游玩当心“虫刺客”

本报记者 张鹤

暑期将至,不少大中小学生将利用假期时间,走出家门,在大自然中拥抱美好时光。但快乐游玩的同时,大家要警惕草丛、树林、溪流等地方蠢蠢欲动的各类“虫刺客”,确保自身安全。对此,我们采访了来自吉林农业大学的陈日曌教授,为大家准备了户外游玩必备防虫手册。

“刺客”一号:蜱虫

活跃期在每年4月至10月,主要分布在灌木丛、树林、草原、部分城市公园、绿化带。蜱虫虽小,但其体内却携带多种病原体,包括病毒、细菌、原虫等,不仅会贴在人的皮肤上吸血,还会向人体内注入毒素及有害病原体,轻则引发皮肤红斑、水疱、溃疡,严重者可伴发脑炎在内的全身症状,甚至危及生命。

应对方法:在植物茂盛的野外活动时,尽量不要将肢体暴露在外。一旦发现身上有蜱虫,切记不要硬拽,可以将凡士林、甘油等涂抹在蜱虫的头部,使其窒息而亡,蜱虫脱落后立即进行局部消毒。被蜱虫咬伤后,有一定的潜伏期,若出现畏寒、发热等症状,一定要及时就医。

“刺客”二号:隐翅虫

活跃期在每年6月至9月,分布范围广,喜欢潮湿环境,多栖息于潮湿草地、腐烂植物堆或农田中,昼伏夜出,具有趋光性。隐翅虫体色红黑相间,体液中含有毒隐翅虫素的酸性化合物,皮肤沾上后会有明显烧灼感,接触部位呈片状红斑,红斑上伴有水疱及小脓疱。

应对方法:夜间关好纱窗,睡觉时放下蚊帐,避免接触。如果隐翅虫不慎掉落到皮肤上,尽量避免去拍打,用衣物给它轻轻掸掉或者轻轻吹掉,避免其体液侵犯到皮肤。如果虫体破裂立即用胶带粘除残留,若局部被毒液“烧伤”,首先用肥皂水清洗局部,再外敷炉甘石或激素类药膏。症状明显时,应配合内服抗过敏药,严重者要及时到医院皮肤科就诊。

“刺客”三号:蚊子

每年5月至10月都是蚊子的活跃期。蚊子在叮咬时会分泌消化液注入皮肤受损处,引起局部红肿、瘙痒,十分难受,甚至还会传染登革热、疟疾等。

应对方法:在居室内安装纱窗和蚊帐,外出时,选择浅色长袖衣裤,不仅能减少皮肤暴露面积,还能利用蚊子对深色衣物的偏好,降低被叮咬风险。如被叮咬,可外用炉甘石洗剂等含薄荷脑等止痒成分的药剂清洗。此外,也可以使用清凉油、风油精等止痒驱蚊用品。

“刺客”四号:蜜蜂

每年5月至8月,蜜蜂采蜜和繁殖活动最为频繁。被蜜蜂蜇伤后局部皮肤会出现红肿、痒痛。如果身体被蜂群蜇伤多处,常引起发热、头痛、头晕、恶心、烦躁不安、昏厥等症状。

应对方法:在红肿中央处(多有个小瘀点)找到毒刺,并用针尖或镊子挑出,然后用肥皂水、小苏打等碱性溶液湿敷。痒痛明显者可口服抗过敏药,但如果引发全身过敏反应,应立即就医。

“刺客”五号:蜈蚣

活跃期在每年4月至10月。蜈蚣昼伏夜出,喜欢阴暗环境。被蜈蚣咬后伤口是两个瘀斑,被咬伤部位有典型的疼痛,或局部麻木,伤肢肿胀,其周围可能出现血疱、水疱、瘀斑,还可能出现发热、恶心、呕吐、头晕、头痛及抽搐等中毒症状。

应对方法:外出穿长袖长裤及穿好鞋子后再翻动杂物或者清洁庭院,避免光脚进入潮湿草丛及朽木附近。室内保持干燥整洁,定时清理无用杂物,夜间关闭好门窗。若不慎被咬伤,应立即清洁伤口,用清水或者肥皂水冲洗伤口,减少毒液残留。如果在野外,可外用马齿苋、蒲公英等鲜草捣碎外敷,中和蜈蚣毒液。有条件的应及时就医,寻求专业救助。

