

乡村振兴
莞邑镇村行

茶山镇

32

策划：田恩祥

文 / 图 羊城晚报记者 文聪 通讯员 罗舒

栗边村：
绘制生态宜居美丽乡村新画卷

加快实施乡村振兴战略，既改善人居环境，也为村集体增收

沿着绿道悠然行走，一个个景色优美、配套齐全的文化休闲公园依次呈现，两旁的花草树木散发出阵阵清香……这幅生态宜居的美丽乡村画卷正在东莞市茶山镇栗边村徐徐展开。8月6日，据栗边村有关负责人介绍，近年来该村通过加快实施乡村振兴战略，完善基础设施、改造厂房，不仅提升和改善了人居环境，也增加了村集体收入。其中，仅吴屋岭一处厂房的租金收入就翻了12倍。



村里的旧鱼塘被扩建成湖

改造厂房提高效率

“轰隆隆……”在栗边村的吴屋岭厂房、宿舍工程施工现场，工人们操作着几台巨大的机器，伴随着轰鸣声不断地将地基打深、打牢。此处原本是一片年龄高达30年的厂房，租给企业用作家具生产。由于厂房破旧，原来每月的租金是5元/平方米，5000平方米的厂房一年租金只有30万元。陈卢效坦言：“效益太低了！”

随着乡村振兴战略的逐步推进，栗边村村委会把该片厂房的拆旧建新项目纳入发展规划，规划迅速得到村民大会通过。旧厂房被拆除后，经过招投标，今年4月，工程正式开始施工，预计将于明年中旬完成。按照规划，新的厂房由一栋8层办公楼和一栋7层宿舍楼组成，厂房结构和内部设施将结合当下企业的生产需求来设计。



三个公园通过绿道串珠成链

三大公园串珠成链

栗边村位于茶山镇东南部，邻近横沥和东坑两镇，村面积较小，只有2.16平方公里，下辖栗边、游屋、何屋三个村民小组。

“过去的环境比较脏乱，房前屋后长满了草，池塘上面漂着垃圾，村道泥路坑坑洼洼。”栗边村党工委书记陈卢效向记者还原了栗边村两年前的旧模样，“当时村里的环境比较差，已经20多年没变化，村党工委想为村民们做点实事，改善村

推进何真公园提升工程

栗边文化公园是村民们休闲的好去处

通过绿道将这些公园连接起来，串珠成链，形成连片之势。既解决了村内文化设施不足的问题，又实现了每个小组都配有公园，还兼顾了新旧住宅区的村民。



拓空间提高幸福感

随后，栗边村村委会又把目光瞄向了村综合文化服务中心周边的厂房和旧住宅区。据了解，该区域的厂房主要以铁皮厂房为主，效益低下，不符合时代发展的需求。村委会计划把该片区区域进行统一征收、拆除，新建一栋集市场、办公、商住为一体的综合大楼，同时完善各种配套设施，将综合文化服务中心一带打造成栗边村的经济中心。

大集体经济，增加村民创业就业机会。”陈卢效说，除了拓空间、提效益，栗边村还着重加强人居环境提升。今年进一步加快人居环境改善项目的建设，完成了栗边警务室升级改造工程、游屋公园提升等工程，并大力推进何真公园提升、何真公园重建以及新园村道建设等工程，努力将把栗边村的人居环境提升到一个更高的档次，切实增强村民的幸福感、获得感和安全感。

“我不爱喝水，朋友说我这样会有得肾结石的风险，是真的吗？”“好好的，怎么就得了肾结石呢？”……肾结石，是泌尿系统结石中最为常见的发病类型。我国是结石发病率较高的国家之一，南方部分地区的总人口发病率超过10%。

肾结石、尿路结石、膀胱结石……一想到身体里有那么多“石头”，心里是不是堵得慌呢？为什么我们吃的是食物，到了身体里却变成了结石，这是怎么回事呢？到底身体里的这些“石头”是怎么来的呢？对此，笔者采访了东莞市人民医院泌尿结石门诊主治医师陆奔医生。他表示，人体形成结石的原因很多，除了生活在炎热地区、运动过少、患某些疾病等致病因素外，其实很多结石都是“吃出来”的。

“结石成分，其判断的金标准是结石成分分析仪器，但普通人很难收集和检测自己的结石，从而难以得知自己的结石成分，临床上有经验的医生会

预防的总原则是多饮水

根据尿液分析、血尿酸水平、彩超表现、X光透光情况/形态、CT的密度/形态等情况综合判断结石的成分。”陆奔医生分析了不同类型的结石。

其中草酸钙结石是最常见的肾结石，约占80%以上，男性多见。磷酸钙结石约占肾结石的6%-9%，通常在碱性尿液中形成，青壮年发病率高。尿酸结

谢岗镇召开2020年上半年经济形势分析会
上半年经济逆势增长

近日，谢岗镇召开2020年上半年经济形势分析会，动员全镇上下进一步提振精神、鼓足干劲，聚焦重点、狠抓落实，坚决做好“六稳”“六保”工作，争取实现全年经济高质量发展目标。

8月3日，东莞市第28经济运行监测调度指导服务组组长李福新重点讲解了谢岗镇“四大专项行动”方案，并给出政策措施建议。他表示，希望谢岗镇镇印材料，重点解读惠企助企政策措施；组织企业外出学习考察，借鉴先进经验方法；加大内销市场开拓；加快重点项目建设；完善配套政策措施，全力夺取全年经济增长目标的胜利。

