

央视《朗读者》中的朗读亭，洛阳也有了

位于洛阳会展中心的城市会客厅门外，正在安装调试设备，近期将对市民免费开放



即将投用的朗读亭

□记者 潘立阁 文/图

一座风格古朴的小亭子，走进去关上门，世界就会变得安静下来，等待你用读书声来填满……随着央视节目《朗读者》的热播，朗读亭这个让人停下脚步享受书香的“小天地”火了。昨日，《洛阳晚报》记者了解到，我市也有朗读亭了，不久市民就可前去体验朗读的快乐。

该朗读亭位于洛阳会展中心的城市会客厅门外，记者在现场看到，

它大约3米高，外观古朴别致，比普通电话亭大一些，亭子下部有几个小轮子方便活动，上面写着大大的“朗读亭”字样。该亭由市少年儿童图书馆购置，将免费向市民开放。朗读亭首期安置于此，未来还计划流动到购物中心等人流密集场所供市民体验。

施工方相关负责人介绍，目前朗读亭正在进行设备安装调试，朗读亭内部装有两个摄像机及一套完整的录音设备，朗读者只管对着

圆形的麦克风念自己准备的内容即可。亭子外面看不到里面的情况，亭子的隔音性能也非常好，朗读者在亭内可以不受干扰地尽情朗读。

“之所以设置这个朗读亭，是希望市民可以停下匆匆忙忙的脚步，进入其中，朗读一下自己喜欢的经典篇目，抒发情怀，享受书香。”市少年儿童图书馆相关负责人介绍。

朗读亭将于近期对市民免费开放，届时记者将带您一起去体验。

2017年洛阳市安全用药月活动启动，相关专家现场答疑解惑——

日常用药误区多，快来看看不出错

□记者 智慧 通讯员 李育波

抗生素该不该吃？越贵的药越好吗？昨日，2017年洛阳市安全用药月活动启动，本次活动的主题是“安全用药，健康生活”。来自市食安办、市食药监局等的专业人士，针对现场市民的询问，指出不少日常用药的误区。如果您没到现场也没关系，看看《洛阳晚报》记者带回来的“干货”吧！

●误区一：一天三次药，跟着“饭点”吃

医生开药时，常常会附上医嘱“一天三次”，您是怎么吃的呢？

市食药监局的专家解释，如果需要一天服药三次，最好的做法就是每次间隔8个小时。为避免半夜服药，建议用药时间为6时、14时、22时；如果一天只需服药一次，就每天固定一个时间点，两次用药时间最好间隔24个小时。

此外，服药时一些专业说法也要注意。空腹，是指清晨或饭前1个小时或饭后2个小时；饭前，指吃饭前半个小时；饭后，指吃饭后半个小时。

●误区二：吃点“消炎药”，感冒好得快

秋冬季节是感冒高发期，不少人

一出现感冒症状，就用上了“消炎药”，觉得这样好得快。我们常说的“消炎药”，大部分是抗生素。其实90%的感冒都不是细菌引起的，而是病毒引起的，使用抗生素并没有用。

使用抗生素，要注意什么呢？有些人担心“滥用抗生素”，从而盲目拒绝使用抗生素，这也是不对的。正确的做法，还是应当遵循医嘱，自觉服药。况且，抗生素治疗需要一定的时间，不能症状减轻后随便停药，最好按疗程足量服用。

●误区三：孩子不好好吃饭，就让他们把消食片当零食

山楂丸、消食片、健胃片……不少有孩子的家庭，常常备有这些消食类药品，如果孩子不好好吃饭，就拿这些药当零食给他们开胃。

这些药品大多选用药食同源的材料制成，副作用确实很小，按时按量服用不会有什么危害。需要注意的是，如果没有分清消化不良的具体病因，就大量盲目地吃，可能出现烧心、返酸等症状，加重孩子肾脏的负担。

●误区四：价格高的药，更加安全有效

活动现场的相关工作人员表示，药品的价格取决于其研制费用、生产成本等，药品的安全性则取决于药品的不良反应和疗效，二者并

没有必然联系，价格高的药不一定就更加安全有效。

●误区五：生病不吃药，用保健品“调理”

不少慢性病患者厌倦了长期吃药，觉得“是药三分毒”，转而选择保健品进行“调理”，以期达到治疗的目的。实际上，这样做是不可取的，因为保健品只是具有保健功能的食品，对疾病并没有预防、治疗功能。

工作人员提醒：市民如果对所购药品有疑问，可通过国家食药监局网站进行查询，或拨打厂家咨询电话进行查证。若发现问题药品，您可拨打12331进行投诉举报。

欢迎报考
河南科技大学
工商管理硕士(MBA)

网报时间：2017年10月10日至10月31日，每天9:00-22:00。

登录网址：中国研究生招生信息网

http://yz.chsi.com.cn

http://yz.chsi.cn

垂询电话：

0379-65626165

15036300187

我为正能量代言
做最美洛阳人

高级农艺师陈全虎： 常年在田间奔走 努力帮农户增产

□本报记者 苏楠 通讯员 司继红

●姓名：陈全虎
●职务：孟津县农业局农业股股长、高级农艺师

●最幸福的事：通过努力帮助农户增产
●最遗憾的事：工作忙，平时陪家人时间少

记者近日走进孟津县农业局农业股办公室时，已是11时，41岁的股长陈全虎正忙着整理各镇报送的特色产业脱贫工程资料。

该局副局长张宏烈说：“从工作中随便掂出两三件事儿，你就知道陈全虎是个啥人了。”

2009年，孟津县农技站选择在平乐镇和白鹤镇建立小麦万亩高产创建示范方，推广高产栽培技术。

“啥是示范方，到底能不能增产？”
“每亩播种量恁小，产量要是上不去，谁负责？”

面对群众的疑虑，高级农艺师、时任农技站副站长的陈全虎白天挨门挨户了解农户的种植习惯、耕作模式及农田基础设施情况，向农户讲解新技术的种种优点；晚上不歇，汇总梳理一天的调查情况，制订详细的技术培训方案；在推广应用测土配肥、精量播种、前氮后移等关键高产技术时，他和农户一起在田里干，手把手加班加点进行技术指导……2010年夏，示范方内麦浪滚滚，金穗飘香，两镇示范方平均亩产都超过620公斤，增幅均超过11%。事实让群众原来的疑虑烟消云散，新技术应用范围迅速扩大。

多年来，陈全虎主持完成蔬菜基地建设、粮食高产创建等农业科技项目30余项，推广新品种、新技术120余项，举办科技培训班83期，举办现场和电视讲座300多场……常年在田间地头奔走，陈全虎和许多农户成了朋友。

2015年7月，他调至县农业局农业股工作，负责农业产业结构调整、高效农业发展等工作，还和同事们一块帮助贫困村谋划脱贫产业项目，但只要有熟悉的农户打来咨询电话，他仍然耐心指导。“咱是党员，群众信任咱才给咱打电话，咱既然能指导，有啥理由说不呢？”陈全虎说。

时近中午，陈全虎依然在忙碌，大家能看到的是他案头的《孟津县打赢脱贫攻坚战推进方案》《麻屯镇贫困村情况》《常袋镇产业扶贫工作汇报》……看不到的是，陈全虎的小儿子才刚刚过百天，他因为工作忙走不开，只能让妻子周晓娜多担待……

■人物感言：你把群众当家人，群众才会把你当亲人。

■记者感言：多年奔波在田间地头，他用耐心与真情帮助群众铺好丰收之路。