换上新管网 水质好水压足

瀚蓝南海供水不断提升居民用水体验

珠江时报讯（记者/刘杭 通讯员/张建华 何秦东）12月21日，珠江时报记者从瀚蓝南海供水处获悉，南海又有一老旧小区完成供水管网、“一户一表”改造，改造完成后小区居民用水体验大幅提升。

解决小区管网老旧问题

南海区2002年前建设的居民小区共137个，涉及用户约8.6万，这些小区大多采用镀锌管作为供水管道，常常会出现水黄、管道堵塞、水表卡转等情况。

除了管网老旧问题，南海区仍有一小部分老旧小区实行总表管理的方式，即供水公司负责抄收小区总表，业主委托物业公司等负责小区内的管道及每户水表抄收。

随着小区管网的老旧破损，总表至分表之间的公共供水管网设施缺少维护管理，老旧供水设施没有得到及时更新改造，可能会造成漏损从而增加公摊水量，进而存在用水纠纷、用水矛盾等隐患。

为了解决小区管网老旧问题，从2020年开始，瀚蓝南海供水助力桂城街道开展广东省试点——桂一社区海棠村老旧小区改造，提供老旧供水管网改造方案、技术支持和质量把控，并对该小区超1100个机械水表进行升级，更换成智能抄收的物联网NB-IOT水表。

此后，瀚蓝南海供水持续推进桂城老旧小区改造试点工程，完成作为试点的桂城十街区、东海花园、碧湖花园3个老旧小区约1500户的改造工作，新更换的供水管网及智慧泵房均已正常供水运营。

2022年，老旧小区管网改造的范围不断扩大，南海区共有69个老旧小区被纳入政府改造范围，进行供水管网改造，合计改造1.5万户。

为此，瀚蓝南海供水助力政府部门推进供水管网改造工程，协同设计单位进行供水管网改造设计方案的现场调研摸查、设计出图、施工图审查等工作，在施工现场攻克施工难点，协助解决居民的实际问题。

其中，桂城28个小区约5000户已被纳入老旧小区供水管网改造，涉及供水改造的小区已全部完成了设计方案审查，部分小区已完成改造通水验收。同期，大沥12个小区陆续实施老旧小区供水管网改造工程，合计改造约5764户，受惠超过10000名群众。

推进“一户一表”改造

除了协助政府部门进行老旧小区管网改造，瀚蓝南海供水还积极推进“一户一表”改造，目前已全部完成大沥镇盐步百利大厦、三河中心、华夏西大楼、名雅花园、怡富广场等老旧小区的供水管网及“一户一表”改造项目，为这部分住户提供了自来水公司直接抄表到户、直接管理到户、服务到户的优质用水体验，实现供水“同网、同质、同价、同服务”。小区的自来水主管道、支管道及通往室内的管道全部被更换成PE管和钢塑复合管等管材。

“以前水表归物业管理，这些水表年久失修，很多住户都担心是否存在跑水、漏水情况。现在家家户户改装了新水表，老旧供水管网也更换改造了，大家都能清楚地看到家中的用水情况，水质更好、水压更足，大家都很满意！”南海区百利大厦小区完成供水设施改造后，住户詹姨分享了用水体验，言语中满是欣喜。

■一老旧小区内全新安装的水表组。

邀您前来献血 领取防疫礼包

珠江时报讯（记者/许可可 通讯员/霍小君）近日，因天气寒冷、疫情影响，叠加大中专院校学生、工厂企业陆续放假等因素，南海区血液库存紧张，部分医院的手术延期进行。为确保临床用血需要，南海血站呼吁广大市民为有需要的病人捐献血液。

即日起至12月31日，凡在南海区内献血点献血均可获赠防疫礼包，内含独立包装的医用外科口罩50个、免洗消毒液1瓶、帆布袋等。南海血站献血热线为0757-86284602。

前来献血的市民谨记要做好个人防护：

1. 全程、规范佩戴好口罩，有序排队，保持1米安全距离；

2. 进行体温测量、手消毒，填写《新冠肺炎相关健康状况征询表》并仔细核对；

3. 近期如有发热、干咳、乏力、嗅觉减退或丧失、味觉减退或丧失、鼻塞流涕、咽痛、结膜炎、肌痛、腹泻等症状，请暂缓献血；

4. 接种基因重组疫苗与接种灭活疫苗后暂缓献血48小时；

5. 根据国家规定，感染新冠病毒（重型和危重型除外），最后一次新冠病毒核酸检测或抗原检测阳性结果7天后可以献血；重型或危重型感染者，康复6个月后可以献血。

扫码了解更多注意事项

一天2名群众“自首”？原来是被电信诈骗

珠江时报讯（记者/杨慧 通讯员/李汝波）同一天内，南海2名事主先后来到小塘派出所“投案自首”，民警询问后发现，他们并没有犯罪，而是遭遇了电信诈骗。民警耐心劝导下，两人恍然大悟，安心离开派出所，避免了财物损失。

12月10日，市民小红（化名）在家属的陪同下，来到小塘派出所“自首”。小红表示，当天上午她接到自称“疫情防控中心”工作人员的电话，对方称在上海有一个用她身份证开户的电话涉嫌疫情诈骗，要求她到上海投案。由于对方说出了小红的具体身份信息，小红深信不疑，十分害怕，于是前来“自首”。

民警告知小红，这是典型的电信诈骗。他当场回拨对方电话，听到回拨的电话是空号，小红这才明白过来。

民警解释说，骗子会抓住事主害怕的心理，接着就提出转账到“安全账号”的要求，“这时，你千万不要相信对方，不要转钱给对方，不然就上当了。”听到民警的耐心解释，小红表示感谢后安心地离开。

