

“房屋医生”上门“望闻问切”

先锋故事

中国梦·申城美

从当初 20 多岁的木工、水电工到如今 50 岁的业内知名技师，从 1994 年建设部授予劳模称号到 2005 年成为全国劳模，中共党员、上海南房集团应急维修服务中心技师蒋华云在黄浦区做了 20 多年物业维修，单夜间义务为民服务就达 7500 多小时，解决 2500 多个水电疑难维修项目，在长期的职业操练中，一位“房屋医生”呈现了怎样的仁心仁术？

手机号码不变

大境路 253 号，曾是蒋华云的家，家门口有个应急报修小木箱，每天晚上 8 时，蒋华云都会打开木箱，看看是否有报修便条。每到黄梅天，物业应急维修高峰期也就来了，急修的居民来不及投便条，直接敲响蒋华云家的门铃，不一会儿，“房屋医生”就“出诊”了。

当年在老南市，类似的小木箱，蒋华云一共挂出了四个。2001 年，伴随城市旧改，大境路 253 号从黄浦区版图消失，最后一个小木箱退出报修渠道。

但居民报修，却更方便了。蒋华云有过一个中文 BP 机，报修用；后

来又有了手机，十多年里，手机从摩托罗拉换到苹果，号码却没变过，“不换号码，居民报修方便点，我心里踏实。”蒋华云说，更方便的是，全市的物业报修热线，还有更好记的市民热线 12345，也都有了，房屋要“急诊”，不怕找不到“医生”。

研究“疑难杂症”

一位市民家住普陀桃浦，赶到黄浦来找“房屋医生”蒋华云，他说，3 年了，家里客厅天花板每隔十天半月就要渗水，楼上居民很配合，把地板都翻开查了一遍，可还

是没找到渗水原因。实在没办法了，听人说起蒋华云的大名，就赶来请“医生”。

蒋华云的职责范围原本在黄浦区，跨区服务，少，这样的“疑难杂症”，更少。可是，人家都苦恼 3 年了，找上门来，去还是不去？去！

那天是大晴天，蒋华云到了现场，一眼看见渗水户楼上对门人家晾了不少才洗的衣裳，他心里一动，敲开了那户人家的门——3 年渗水的原因找到了——原来，洗衣人家的下水道不畅，积水顺着中空楼板一路蔓延，洗一次衣裳，楼下对门的客厅天

花板就渗一次水。3 个月后，再也不受渗水之苦的居民送来了鲜花锦旗。

练好过硬技术

1994 年，30 岁的蒋华云被授予建设部劳模称号，他推辞过，因为，荣誉意味着责任，一个“房屋医生”做了劳模，就必须成为能解决疑难杂症的行家，他怕担不起。

可前辈们都讲：“上海需要很多个‘徐虎’，小蒋，你要争气！”

也是从那时候起，物业维修不再只局限于老城厢的石库门、老公房，越来越多的新建商品住宅小区投入使用，出现了不少物业维修新难题，报修单发到应急中心，疑难杂症就由蒋华云和同事们去解决。

一位居民家的水龙头总是漏水，龙头价值上千元，物业公司不敢修，就请蒋华云“出诊”。结果，罪魁祸首仅仅是一粒黄沙。蒋华云说，问题其实很小，他敢拆开那个昂贵的水龙头，只因为他了解所有常用水龙头的内部构造；他有机会了解，是因为经常性的职业技能培训是岗位要求，见多识广，自然艺高人胆大。

如今，已成“大拿”的蒋华云，还有一个更重要的任务——带教更多能揽“瓷器活儿”的“房屋医生”，让“房屋医生”成为年轻人乐意选择的职业，才是他最大的期盼。

本报记者 姚丽萍

两位党务工作者开办工作室

本报讯（记者 宋宁华）如何把优秀党务工作者的先进经验和成功做法传承并推广出去？昨天，浦东新区第一家重大典型工作室“吴慧芳工作室”在金桥揭牌，同日，优秀楼宇党务工作者肖素华工作室也在静安区凯迪克大厦成立。

据悉，上海金桥经济技术开发区综合党委副书记、工会联合会主席吴慧芳是一名长期工作在开发区党群工作一线的党务干部，先后获得全国优秀工会积极分子、上海市优秀党务工作者、上海市劳动模范等诸多荣誉。

肖素华是静安区石门二路街道的“两新”组织专职党群工作者。自 2004 年起作为上海首批楼宇党务工作者之一，进入凯迪克大厦开展党建工作，并担任楼宇联合党支部书记。十年来，肖素华用活动凝聚白领，用服务温暖白领，打牢了商务楼宇党建的基础，扩大了党组织在商务楼宇中的影响力和凝聚力。她曾多次被评为静安区优秀共产党员，连续两届被选为静安区党代表，还获得了上海市“两新”组织创先争优优秀共产党员、上海市第一届“十大社会工作杰出人才”提名奖等荣誉。

