

擘画发展新蓝图 扬帆起航正当时

——州委十二届十三次全会在我州广大干部职工中引起强烈反响

本报记者 吴婷婷 罗延京
实习记者 查宝音

政治站位高、措施方法实；高层建瓴、总揽全局；振奋人心、深受鼓舞……刚刚闭幕的州委十二届十三次全会在我州广大干部职工中引起强烈反响，大家纷纷表示，全会充分体现了州委常委会心系群众的为民情怀，立足海西实际、着眼海西发展、谋划海西未来，为全州各项事业发展指明了方向。我们要跑好手中这一棒，干好自己这一任，以更加坚定的信心、更加扎实的努力、更加有效的举措，把行动落实到全会的重大决策部署上来，有力有序推动我州“十四五”规划开花结果。

锚定目标再出发，砥砺奋进新征程。

学习 省委十三届九次全会精神 贯彻州委十二届十三次全会精神

程。海西到二〇三五年基本实现社会主义现代化远景目标中提出，生态文明体制机制更加健全，形成高原地区山水林田湖草沙冰系统保护的生态文明体系。“这次会议非常振奋人心，特别是讨论通过的《海西州“十四五”规划》，非常切合我州实际，也符合我县实际。”天峻县委常委、统战部部长，苏里乡党委书记薛德洪说，“会后，在做好广泛宣传工作的同时，我将结合实际，抓好贯彻落实，切实按照规划要求，抓好生态文明建设，民生工程等工作，把各项工作抓实抓细，抓出实效。”

新使命激发新担当，宏伟蓝图催人奋进。“全会表决通过的海西州‘十四五’规划和二〇三五年远景目标的建议，为我们下一步的发展目标任务和要求指明了方向。”茫崖市茫崖镇党委书记黄顺富说，“回去后，我将组织全镇干部群众，认真学习好、传达好、领会好、宣传好、贯彻好此次会议精神，鼓足干劲、从严从实、抓好管党治党的责任，扎扎实实做好茫崖镇的生态环境治理，民生社会治理等工作，不负州委和市委的期望。”

瞄准高质量发展方向，立足实际真

抓实干。全会提出，我州“十四五”时期，要深度践行“生态立州、产业强州、开放兴州、依法治州”战略，突出生态优先、低碳循环，建设绿色海西。“全会精神，事关全州社会经济的持续健康发展，也事关全面建设社会主义现代化全局。”海西华汇化工有限公司副总经理崔宏说，“对企业来说，全会制定了促进经济增长的若干措施和减税降费的各项有利政策，及时研究解决企业生产经营中存在的困难问题，今后，我们将在新能源产业，尤其是风电、光伏支架、光热支架等配套产品上，鼓足干劲，保质保量完成各项任务。”

征程万里风正劲，重任千钧再奋蹄。全会的召开，高瞻远瞩的绘就海西发展蓝图，全州广大干部职工将砥砺奋进谱写高质量发展的海西新篇章。

确保新冠疫苗接种安全有效

本报讯(记者 才格增 通讯员 先巴才让)近日，德令哈市市场监管局提前介入，及时安排人员深入州、市两级疾控中心，辖区内被指定为新冠疫苗接种点的海西州人民医院、德令哈市火车站街道卫生服务中心两家接种单位就新冠疫苗验收入库、配送、储存的相关质

量标准进行专门开展专项检查。执法人员通过入库查看、询问交流、查阅资料等方式，重点检查了疫苗储存设施设备是否保持良好的运行状态，是否如实进行温湿度监测并记录，是否实现疫苗流通使用全过程电子追溯管理，是否已做好新冠疫苗接收、储

存和接种准备工作。现场还随机抽查了部分品种的疫苗，核查疫苗的购进渠道、验收记录、生物制品批签发合格证，运输温度记录是否符合要求，疫苗是否在有效期内等。执法人员要求疾病预防控制中心、疫苗接种单位，必须严格按照《疫苗管理法》和《疫苗储存

和运输管理规范》的要求管理和使用疫苗。下一步，德令哈市市场监管局将继续加大新冠疫苗质量监管，及时受理处理各类投诉举报，并与市卫健部门形成监管合力，确保新冠疫苗接种安全、有效。

无人机智能巡检线路显身手

本报讯(记者 扎西措毛 玖太本浩尔娃)“无人机各系统准备就绪，启动、起飞!”近日，随着国网海西德令哈供电公司运检部主任杨慧明的一声指令，一架小型无人机开始巡检德令哈市农配网线路。这是全省首例运用无人机对农配网线路开展巡检作业。农配网是德令哈市的主要支撑电源之一，负责辖区居民的生活用电和工业用电。随着用电负荷的不断增长，区域内的电力线路、设备的巡视和隐患工作的排查显得尤为重要。此次飞行巡检主要针对德令哈市农配网线路杆塔本体金具连接部位和通道开展隐患排查和缺陷查找，利用无人机搭载的高清相机能够发现导线及杆塔上部的缺陷，可全方位多角度监测、拍摄输电线路导线、连接金具、绝缘子等设备情况。

