

Chống cận, đâu chỉ có đèn học



SỐ 133

5/8/2015

BẢN TIN PHỞ BIỂN KIẾN THỨC

Chịu trách nhiệm xuất bản

TS Phan Tùng Mậu

*Phó Chủ tịch Liên hiệp các
Hội Khoa học & Kỹ thuật
Việt Nam*

Ban Biên tập

Đặng Vũ Cảnh Linh:
Trưởng ban

Nguyễn Sinh Thành:

*Phó Trưởng ban
kiêm Thư ký biên tập*

Nguyễn Hồng Thanh

Bùi Hồng Ninh
Trần Mạnh Hùng

Trình bày

Quý Linh
Duy Anh

Bản tin xuất bản định kỳ 1
số/tháng. Mọi thông tin
phản hồi về nội dung xin liên hệ
Ban Thông tin và
Phở biển kiến thức:
Địa chỉ: 53 Nguyễn Du, Hà Nội
Điện thoại: (04) 3.9432206
Fax: (04) 3.8227593
Email: sinhthanh@gmail.com

Trong số này

TIN TỨC - SỰ KIỆN

**Tìm hướng sản xuất
xăng giá rẻ,
giảm ô nhiễm .3**

KHOA HỌC THƯỜNG THỨC

**Tiếng cười là
một sự nhận thức? .4**

NÔNG - LÂM - NGƯ NGHIỆP

**Bí quyết
nuôi ngao
lãi cao .15**



SỨC KHỎE

**Phòng bệnh
khi
giao mùa
thu đông .21**



GỖ CỬA NHÀ TƯ VẤN

**Giải đáp thắc mắc về
vấn đề xã hội .29+30**

Tìm hướng sản xuất xăng giá rẻ, giảm ô nhiễm

Nếu chạy xe, động cơ bằng xăng A100 thì lượng chất thải thoát ra ngoài môi trường giảm đi 1/3 hay chỉ bằng 2/3 lượng chất thải khi dùng xăng A92, A95.

Cho đến nay, nhiên liệu cho động cơ ô tô sản xuất từ dầu mỏ chỉ mới phổ biến ở các loại từ A92 đến A95. Việc chế tạo xăng rất phức tạp, đòi hỏi thiết bị hiện đại và đầu tư rất tốn kém. Theo các chuyên gia, để đạt công suất sản xuất 6 triệu lít xăng/ngày, phải xây dựng nhà máy Refining với vốn đầu tư gần 1 tỷ USD. Nhưng hiệu suất chuyển hóa lại rất thấp vì cứ 100% nhiên liệu đầu vào (là xăng nhẹ) thì chỉ chuyển hóa được 52% lượng xăng nhiên liệu sản phẩm. Một nhược điểm nữa là sản phẩm thu được này chỉ là xăng A85 và còn phải chế biến, bổ sung phụ gia nữa mới ra được xăng A92 đến A95.

Trên thế giới hiện chưa có thị trường nào bán xăng A100 (từ dầu mỏ) vì công nghệ chế tạo loại Iso-Octan tinh khiết chưa làm được việc này. Hơn nữa giá thành sẽ đắt hơn gấp nhiều lần và cũng không sản xuất được số lượng lớn.

Hiện nay, để nâng từ A85 lên xăng A92, A95 người ta bổ sung phụ gia có chỉ số octan cao để kéo RON từ 85 lên 92, 95. Tuy nhiên, phụ gia phổ biến là các este có RON nhỏ hơn 130 và tỷ lệ cho vào xăng cao lên đến 15 - 20%. Loại phụ gia ADK có RON cao đến 400 - 425 đã được Global Bio Technologies, LLC (Mỹ) liên doanh với Công ty CP Global Greentech-Việt Nam (số 46 Bành Văn Trân, phường 7, quận Tân Bình, TPHCM) phối hợp với một số nhà khoa học trong nước thử nghiệm thành công, mở ra cơ hội nâng các loại xăng lên thành A97, A100 được thực hiện dễ dàng và giá thành không cao.



Ảnh minh họa

Thử nghiệm cho thấy, hiệu quả sử dụng của xăng A100 mới tăng lên 150% so với A92. Cụ thể, với xe cùng trọng tải, cùng tốc độ và cùng chất lượng đường thì dùng xăng A100 chạy được quãng đường dài hơn gần 150% so với quãng đường dùng A92. Với điều kiện như trên, nếu dùng xăng A100 xe sẽ chở được lượng hàng gấp 150% so với dùng xăng A92. Tốc độ có thể cũng đạt cao hơn. Bên cạnh đó, giá thành một lít A100 chỉ cao hơn xăng A92 khoảng dưới 10%.