有关负责人介绍，优秀党务工作者成立工作室后，将在党建工作中发挥“领头羊”的示范引领作用，成为培育党建品牌、培养党务干部队伍、服务党员群众等的“名片”。



党员服务暖人心

■ 为迎接建党 93 周年，今晨杨浦区四平街道百余名入党积极分子走上街头，开展法规咨询、家电维修等 20 余项为民服务活动
种楠 摄影报道

吃油要多样 认准1:1:1脂肪酸均衡的调和油

2014 年 6 月 12 日-13 日，中国营养学界发生了一件大事：2013 版《中国膳食营养素参考摄入量（以下简称 DRIs）》在上海发布。超过 150 位世界营养学界学术泰斗和国内各相关行业权威专家来到现场，分享了国际前沿的 DRIs 研究成果，也为中国居民的每日膳食把好健康关。



■ 益海嘉里食品营销有限公司总经理陈波



■ 浙江大学教授、联合国粮农组织和世界卫生组织营养专家组专家李铮

慢病高发，脂肪酸失衡难辞其咎

随着生活条件和饮食结构的改变，我国居民从营养不良、营养缺乏的“低谷”走向营养过剩、营养失衡的“高峰”。攀上高峰的背后，是岌岌可危的慢性病悬崖。最近十年，我国居民慢性病的发病率增长了 34%，肥胖、“三高”、糖尿病等与脂肪有关的慢性病增长迅猛。

营养调查发现，近年我国居民粮谷类食物摄入量稳中有降，猪肉、牛羊肉等动物性食物消费量近 10 年来却几乎翻了一番，导致脂肪超标。因此，如何帮助大众科学摄入脂肪酸，是 DRIs 需要解决的头号问题。

会上，中国营养学会理事长杨月欣教授告诉大家，DRIs 与老百姓

的膳食息息相关，新版 DRIs 是指导大众合理膳食的科学基础，能够指导老百姓怎么吃更合理、更科学、更有营养。

均衡脂肪酸，选对食用油是重要保障

在此次修订的最新版 DRIs 中，脂肪酸的摄入尤其做出了许多变化：不仅明确提出饱和脂肪酸、单不饱和脂肪酸、多不饱和脂肪酸的摄入要均衡，并给出了各自的摄入范围，还首次增加了 DHA（俗称脑黄金）和 EPA（俗称血管清道夫）的推荐值，并强调了针对特殊人群婴幼儿和孕妇的推荐量。

浙江大学食品营养系教授李铮进一步解释说，脂肪酸主要是由饱和和脂肪酸、单不饱和和脂肪酸、多不饱

和脂肪酸构成。爱吃猪肉的中国人，体内饱和脂肪酸和单不饱和脂肪酸增加，导致三大脂肪酸摄入不均衡，带来慢性病隐患。因此，膳食脂肪酸的均衡摄入，是慢性病预防的重要方法，而食用油是最重要、最容易被人们忽略的一道关卡。

从某种意义上可以说，吃油吃的就是脂肪酸。而食用油的脂肪酸是否均衡、营养，直接影响着身体健康。

1:1:1 科学比例，金龙鱼黄金比例调和油帮你管好脂肪酸

中国疾病预防控制中心营养与食品安全所主任研究员张坚教授提醒，如今人们已经比较注意食物的多样化和营养搭配，其实吃油也是

一样的。单一油种脂肪酸构成不同，营养特点也各不相同，所以食用油也要经常调换才健康。然而遗憾的是，很多家庭对这一知识知之甚少，长期吃同一种类的植物油，导致膳食脂肪酸摄取相对单一。

在这样的情况下，金龙鱼黄金比例调和油迎难而上，为数以亿计的中国家庭提供了健康新选择。丰益（上海）生物技术研发中心有限公司研发总监姜元荣博士表示，金龙鱼黄金比例调和油是顺应膳食营养健康工作的发展，与中国营养学会携手取得的技术突破。它基于联合国粮食及农业组织（FAO）的膳食脂肪酸推荐，在中国营养学会 2013 版 DRIs 膳食脂肪酸最新推荐量基础上进行研发，同时充分调研中国居民膳食摄入状况，是一种健康型的

调和油，尤其有利于人体膳食脂肪酸的均衡摄入。

益海嘉里食品营销有限公司总经理陈波进一步为大众支招，“人们在日常饮食中注意食物的多样性，注意荤素营养搭配，但是吃油人们往往忽略了，其实吃油也一样，要多样化，调着吃。”选择 1:1:1 脂肪酸均衡的调和油。金龙鱼黄金比例调和油，符合 2013 版 DRIs 脂肪酸摄入推荐范围，可以帮助国人通过每餐膳食轻松达到脂肪酸平衡，符合了现代人的营养需求。未来，金龙鱼黄金比例调和油将不断努力，将国内外科研成果应用于产品研发中，倡导平衡营养的健康生活理念，当好中国家庭的“膳食脂肪酸平衡管家”，为国人量身定做健康好油。

转载《生命时报》