无独有偶，当天晚上，市民小明（化名）也来到小塘派出所“自首”。原来，当天下午小明接到贷款电话，需要资金周转的他听从了对方的话，下载了一个贷款APP并操作完成“贷款”。

经过一番操作，该APP里的账户显示到账5万，但无法提现。对方表示款项已属于小明的，取不出也要还，否则就要进行追诉，又表示由于小明账户信用不良，需要再交纳7000元保证金才能解锁取款。无力“还款”的小明只好来到派出所“自首”。

民警听完小明的讲述，明确告诉他被诈骗了，并对其进行反诈宣传。小明这才如释重负，并表示以后要多多关注反诈宣传。

警方提醒，流行病学调查过程不会提到钱财，也不会审查资金，更不会出现跨部门电话转接；正规网络贷款APP不会在放款前收取任何费用，收费的一定是骗子。群众一定要擦亮眼睛，谨防被骗。

广东省中西医结合医院皮肤科主任林中方提醒，治疗痤疮一定要到正规医院

青春痘可防可治 要少走弯路

痤疮，又称“青春痘”，是皮肤科常见的毛囊皮脂腺慢性炎症性疾病。皮损好发于面颊、额部和下颌，亦可累及躯干，如前胸部、背部及肩胛部，以粉刺、丘疹、脓疱、结节、囊肿及瘢痕为特征，常伴皮脂溢出。

“这是一种常见病，它的发病年龄很广，8岁到80岁都可以发生。”广东省中西医结合医院皮肤科主任、主任医师林中方表示，痤疮的危害可大可小，小的话可以忽略不计，大的话可以毁容。

不少人深受痤疮的侵害，在治疗痤疮的道路上走了很多弯路、错路。“事实上，只有没来皮肤科诊治的痤疮，没有治不好的痤疮。”林中方说。

■林中方检查患者皮肤情况。

遗传因素影响占三四成

“遗传、年龄、饮食、生活习惯等多种因素都可能引起痤疮的发生。”林中方介绍，遗传是痤疮发病机制中的一个易感因素，近亲中有痤疮患者的个体发生痤疮的风险会增加。有研究表明，遗传因素的影响大概占到30%-40%。

此外，不良的生活方式，如经常熬夜、吸烟可能会诱发或加重痤疮；饮食上，高糖饮食与痤疮加重有一定关联，牛奶摄入与痤疮发生或加重可能有关，特别是低脂和脱脂奶；肥胖也会导致皮脂腺分泌增多，游离脂肪酸刺激角质角化，不能及时代谢更新，在毛孔内堵塞住分泌的皮脂，从而引发痤疮。此外，精神紧张、压力过大等应激因素，都可能引起或者加重痤疮。

林中方谈到，痤疮有很多不同类型，可分为寻常痤疮、聚合型痤疮、爆发性痤疮和高雄激素性痤疮等。寻常痤疮，即常见的丘疹、脓疱以及结节、囊肿，也是痤疮中最大的一类；聚合性痤疮，属于重度痤疮，表现为更严重的结节、囊肿、窦道、瘢痕；爆发性痤疮，往往由于治疗不当或生活习惯不佳等导致寻常痤疮突然爆发，出现弥漫性的丘疹或者结节；还有特殊类型的高雄激素性痤疮。

痤疮常被称为“青春痘”，因此不少人认为不需要干预，青春期过去就好了。但痤疮后期形成的炎症后红斑、炎症后色素沉着及瘢痕，留下痘坑、痘印、疤痕，容易形成麻子脸、月球脸，会给患者带来很大的心理负担。

物理治疗可避免痤疮后遗症

关于痤疮的治疗，林中方提醒：痤疮属于皮肤科诊疗范畴，一定要到正规医院的皮肤科诊治，以免不正规的治疗在脸上留下疤痕，越治越糟糕。

他谈到，痤疮的治疗方法多样，皮肤科医生会根据患者的痤疮严重程度及患者的需求，制定个体化治疗方案，有外用药物治疗、口服药物治疗、物理治疗等。

物理治疗中，最常见的是光电治疗。“我们科室可开展多种光电治疗方法，不光可以治疗皮损，还可以帮助皮损修复，减轻痤疮的一些不良后果，比如疤痕、炎性红斑等，可以用在轻中度痤疮时期。”林中方谈到，物理治疗方法简单、安全，与药物治疗相比有独特优势，可治疗痤疮炎症，同时也可治疗痤疮后遗症。

医生提醒 日常要做好3点护肤工作

●清洁到位

做好清洁可防止毛孔堵塞，避免痤疮出现。青少年可选择较为温和的弱碱性产品，每日早晚两次清洁。碱性洁面产品清洁力度大，但也容易破坏皮肤屏障，因此不推荐。

●注意保湿

痤疮患者要注意给皮肤补水，皮肤缺水就会干燥，导致皮脂腺分泌更旺盛，造成恶性循环。在治疗期间，有些药物也会导致皮肤干燥、脱皮，因此更要多补水，多涂面霜或乳液，也可将护肤品换为更加保湿的产品。

●做好防晒

日常做好防晒，卸妆要到位，有些化妆品里含有刺激性物质，也会使痤疮加重。

还要保持良好的作息和饮食习惯，少吃甜食，少吃高油辛辣和刺激类食物，早睡早起，少熬夜。治疗痤疮一定要到正规医院的皮肤科诊治，坚持治疗，遵医嘱用药，才能达到最满意的治疗效果。

文/图 珠江时报记者 许可可 通讯员 梁健桃 吴桐