Từ hiệu quả tốt của loại xăng mới A100 dẫn đến việc giảm được khí thải ô nhiễm môi trường. Xăng A100 còn tiết kiệm cao hơn so với xăng thường A92 đến gần 150% khi chạy xe. Cụ thể, nếu một xe hơi chạy quãng đường (x) hết 1,5 lít xăng A92 thì với A100 chỉ hết một lít. Bên cạnh đó, vì A92, A100 đều có thành phần hydrocarbon tương đương nhau nên khi bị đốt cháy, chúng đều cho lượng chất thải tương đương. Kết quả, nếu chạy xe, động cơ bằng xăng A100 thì lượng chất thải thoát ra ngoài môi trường giảm đi 1/3 hay chỉ bằng 2/3 lượng chất thải khi dùng xăng A92/A95.

Đây là triển vọng lớn cho chương trình ngăn cản ô nhiễm môi trường và hạn chế một phần tác động làm Trái đất nóng lên.

NHẬT NAM

Khoa học lý thú

Tiếng cười là một sự nhận thức?

Ann Hale, nhà nhân chủng học y tế tại Đại học Sydney (Australia), tin rằng, những mẫu chuyện cười được tạo ra bằng cách đặt cạnh nhau 2 khái niệm không tương xứng hoặc những trò vui nhộn gây cười bằng những hình ảnh tương phản hoặc bất bình thường. Chúng ta cười khi thấy ai đó ngã, nhưng không phải việc người đó bị ngã khiến chúng ta buồn cười, mà là chính những cố gắng để đứng thẳng được.

Các nhà nghiên cứu cho biết, bằng nhận thức bản năng, con người có thể nhận ra những tình huống bất tương xứng ngay từ những năm đầu đời. Nếu một người mẹ bò về phía mép giường, đứa trẻ sẽ cười khanh khách. Điều này cho thấy, chúng ta phản ứng tức thì với các tình huống bất bình thường mà không nhất thiết phải nhận ra sự

hài hước trong đó. Quá trình xử lý suy nghĩ này có thể được coi như phản xạ tự nhiên của con người hoặc có thể so sánh với phản ứng của những vận động viên thể thao nhà nghề...

Tiếng cười cần thiết với mỗi người bởi nó mang lại sự giải lao về nhận thức. "Tiếng cười mang lại sự nghỉ ngơi tạm thời sau những suy nghĩ căng thẳng. Đó là một hình thức khác của sự nhận thức, nó vẫn xảy ra mỗi ngày, nhưng không bị xáo trộn, chi phối bởi ý thức rằng nên làm như vậy", Hale nói. Hale tin rằng, tiếng cười là một năng lực đặc biệt của con người. Hiểu được tiếng cười và sự hài hước sẽ giúp chúng ta hiểu được quá trình tiến hoá nhận thức của nhân loại.

KHUÊ ĐỨC (Tổng hợp)



BIỂN HỒ ARAL ĐANG THU HẸP

Ảnh chụp cho thấy phần phía Đông của Hồ Aral lớn đã mất đi 80% lượng nước kể từ năm 2006. Toàn bộ hồ lớn ở phía Nam cũng được dự báo là sẽ

khô cạn hoàn toàn vào năm 2020.

Quá trình khô cạn của Hồ Aral dẫn đến lại một vùng đất khô cằn toàn muối trắng rộng tới 40.000km² - sa mạc Aral Karakum.

Mỗi năm, có tới 150.000 tấn muối và cát từ sa mạc này bị bão cát đưa đi xa hàng trăm km, tấn công làng mạc và đồng ruộng, gây ra những vấn đề sức khỏe nghiêm trọng cho cư dân địa phương và khiến mùa đông trong khu vực trở nên lạnh hơn trong khi mùa hè lại nóng hơn. Chính phủ Kazakhstan hiện đang nỗ lực hết sức nhằm cố gắng thay đổi thảm họa môi trường nhân tạo này.

KHUÊ AN (Theo Science Daily)

GIẤM VÀ TÁC DỤNG KIỂM SOÁT HUYẾT ÁP

Các nhà khoa học Nhật Bản mới đây đã tìm thấy bằng chứng mới cho thấy, giấm ăn thực sự đúng như danh tiếng lưu truyền trong dân gian là thứ thuốc bồi bổ sức khỏe.

