼睛越洗越干。

阶梯化诊疗方案

家庭护理（基础治疗）：人工泪液的选择，首选不含防腐剂的剂型（通常是单支包装，如玻璃酸钠、羧甲基纤维素钠）；眼睑清洁，使用专用的眼睑清洁湿巾，或稀释的婴儿洗发水，早晚清洁睫毛根部，去除鳞屑和螨虫；眨眼训

练，有意识地进行“轻闭—紧闭—睁开”的完全眨眼练习，每天多次，帮助泵出油脂。

医疗干预（进阶治疗）：物理治疗（针对MGD），强脉冲光（IPL）：它能封闭异常扩张的毛细血管，减少炎症因子，软化睑脂，并杀灭蠕形螨。睑板腺按摩或热脉动，在医院由专业人员进行，深层疏通堵塞的腺体；抗炎治疗，对于中重度干眼，医生可能会开具低浓度糖皮质激素（短期冲击）或免疫抑制剂（如0.05%环孢素A滴眼液），这是治本的关键；泪道栓塞，针对重度水液缺乏型患者，通过植入栓子“堵住下水道”，让仅有的泪液在眼表停留更久。

生活方式与营养：20-20-20法则，每看屏幕20分钟，向20英尺（约6米）外远眺，休息至少20秒；饮食补充，适当补充Omega-3脂肪酸（深海鱼油），有助于改善睑板腺油脂的质量，使其更清亮、流动性更好。

干眼症的治疗是一场持久战，没有“神药”能一劳永逸，它需要医患配合，建立“三分治，七分养”的观念。不要轻信偏方，不要盲目购买网红眼药水。定期进行眼表检查，在医生的指导下进行个性化的精准治疗。只有科学应对，才能让双眼重获滋润与清晰，守护我们的视觉质量。

（作者单位：安庆市立医院眼科）



新闻传真

严阵以待战风雨

本报讯 近日，桐城市青草镇迅速细化举措、压实责任，全面抓实抓细各项防汛防台风工作。

该镇对辖区水库实行常态化巡查监测，实时跟踪雨情水情变化，动态管控水利设施运行。目前全镇15座水库水位均稳定控制在汛限水位以下，运行状况平稳有序。同时压实水库防汛“三个责任人”职责，全面开展巡库查险工作，落实预降水位、溢洪道清障、水面渔船撤离等措施，提前腾出防洪库容。辖区各类山塘参照水库标准同步落实巡查管控，确保泄洪通道畅通无阻。

紧盯地质灾害隐患点、切坡建房、危旧房屋、低洼区域等重点部位，坚持“应转尽转、不落一人”原则，全面开展隐患排查和人员转移工作。截至目前，全镇累计安全转移危险区域群众3户9人，有效规避灾害安全风险。同时全面排查高空广告牌、构筑物、路灯、易倒伏树木等隐患，及时加固整改，对漫水桥、涉水道路果断封闭管控，严防次生灾害发生。

全镇严格执行防汛停工、停课、停业要求，2处在建工地全面停工，辖区景区全部临时关闭，3家校外培训机构暂停授课。常态化开展养老机构安全隐患排查，逐项落实避险防护措施。重点针对镇区工业园、集镇结合部、重点村居易涝区域，全力开展排水沟涵清淤疏通工作，提前备足防汛物资，做好防积水、防内涝应急准备。

该镇严格执行镇村两级24小时值班值守制度，各村（居）主要负责人在岗在位，保持通讯全天候畅通。配齐应急照明等防汛物资，应急队伍全员在岗待命，持续开展隐患排查、信息报送、舆情管控等工作，确保突发事件快速响应、高效处置。

下一步，青草镇将持续紧盯天气及水情变化，加密重点区域巡查频次，细化防御举措、压实工作责任，坚决守住全镇防汛防台风安全底线。

（全媒体记者 汪秀兵 通讯员 李伟）

清除菜地恢复绿地

本报讯 宜秀区大桥街道眉山新居作为还迁安置小区，部分居民

长期在楼栋间公共绿化带翻土围篱、种植瓜果蔬菜。私自开垦菜地不仅损毁原有绿化植被、破坏小区整体景观，日常施肥浇水还会滋生蚊虫、散发异味，公共绿地被私自占用也频繁引发邻里矛盾，相关投诉接连不断。