“刺客”六号:蚂蟥

每年6月至8月是蚂蟥的活跃期。大多数蚂蟥会以吸盘吸附于人体皮肤上,并逐渐深入皮内吸血,被叮咬部位常发生红肿、瘙痒。蚂蟥分泌的水蛭素具有抗凝血作用,容易导致咬伤处伤口流血不止,还存在感染的风险,甚至导致脓毒血症、败血症等严重后果。

应对方法:吸附于皮肤上时不可强拉,可用手掌或鞋底用力拍打周围皮肤,或用盐水涂搽局部,蚂蟥就会放松吸盘而脱落。在虫体脱落后,一般用碘伏等进行局部消毒。如果出现严重症状或不适,一定要到医院接受检查治疗。

6月18日,“长白汉韵 丝路华章”2025年“汉语桥”哈萨克斯坦中学生夏令营活动在长春外国语学校拉开帷幕。在为期十多天的活动中,中哈学生一起学习、一起游戏、一起“打卡”吉林文旅胜地。两国青少年在文化交流和碰撞中共同成长,在陪伴和互动中收获友谊,在体验和实践中感受中华文化的博大精深。 李佳音 摄

走进智趣生活

吉林建筑大学:以“1229”体系扎实推进学生工作

邹吉鹏 张浩瑜

学生工作是高校教育的重要组成部分,事关教育成果和人才输送质量。近年来,吉林建筑大学坚持“为党育人、为国育才”的指导思想,系统构建“1229”学生工作体系框架,即以“立德树人”为根本,以“理想信念铸魂、品德修养筑基”为双核驱动,以“一月一品”主题轴与“一院一品”品牌面为时空双轨,聚力推进思想引领、文明修身、学业固本、资助励志、心理护航、实践助力、队伍赋能、管理提质和服务增效“九大行动”,围绕学生成长、本领提升等方向,重点开展5项工作,全面推进学生工作高质量发展。

融合思政教育,筑牢发展根基。学校深入推进“双品”工作,将思政教育融入学生教育、管理全流程,创新推出“三级领航”育人模式,通过搭建“筑智峰会·专家领航讲堂”平台、定期邀请“时代楷模”等开展讲座、实施榜样引领行动,进一步强化学校领导以身作则对学生的引导作用、以英模事迹引导学生树立“把个人理想融入国家发展”的价值追求,并借助“十佳大学生”等榜样的力量,带动辐射与传承,打造学生身边最生动的思政教材。

强化网络育人,提升思政教育质量。学校构建起了“一网两微多品牌”全媒体矩阵,系统整合易班发展中心、辅导员工作室等创作主体,塑造“砼音新声”“学而时习”“砼心育人”等多个网络育人品牌,牢牢掌握意识形态主阵地主动权,让互联网成为思政教育的“最大增量”。

加快内涵建设,护航学生心理健康。学校始终坚持“育心”与“铸魂”相统一,定期开展全覆盖心理普测、建设“学校—学院—班级—寝室”四级危机预警防控体系,依托学生心理档案实现“一人一策”精准画像,“五级包保责任制”与“家校协同机制”双轮驱动,提升危机干预效能,并构建了完善的心理健康教育课程体系,全面筑牢学生心理健康防线。

利用数字赋能,切实提升育人实效。学校充分利用网络优势,构建“一站式”线上学工平台,整合学生日常管理、宿舍服务、迎新离校等功能模块,将学工信息化系统打造成践行“三全育人”理念的前沿阵地;持续优化“学生工作热线”与“建大留言板”服务,完善“接诉即办”工作机制;构建“第二办公室”育人范式,搭建“思想铸魂、学业筑基、心理护航、职业赋能”一体化育人平台,切实提升育人实效。

加强队伍建设,提供育人坚实保障。学校先后出台了《吉林建筑大学辅导员队伍建设行动方案》《辅导员督查工作管理办法》等指导性文件,成立辅导员发展中心,构建“目标导向—过程管控—成效评价”闭环管理机制。聚焦核心育人指标,建立工作反馈系统,将评价结果与岗位津贴、职称晋升、评优评先等关键环节挂钩,形成“激励与约束并重、发展与提升同步”的长效机制,推动学生工作实现“稳中有进、进中提质、质中增效”的良性循环,为全面推动学生工作提供坚实保障。

未来,吉林建筑大学还将持续推进学生工作系统化、深入化、科学化发展,探索更多行之有效的新方法、新模式、新路径,为全面提升学生工作高质量发展、培养更多优秀时代创新人才贡献力量。

教育·“活力+”