Nghiên cứu đã đưa ra kết quả rằng, axit axetic (thành phần chính của giấm) có thể giúp kiểm soát áp huyết, cũng như lượng đường trong máu và mức tích tụ mỡ trong cơ thể.



Những con chuột thí nghiệm được hưởng một chế độ ăn giàu chất béo, nhưng có bổ sung axit axetic, có lượng mỡ trong cơ thể ít hơn 10% so với những con chuột thông thường. Nghiên cứu cũng cung cấp thêm những bằng chứng mới khẳng định rằng, axit axetic chống lại tích tụ chất béo bằng cách làm hoạt động các gen sinh ra enzyme oxy hóa axit béo. Những gen này sinh ra các protein liên quan tới quá trình chia nhỏ chất béo, từ đó chặn được sự tích tụ mỡ trong cơ thể.

AN KHUÊ (Theo Science Daily)

NGỪA THAI NAM GIỚI



Tiêm testosterone có thể là một phương pháp ngừa thai ở nam giới - đó là kết luận của nhóm nghiên cứu, đứng đầu là Yiqun Gu thuộc Viện Nghiên cứu Quốc gia về Kế hoạch hóa Gia đình tại Bắc Kinh, Trung Quốc. Trong 30 tháng nghiên cứu, nhóm đã tiêm cho 1.000 người đàn ông đang có cuộc sống đôi lứa một liều testosterone với hàm lượng 50mg/tháng. Kết quả cho thấy, thuốc này giúp làm ngưng sự sản xuất tinh trùng. Tỷ lệ thai nghén ghi nhận được chỉ là 1,1%. "Chiến lược này không phải là mới, nhưng ở đây tần số của những mũi tiêm ít hơn, mỗi tháng tiêm một lần so với 2 lần mỗi tuần như trước đây, đây có thể sẽ là một phương pháp mới, được dung nạp tốt hơn", chuyên gia Sylvain Mimoun thuộc Bệnh viện Cochin (Paris, Pháp) giải thích.

A.KHUÊ (Theo Science Daily)

Chống cận, đâu chỉ có đèn học



Chiếc đèn được nói là chống cận thị có giá bán 135.000đ/cái trên thị trường.

Bắt đầu vào năm học, thị trường đèn chống cận bắt đầu nở rộ. Tuy nhiên, theo các chuyên gia, hiện chưa hẳn chưa thấy công bố nghiên cứu cụ thể về loại đèn này. Tốt nhất để chống cận cần chú ý cách sử dụng ánh sáng và tư thế ngồi học.

Mua đèn... vì niềm tin

Theo tìm hiểu của Bản tin Phở biển kiến thức, hiện nay trên thị trường có rất nhiều loại đèn được gắn thêm biển gồm: Đèn chống cận thị, đèn bảo vệ thị lực. Tùy loại đèn mà có kiểu bóng khác nhau. Nhìn chung, đèn chống cận hiện đang có các

loại bóng như bóng huỳnh quang (loại ống tuýp ngắn khoảng 15cm, hai bóng trong một máng đèn); Bóng đèn tròn, bóng đèn hạt mít...

Tất nhiên, theo giới thiệu của người bán hàng, đèn có các chức năng khác với đèn thường khác là đèn được trang bị mạch điện điều chỉnh tần số dòng điện, ánh sáng tốt, có tác dụng bảo vệ mắt, chống cận thị... Từ các tính năng và thương hiệu, giá cả của các loại đèn này rất khác nhau. Các loại đèn có thương hiệu nước ngoài có giá cao lên đến 800.000 - 900.000đ/cái, còn hàng trong nước, Trung Quốc chỉ dao động từ 60.000 - 200.000đ/cái.

Hầu hết các bậc phụ huynh mua đèn chống cận tại một số địa điểm bán đồ dùng học tập, đều cho rằng họ tin vào nhà sản xuất chứ biết rất ít về sự khác nhau của các loại đèn này. "Con tôi hiện đang dùng loại đèn chống cận. Nói là dùng nhưng thực tế thì chưa biết được như thế nào vì hiện chưa thấy có tài liệu nào nói về đèn chống cận, khi mua cũng không có hướng dẫn sử dụng cụ thể nên dùng như thế nào nên không biết có chống cận được hay không!", ngay cả BS Hoàng Cương, Bệnh viện Mắt T.Ư cũng phân vân.

Chưa tìm hiểu!

Sau khi tiếp nhận thông tin này, Bản tin Phổ biến kiến thức đã liên hệ đến các chuyên gia liên quan đến điện tử, vật lý nhưng đều nhận được các ý kiến: Chưa tìm hiểu về loại đèn này.