近期，大桥街道眉山村委会联合街道城管中队，走进眉山新居还迁安置小区，针对居民私自侵占公共绿地开垦种菜问题开展集中专项整治，全面清理违规菜地，重塑干净整洁的小区公共环境。

为妥善化解乱象，整治工作启动前，村委会工作人员逐户上门开展政策宣讲，细致解读小区物业管理制度，明确公共绿地归全体业主共同所有，耐心劝导居民自行铲除私自栽种的农作物。针对劝导后仍

未主动清理的地块，村委联合城管开展统一集中清理。

整治现场，工作人员与城管队员分工配合，手持铁锹、镰刀，逐片铲除绿化带内蔬菜植株、拆除私搭围栏，做到连根清整，并统一收集清运枯枝杂草。即便烈日当头，全体工作人员依旧干劲十足，经过一整天连续作业，小区内多处违规菜地全部清理完成，杂乱绿地恢复开阔整洁的原貌。本次专项整治彻底整治了小区公共区域私占乱种乱象，还原绿化空间原有样貌。下一步，大桥街道眉山村将落实常态化巡查管控，及时劝阻制止私垦种菜行为，对清理完毕的绿地做好补绿复绿，持续开展文明宣传，引导居民爱护公共绿化，巩固本次整治成果。

（全媒体记者 汪秀兵 通讯员 任祥祥）

党建聚合力 产业兴乡村

本报讯 近年来，望江县鸦滩镇以党建为引领，立足本土资源禀赋，深耕特色种养、盘活闲置资源、优化人居环境，走出一条党建强基、产业富民、生态宜居的乡村振兴新路径，镇域产业质效、乡村风貌、群众幸福获得感稳步提升。

该镇择优配强村“两委”和基层党组织负责人，重点从本土大学生、返乡创业者、致富能手、优秀退役军人中选拔骨干，打造高素质本土化基层干部队伍。深化“党组织+合作社+党员+农户”联动机制，组织党员干部下沉一线，常态化走访调研、攻坚破难，精准化解产业发展、群众增收中的难点问题。切实把党组织政治优势、组织优势转化为发展优势，为乡村振兴各项工作落地见效筑牢坚实组织根基。

坚持产业富民导向，依托本地水土气候优势，大力发展特色农业，推动“一村一品”提质增效。香茗村规模化发展黑木耳种植，依托成熟技术与配套设施，带动400余户群众就近就业、稳定增收。三联村、古炉村创新利用圩坝边坡种植艾草，既凭借植被固土护坡，每年节约防汛开支5万余元，又通过一年三茬采收，为村集体增收10万余元，实现生态、经济双向共赢。鸦滩村、望马楼村采用“党总支+合作社+农户”模式，整合零散闲置土地发展红薯规模化种植，实行统一供种、管理、技术、销售一体化运营，抱团发展壮大产业，两村集体经济年收入均突破百万元。

同时，深挖存量资源价值，全面

盘活村内闲置土地、老旧厂房、废弃大棚等闲置资产，因地制宜分类开发、规范运营，有效盘活闲置资源、壮大集体经济。麦元村盘活闲置土地种植花生、棉花、大豆等作物，带动50余户农户实现土地流转、就地务工双增收；码头村改造老旧砖窑厂，引进秸秆综合利用设备，年处理农作物秸秆4000余吨，有效破解秸秆禁烧难题，拓宽增收渠道；望河村盘活闲置鸭棚，转型发展大棚蔬菜、黑木耳种植，年为村集体增收80余万元；枫岭村创新光伏板下套种模式，种植艾草、辣椒等经济作物，实现“一地双收”，最大限度提升土地利用效益，为乡村产业发展注入内生动力。

常态化开展“清洁鸦滩”专项行动，持续擦亮和美乡村底色。聚焦房前屋后、黑臭水体、道路提质等重点区域，组织党员带头、群众参与，集中整治乱堆乱放、生活垃圾、残垣断壁，稳步推进卫生改厕，持续优化乡村生态环境。同步推进美丽庭院、美丽屋场、中心村及整治点建设，完善村级常态化环卫管护机制，引导群众养成文明卫生生活习惯，推动人居环境整治常态长效。近五年，该镇累计建成省级中心村6个、市级中心村2个、村庄整治点27个，完成卫生改厕3615户。古炉村获评安徽省卫生村，码头村获评安庆市卫生村，三联村获评省级乡村生态振兴试点村，乡村宜居品质显著提升。

（全媒体记者 汪秀兵 通讯员 陈加旺 张文娟）