医校携手共筑“心”防线

本报讯(记者毕雪 实习生刘晓琴)近日,长春市第六医院分别与长春科技学院、长春汽车职业技术大学签署合作协议,共建学生心理健康指导与研究基地,通过医校深度融合为大学生心理健康保驾护航。

签约前,双方围绕合作愿景、工作规划及发展方向深入交流。长春市第六医院党委书记张延赤表示,医校共建学生心理健康指导与研究基地是对国家心理健康教育政策的积极践行,旨在充分发挥医院在精神卫生领域的专业优势,结合高校心理健康教育的实际需求,为学校提供专业化、精准化、全方位的心理健康服务,助力学生在心理健康领域获得更专业的指导与支持。校方一致认为,学校是心理健康教育的主阵地,通过医校深度融合,补齐学校心理健康教育短板的同时,借助医院丰富的医资力量,进一步提升学校心理健康工作的专业化水平,为培育学生积极心态、终身发展筑牢根基。

揭牌仪式后,双方就学生心理危机干预预防、开通转诊绿色通道等达成共识。随后,张延赤还结合临床经验,为在场师生作大学生常见心理问题识别及干预专题讲座,内容实用、讲解生动,赢得现场热烈掌声。

据悉,此次合作是资源整合与理念实践的双向赋能,推动心理健康服务从“被动治疗”向“主动预防”转变,也是医院关工委深化高校协同育人、加强基层联动的具体举措。

高雅音乐进校园 千名师生享“盛宴”

本报讯(记者刘晓娟)近日,长春市朝阳区中小学“高雅音乐进校园”系列活动在吉林艺术学院、长春师范大学专业艺术团体的精彩展演中完美收官。本次活动覆盖解放大路小学、安民小学、明德小学等多所学校的近千名师生,活动通过民乐演奏、交响乐表演、舞蹈、歌曲等形式,让高雅艺术深度融入校园美育实践,滋养学子心灵。

活动期间,吉林艺术学院师生走进解放大路小学、安民小学,为两所学校的学生们带来古筝弹奏及民族舞蹈表演,孩子们在校园的方寸之间,领略到了传统文化的深厚底蕴与独特魅力,同时在《我和我的祖国》激昂的旋律中厚植爱国情怀。长春师范大学音乐学院“红烛之乐”交响管乐团演奏的多首中外名曲,深深打动了每一位小观众。在互动环节,学生们通过近距离接触乐器,感受管弦乐的独特艺术魅力。

此次“高雅音乐进校园”系列活动,是长春市朝阳区教育局深化美育改革、创新育人模式的重要实践成果。活动通过搭建专业艺术团队与校园的桥梁,将高品质艺术表演融入校园生活,不仅极大丰富了校园文化生活,更让学生们在潜移默化中,提升审美鉴赏能力。

高级技术经理人专题培训班举办

本报讯(记者徐慕旗)近日,2025年吉林省高级技术经理人专题培训班举办。本次培训由省科技创新研究院与北京技术市场协会联合主办,邀请多位国内顶尖专家授课,40余名来自高校、科研院所、企业及投资机构的学员参加。

培训课程深度融合政策解读、资本运作、企业管理三大核心领域,专家们分别以《技术资本化与科技服务新生态》《成果转化的底层逻辑——设计思维与精益创业》《科技成果转化政策运用案例——基于核催理论的成果转化案例分析》《商业计划与商业模式》《赋权改革政策解读与运用》为题进行授课,学员们纷纷表示受益匪浅。

培训还特别安排了中国科学院长春应用化学研究所实地研学环节;每日午休时段特别策划系列活动,涵盖省科研院孵化器介绍、学员交流互动、吉林省科技成果服务平台实操指南等环节,在轻松氛围中助力学员快速熟悉,增进交流,有效提升学员的协作黏性与信息互通效率。

学员完成培训并通过考核后,获得《国家技术转移专业人员能力等级培训高级技术经理人培训结业证书》和《专业技术人员继续教育基地培训证书》。优秀学员可获吉林省年度优秀科技经纪人推荐资格,其服务企业优先入驻省科技创新研究院孵化基地,优先选拔参加吉林省科技经纪人大赛。

日前,通化县人民法院关工委联合法治副校长走进光华镇中学,开展爱心捐赠暨普法讲座活动。将学习用品和奖学金赠送给学生代表后,法治副校长围绕校园安全、未成年人保护、预防违法犯罪等内容,结合真实案例,用通俗易懂的语言进行普法讲座。学生们积极互动,不仅学到了法律知识,更提升了自我保护能力。 何博伦 摄