据了解，2020年上半年谢岗镇实现地区生产总值48.6亿元，按可比价计算同比增长0.3%，高于市下达的“小冲刺”目标1.3个百分点，增幅比一季度提高9个百分点，速度高于全市2个百分点，增速排名从一季度全市第20位提升至第16位。

“要毫不放松抓好常态化疫情防控，坚定不移推进疫情防控和经济发展‘双统筹’。”谢岗镇委书记胡毅峰介绍，上半年谢岗镇落实各项工作举措有了初步成效，稳住了经济基本盘。接下来希望各单位部门、各村（社区）准确把握大局大势，坚定信心决心，保持绿色高质量发展定力；聚焦关键环节，坚持稳中求进，着力实现全年经济社会发展目标；切实增强紧迫感，倒排工作时间，确保完成镇委镇政府部署的年度各项工作任务；全面提升执行力，狠抓工作落实，为建设“粤港澳大湾区发展创新区、产城人山水融合示范城”提供保障。

同时，谢岗镇委副书记、镇长李惠勤也就抓好下半年经济运行监测调度作了详细部署。他要求，下半年要切实做到“一个经济基本盘”；迅速开展重点企业帮扶、商贸消费复苏、增资扩产提速、中小企业培育等“四大专项行动”；坚持龙头项目带动，着力实现“增量与存量”双提升；集围攻坚，围绕“高度、速度、力度、温度”发力攻坚，狠抓项目建设，做实做细各项工作，优化扶持服务。

很多结石都是“吃出来”的

文 / 图 姚梓婷

过去的看法多认为钙是结石的主要成分，那么，是不是控制钙质摄取就可以避免结石呢？陆奔医生表示，最近几年的研究发现，摄取足量钙质可以抑制含钙结石的产生。低钙饮食反而会刺激身体从骨头释放更多钙质，并促使草酸吸收增加，造成尿液中草酸浓度上升，更容易形成草酸钙。对于易形成钙盐结石的患者还是不宜高钙饮食，应按1克/日标准食用。

不同类型结石的饮食建议

对于不同成分的结石，有不同的饮食注意事项。“饮食上少吃盐，避免大鱼大肉。”陆奔医生提示，少吃盐可以增加钙质吸收；太多的动物性蛋白质会增加尿酸与钙质排泄，降低尿酸碱值，增加结石危险。不管哪种结石，都不宜高糖、高脂和高蛋白饮食。否则，会提高肾结石风险。

针对不同类型结石，陆奔医生给出不同的饮食建议。其中，草酸钙结石患者应少吃或避免一次吃太多草酸含量食物，如浓茶、咖啡、可乐、啤酒等饮料和花生、巧克力、扁豆、菠菜、苋菜、通心菜、芦笋、萝卜、坚果类等，也要避免摄取过多维生素C含量高的食物，如柑橘、葡萄、草莓、苹果等。除了多喝水，还要多食用碱性食物，如牛奶、低草酸蔬菜（包括南瓜、白菜、萝卜、红辣椒、菜花、黄瓜、生菜和豆芽）、水果等。

尿酸结石和痛风一样，由尿酸引起。患者需注意低嘌呤饮食，少吃动物内脏、肉汁肉汤、海鱼、香菇、紫菜、豆类、酒类等。多吃碱性食物，如牛奶、鸡蛋、蔬菜等，必要时遵医嘱服用降尿酸药物，同时要多喝水，防止夜尿浓缩。

磷酸钙、磷酸铵镁结石患者宜少吃含磷高的酵母、香菇和牛奶、奶酪、豆类和坚果等食物。

凤岗开展集中清理整治“僵尸车”行动
创建平安畅通交通环境

羊城晚报讯 记者秦小辉，通讯员周正吉、周皓轩摄影报道：“僵尸车”不仅长期占用道路资源，而且影响市容市貌。今年，东莞市凤岗交通分局加大执行力度，联合各村（社区）、工业园区开展集中清理整治“僵尸车”行动，规范道路停车秩序，为市民创建平安畅通的交通环境，助力“湾区创新重镇、智慧客侨新城”建设。

8月4日上午，在油甘埔村埔顶工业二路，记者看到一辆“僵尸车”停放在路边，轮胎已经损坏，周边已长起了杂草。交通部门介绍，该车前期已经按程序张贴公告，但是无人认领，现在已到期，对该“僵尸车”进行肃清工作，还

路于民。

今年，凤岗镇把“僵尸车”清理整治作为品质交通千日攻坚行动计划工作重点来抓，加大“僵尸车”巡查力度，加快收集各村（社区）、工业园区的“僵尸车”数据，对长期占用道路停放无人认领的“僵尸车”进行分类处理，切实规范道路停车秩序，维护良好交通秩序氛围。

凤岗交通分局工作人员介绍，7月以来，今年凤岗镇开展“僵尸车”整治行动20次，期间暂扣“僵尸车”58辆。市民若在公共道路上或允许社会机动车通行的公众场所遇到疑似“僵尸车”，可通过投诉热线进行举报。投诉电话：12345、87556788、82951156。



交通部门正在清理整治“僵尸车”

（姚梓婷 谢岗宣）