本次巡检使用的无人机具有体积小、重量轻、便于携带、画面清晰等特点，并具有避障报警功能，在无人机飞行准备、起飞、绕杆塔飞行检查、落地整个飞行过程中，无人机飞行姿态平稳，实时传送到画面清晰，通过操控无人机与杆塔距离、摄像装置调焦、多角度飞行检查等手段，可以非常清晰地看到绝缘子、金具、销钉等运行现状。“在开展无人机智能巡检工作之前，我们以尕海供电所为例。千伏线路总共是15条，总长线路长度是218公里，开展一次全面的巡检至少要用三个月的时间，自从有了无人机智能巡检以后，每个月都可以开展一次智能巡检，使我们工作效率大大提高。”国网海西德令哈供电公司尕海供电所所长雷乃云说。



记者 浩尔娃 摄

我省首个增量配电业务售电公司配电网工程投运

本报讯(记者 吴婷婷 通讯员 龚建 王雅白)近日，海西团鱼山(北部)35千伏新建输变电工程竣工投运。工程包括团鱼山35千伏变电站2台主变及35千伏海西线，标志着我省首个增量配电业务售电公司——团鱼山售电公司拥有了实体网架。海西团鱼山(又称潭鱼山)地区重点客户有青海昆源矿业和青海能源发展公司。青海昆源矿业在此之前由中航35千伏变电站出1回10千伏线路供电，线路运行不稳定；企业计划扩能后负荷将达到11MW。青海能源发展公司计划建设露天煤矿后，团鱼山地区企业用电负荷最大可达35MW，可满足4个井采矿区生产用电。为解决团鱼山(潭鱼山)地区露天煤矿的开采用电需求，以及“十四五”期间井采作业的用电需求，工程于2020年6月底开工建设，本着“节约投资、远近结合”的原则，新建变电站及线路均按110千伏电压等级规划设计，初期降压35千伏运行，待负荷发展至预期水平后升压扩建为110千伏变电站运行。新建团鱼山35千伏变电站，主变为2×6.3MVA(35/10千伏)，110千伏4回出线、本期全部预留；35千伏6回出线，本期2回出线；10千伏18回出线，本期6回出线；团鱼山35千伏变电站以1回35千伏线路接入马海110千伏变电站。形成35千伏马海~团鱼山单辐射供电网络，新建线路长29千米。该工程的竣工投运，为电力体制改革提供了试点样本，也为售电侧市场的改革发展提供了可借鉴的经验和新思路。

格尔木行政服务大厅 确权登记窗口便民服务受欢迎

本报讯(记者 李淑娟 通讯员 赵倩)“为我们免费提供制作不动产单元图件服务，省时省力，挺不错的，点赞!”格尔木市市民宋女士在办理房产过户程序时高兴地说。本月初，格尔木市行政服务大厅确权登记(不动产登记)窗口，为市民免费提供制作不动产单元图件服务。目前，各测绘单位配合提供了绝大部分已有不动产测绘成果(宗地和房屋)电子数据，在今后确权工作中逐步转换成2000国家大地坐标系数据，以建立不动产单元数据库实现对不动产单元调查成果的图形、属性、档案等信息的一体化存储、管理和应用，从而满足不动产单元调查的信息共享和成果应用。今后，当

事人申请不动产变更、转移登记时，不动产界址界限未发生变化且能直接提取利用测绘成果的，不动产确权窗口直接为当事人免费提供所需测绘图件，不再要求当事人开展测绘和权籍调查，避免重复测绘、额外收费，减轻当事人负担；未及时共享测绘成果的测绘单位将免费为当事人提供已有的测绘成果，不动产界址界限未发生变化的不得收取测绘费、配图费。“减免不动产登记测绘服务，改变了以往群众办事来回跑，重复提交资料，重复缴纳测绘费的情况，真正做到了群众办事只进一扇门最多跑一次的目标。”格尔木市自然资源局确权登记服务中心主任冯树波说。

消防宣传进万家 平安幸福你我他

本报讯(记者 谢拉毛 通讯员 朱琳)近日，都兰县消防救援大队组织消防志愿者在察汗乌苏镇上滩东村开展“关注消防·生命至上”消防安全知识宣传活动，进一步做好当前冬季防火工作及农村消防知识宣传工作，坚决预防和遏制农村重特大火灾事故的发生。活动中，消防救援大队与消防志愿者们在上滩东村委会集中宣传了消防安全知识，为村民们发放了消防安全知识手册、宣传单等。消防救援大队工作人员通过通俗易懂、简洁明了的语言，结合火灾案例以及生活中一些常见的火灾隐患，详细讲解了造成这些火灾隐患的原因，出现火灾如何正确灭火和逃生方法。期间，消防志愿者们前往村民家中和部分商铺作了消防安全知识讲解，现场为住户排查火灾隐患。“希望通过此次宣传，提升消防安全知晓率，确保冬季和春节期间农村消防安全形势持续稳定。”都兰县消防救援大队参谋长向中秋说。

