

路边木棉花不要捡回家煲汤

医生建议到正规药房购买

眼下正是木棉花盛放的时节，桂城不少地方绽放的木棉花和满地落红格外引人注目，有市民捡起花朵，打算晒干后煲汤喝。桂城三山社区卫生服务站站长谭支佳提醒，虽然木棉花有清热、祛湿、解毒等药效，但路边的木棉花大多含有杂质，倘若处理不干净反而对身体有害。

建议到正规药房购买

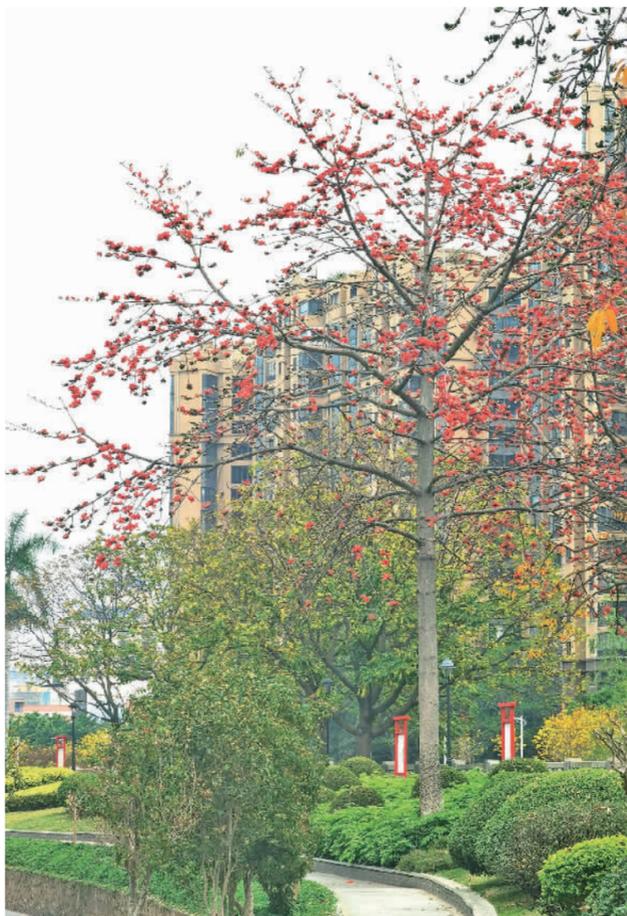
道路旁、公园内，一朵朵木棉花竞相开放，鲜红的花朵布满了枝头，而树下掉落一地的木棉花也格外显眼，引来一些市民捡拾晾晒。

据了解，木棉花不仅可以观赏，也是一味利湿良药，在广东更是餐桌上常用的祛湿食材。

“木棉花是有祛湿、解毒的作用，我们平时很多的凉茶里面都含有这个中药。”谭支佳说，虽然木棉花的功效不错，但也提醒市民，由于春天天气潮湿，路边掉落

的木棉花容易掺杂虫卵和杂质，食用后可能对身体的健康造成危害，建议大家到医院或者正规的药房进行购买。

谭支佳还表示，种植在道路旁等区域的木棉花受尾气污染比较严重，有时为防止生虫还会喷洒药物，不能用来食用。再加上，制作这个中药也有一定的工序，不是拿来晾干了就行，而且市民自己捡拾晾晒的木棉花不一定能完全晒干，建议还是不要食用。



■桂城长堤东路的木棉花开得正艳。

手绘弘扬中医药文化

木棉花性凉味甘，具有清热、利湿、解毒、止血等功效。广东的春天，湿气较重，而木棉花有很好的祛湿功效，在这个季节用它来煲汤或煮茶饮用有一定的疗效。

“很多祛湿汤都会加木棉花，例如木棉花茯苓煲猪骨汤，天气再热一些或者下雨时间比较长，可以煲木棉花、棉茵陈加鲫鱼汤或者猪横脷。”谭支佳介绍，但并非人人都适合食用木棉花，其药性偏凉，不宜长期或者经常食用，每周1-2次即可，体质虚寒者不适宜食用。

最近，在“桂城社卫”微信公

众号，以手绘的形式推出了与木棉花相关的科普知识，也向市民介绍了几款祛湿靓汤和粥水，其中就有“木棉花鲫鱼汤”和“木棉花陈皮粥”的做法和配料，获得不少市民的点赞和转发。

该科普文章是姬大夫科普系列之一，主创是平日喜欢书画的何媛医生，谭支佳则提供专业的医术指导，初衷是将临床工作中的典型案例，用生动形象简洁的方式表达出来，一方面可以弘扬中医药文化，另一方面可以让市民更容易学习医学知识。