乌兰县多措并举 贯彻落实《民法典》

本报记者 吴婷婷
通讯员 梁瑾文 方晓龙
尊法，遇事找法，解决问题靠法的良好法治氛围。”《民法典》实施后，婚姻法、继承法、民法通则、收养法、民法总则等单行法已废止。“婚姻家庭是和谐社会的重要组成部分，在《民法典》中，婚姻家庭篇的内容占比不算大，但地位却十分重要，与原来的婚姻法相较，还是存在较大幅度的改动。”乌兰县民政局局长满加说。《民法典》实施后，婚姻家庭篇的内容也是这数十年间，我国法治不断完善成果，对全面依法治国、推进国家治理体系和治理能力现代化都将起到至关重要的作用。乌兰县司法局法律援助中心“1+1”法律援助律师张侠民说：“民法典将民事法律规范系统整合、编纂修订，消除了各种单行法之间的矛盾和冲突，为我们提供了体系更完备、规范更明确、尺度更统一的法律武器。”

安全伴“童”行

本报讯(记者 才格增)“小朋友们知道怎样过马路吗?”“过马路时应该注意些什么……”近日，州妇联联合德令哈市妇联在德令哈市中心艺术幼儿园开展“美好明天·安全起步——儿童寒假安全教育科普进校园”活动，邀请德令哈市公安局交警大队交警为幼儿园小朋友讲解交通安全知识。州妇联干部与交警精心设计，注重从孩子的视角出发，用他们喜欢的方式和“听得懂”的语言向小朋友们讲解如

何过马路、如何规避马路上的危险。通过组织简单有趣的游戏、观看小动画视屏等寓教于乐的方式，使小朋友们明白在马路上要时刻牵紧父母的手，要有意识让自己时刻处在父母的视线中，不坐车辆前排、不随意打开车门，不将头、手伸出车窗外，从小养成遵守交通法规、自我保护的良好出行习惯。同时，以实物图片、现场互动等方式，帮小朋友们识别交通信号标识、交通指挥手势等内容。

活动现场，小朋友们积极参与互动，学习氛围浓厚。 记者 才格增 摄

一夜白头有科学依据吗？注意生活方式和情绪变化可减少白发

相信每个人发现自己长出了第一根白发时，第一反应就是拔下来了事。那么，你有没有观察过拔下来的白发呢？如果你仔细观察过一根白发，就会发现，“白发”并不是白色，而是透明的。其实，白发是由于头发中黑色素颗粒减少，在阳光的折射下而显出白色。在正常情况下，毛囊和发根部位有丰富的血管提供营养，以便黑色素颗粒合成，当黑色素颗粒合成障碍，或无法运送到毛发中去时，就会产生白发。也即是说，白发虽然是整根头发变白，出问题的却是根部。因此，“一夜白头”的说法虽然有着艺术的夸张，但情绪的激烈变化确实会对毛发供血和黑色素合成

产生一定影响。中医理论认为，“发为血之余，肾主骨，其华在发”，提示肾气与头发有紧密的关系。肾为一身之本，肾气的盛衰与人体的生长、发育、衰老进程密不可分，头发健康与否则是肾气肾衰的外在表现。而“发为血之余”的说法，则认为血液充沛时，才能有余力营养头发，使其润泽乌亮，这与现代医学对毛发黑色素的生成有赖于毛根处的供血的观点一致。因此，想要头发乌亮润泽，需要补肾补血，但肾藏精，肾精化为肾气，肾气分为肾阴和肾阳，唯独没有“肾血”这样的概念。既然肾没法补血，那么，要补哪里的血呢？

根据“人卧则血归于肝”“肝藏血”的理论，我们可以发现，肝是人体血液的大本营，补血似乎要从补肝出发。这样的推论是有理论依据的，明代李中梓在《医学必读》中提出“乙癸同源，肝肾同治”。认为肝肾存在明确的母子相生关系，具体为肾生肝(水生木)的关系，肾的健康旺盛可以促进肝发挥正常的生理功能，而肝的亢进可反过来损害肾的正常生理功能。因此，补肾精和肝血，是治疗白发的立足点。七宝美髯丹就是一张经典的补益肝肾方，有乌发壮骨之功效，可治肝肾不足、须发早白，脱发，齿牙动摇，腰膝酸软等症。本方出自《积善堂

方》，方中制何首乌补肝肾，益精血，菟丝子、枸杞子补肾，当归养血，增强何首乌功效，牛膝、补骨脂补肝肾，强筋健骨，茯苓交通心肾，健脾利湿，以防过于滋腻，损伤脾胃。在临床应用中，对于白发有不错的疗效。除了服药调理，生活方式和情绪变化也对白发的产生有着不小的影响，当发现少量白发时，可以通过调整作息、调节情绪、勤梳头等方法改善头皮毛发的血液循环，减少白发的产生。

科普天地
州科技局主办

遗失：德令哈市河东区冷湖路以南党校路以北瑞和家园8号楼5单元101室保卫东土地证【土地证号：德市国用(2013)第460号、地号：001003039-8-511】不慎遗失，声明作废。