三款木棉花祛湿汤水

木棉花三豆饮

●做法：取干木棉花每人1~2朵浸泡，赤小豆、扁豆、薏苡仁适量，体寒之人扁豆、薏苡仁可炒后用，以上加水煮半小时即可。
●功效：清热解暑，利湿和中。

木棉花鲫鱼汤

●做法：取干木棉花每人1~2朵浸泡，鲫鱼两面煎至金黄，可加入三豆，加水煮1小时即可。
●功效：清热祛湿，滋补利水。

木棉花陈皮粥

●做法：取干木棉花每人1朵浸泡，加入陈皮适量，加米煮成粥即可。
●功效：清热祛湿，理气健脾。



文/图 珠江时报记者 李冬冬 通讯员 叶韞 何媛

八旬阿伯“通腰椎” 术后重新站起来

省医南海医院获病人送“医术精湛，医德高尚”锦旗

“省医南海医院医护人员的医术和服务让我很放心！”近日，85岁的康伯在妻子燕姨的陪同下，术后康复出院。当天，他们把一面印有“医术精湛，医德高尚”的锦旗送到广东省人民医院南海医院（以下简称“省医南海医院”）骨科医护团队的手上，为该院的高质量医疗服务点赞。

患者术前紧张 医生耐心安慰

一年前，康伯感觉一侧手脚都有麻痹感，走路不到100米就开始腿软要原地休息，而且症状越来越严重，因此坐上了轮椅，“其实一直有贴膏药，但一点作用也没有，年前住院检查，医生告诉我腰椎管狭窄严重，已经全堵了，不仅血供异常还压迫了神经，必须做手术才有可能重新站起来。”康伯说，他已经85岁了，夫妻俩都十分担心手术风险，进手术室前，他更是紧张得手不停颤抖。

省医南海医院骨科主任杨永强和副主任医师谭祐光是康伯的主刀医生，他们知道患者年事已高，家属肯定会担心，于是术前特意安慰燕姨：“不用担心，我们会尽最大的努力，做到最好，我们会给患者用目前国内较为先进和微创的UBE脊柱内镜手术方式解除压迫！”正是这句话，让燕姨十分感动，放下了“心头大石”。

“康伯，手术不疼，我们会看着你的，放心吧！”手术室里，护士和麻醉医生一次又一次的安慰，让康伯感到温暖，他终于放下了悬着的心，静待手术结束。



■省医南海医院骨科护士指导康伯做康复动作。

提供优质服务赢得患者点赞

手术进行了近3个小时，过程十分顺利。“术中几次‘过电’的感觉，让我逐渐找回手脚有力的状态。”康伯说，手术刚结束，他就明显感觉到以前的针扎感、紧绷感完全消失了，身体舒服了许多。

术后，杨永强和谭祐光第一时间找到燕姨，告知她手术成功，让她再次感动不已。“服务太周到、太体贴了！我们虽然互不认识，但他们像家人一样对我们嘘寒问暖。”燕姨说，他们夫妻俩是“老广州”，这次来到省医南海医院做手术，正是因为看中了其优质服务。

原来，康伯和燕姨是省医南海医院十多年的“老粉丝”，每年都会从广州来到平洲检查身体。“十几年前我患上脑梗塞，正是这所医院抢救了我，也提供了无微不至的关怀

服务，所以我们认定了这家医院。”燕姨说，这些年她看着省医南海医院的医生们不断进步，医术越来越精湛，服务越来越贴心，不仅医护人员常常查房问候，就连护工阿姨的服务也“无得顶”。

康伯手术后如获新生，他十分满意。“很多以前不敢想的事情都可以去做了，日后我自己走路去喝茶、吃饭、散步等都没问题。”康伯说。

自2021年以来，省医南海医院全面启动“党建引领·优质服务”提升计划，对医疗服务质量、服务环境、服务态度、服务流程等方面进行全面优化，提高全院员工的服务意识，增进医患沟通，注重优质服务，切实为病人提供耐心、细心、暖心的服务，确保建设“技术一流、环境一流、服务一流”医院管理目标的实现。

文/图/珠江时报记者 邹韵斯 通讯员/陈倩莹

交替用工规避购买社保 员工通过司法途径维权

法援篇——

案例简介

2013年10月17日，邹某人入职某茵公司从事网络销售工作，但一直未签订书面劳动合同。2020年6月30日，邹某才被安排与某某茵工作室签订书面劳动合同，并开始由第三方公司为其购买社保。

2020年12月1日，公司老板某强无故要求邹某停工一周，然后公司人事要求邹某办理离职手续，并把邹某踢出钉钉工作群。邹某认为公司将其踢出钉钉工作群，导致其无法正常上班，是违法解雇。

邹某来到南海区法援处申请法律援助，想确认入职以来的劳动关系，以便之后向职能部门申请补缴社保，同时要求公司支付违法解除劳动合同的赔偿金、加班工资和年休假工资。

请人符合法律援助条件，指派律师办理该案。本案是一起因关联公司交替用工的典型劳动争议案件。实践中，时常会出现用人单位在与劳动者订立合同时交替变换主体名称，以规避购买社保、签无固定期限劳动合同的法定义务或是规避辞退劳动者时需支付较多年限的赔偿金或补偿金。用人单位不按《劳动合同法》《劳动法》等法律法规的规定履行自身义务，劳动者有权通过司法途径维护其权益，用人单位将会为自身的违法行为付出代价。

整理/珠江时报记者 原诗杰

部门说法

南海区法律援助处认定申

南海普法



桂城街道爱国卫生运动委员会 宣