Còn TS Lê Anh Dũng, Giám đốc Công ty Cổ phần Thiết bị trường học Việt Nam, cho rằng, đèn chống cận chỉ là quảng cáo. Ánh sáng đèn học cần đảm bảo đủ thì có thể chống được cận. Ngoài ra, các đèn học này chưa có các hướng dẫn như khoảng cách, vị trí, không gian chiếu như thế nào là phù hợp nên khó có thể xác định được tại

sao lại gắn thêm mác chống cận. "Để chống cận cần chú ý đến nhiều yếu tố khác nữa chứ không chỉ có đèn học. Ví dụ bàn ghế, tư thế ngồi học... cũng ảnh hưởng rất nhiều đến chống cận thị", TS Lê Anh Dũng chỉ rõ.

Theo TS Nguyễn Văn Khải, Giám đốc Trung tâm Tư vấn đèn tiết kiệm điện năng, thì không có đèn bảo vệ thị lực hay chống cận. "Các bậc bố mẹ cần phải biết lựa chọn ánh sáng của đèn phù hợp với phổ nhạy cảm của mắt, phải đảm bảo được các yếu tố nhưng không gây chói mắt, độ đồng đều cao. Đồng thời phải có cách ngồi học, thư giãn hợp lý tránh hại cho mắt", TS Nguyễn Văn Khải nhấn mạnh.

Thông thường, mắt người chỉ chịu được mức 1.000nit nhưng nhiều loại đèn lại được thiết kế sáng quá gây chói mắt cho người học. Bên cạnh đó, ánh sáng phải có nhiệt độ màu khoảng 5.000K, cường độ ánh sáng trên sách vở từ 300 - 500lux, độ đồng đều lớn hơn 0,7.

"Tình trạng chỉ bật đèn sáng ở sách còn phòng lại tối, đang nhìn sáng lại chuyển sang tối và ngược lại nhiều lần sẽ gây nên mỏi mắt. Ánh sáng tốt nhất là ánh sáng trời nắng không mây. Không nên sử dụng bóng đèn có ánh sáng trắng lạnh và bóng đèn có ánh sáng vàng có khí Halogen. Ánh sáng trắng lạnh có nhiều tia tử ngoại sẽ gây hại cho mắt, còn ánh sáng vàng gây nóng", TS Nguyễn Văn Khải chia sẻ. **VÂN ĐÀI**



Có đúng thể không?

Mỗi người đều có mùi cơ thể đặc trưng

Một nghiên cứu tại Viện Phong tục học ở Vienna (Áo) đã cho thấy những bằng chứng mạnh mẽ ủng hộ giả thuyết rằng dựa vào mùi cơ thể, có thể phân biệt bạn với những người khác - cũng giống như khuôn mặt vậy.

Các nhà nghiên cứu đã tìm hiểu mẫu mùi ở nách, nước tiểu và nước bọt ở 197 người trưởng thành. Mỗi người được lấy mẫu 5 lần trong vòng 10 tuần. Chiết tách hàng nghìn hoá chất dễ bay hơi từ các mẫu lấy được, các nhà nghiên cứu đã nhận diện chúng bằng phép ghi sắc và phép đo phổ. Họ tìm thấy nhiều hoá chất dễ bay hơi trong mồ hôi hơn là trong nước tiểu hay nước bọt. Hỗn hợp mùi cơ thể của mỗi người thay đổi theo thời gian, nhưng các nhà nghiên cứu tìm thấy gần 400 hợp chất thường xuyên duy trì trong mồ hôi tại các thời điểm khác nhau.



So sánh sự có mặt và vắng mặt của 400 hợp chất này giữa 2 người bất kỳ đều có thể phân biệt rõ nét người này với người kia, kể cả những người sống cùng nhau hay có họ hàng thân

thiết. Các nhà nghiên cứu vẫn tiếp tục tìm hiểu xem liệu có phải tất cả mọi người trên hành tinh này đều có dấu mùi riêng cũng giống như dấu vân tay.

KHUÊ ĐỨC

Tri thức mới

SunCatcher

thu năng lượng mặt trời

Hãng năng lượng Stirling (SES) và Tessera Solar (Mỹ) vừa trình làng 6 loại đĩa thu năng lượng mặt trời có tên gọi SunCatcher™. 6 chiếc SunCatcher thế hệ đầu tiên được nghiên cứu trong 7 năm qua, đã có thể sản xuất điện với công suất đến 150KW. Chuck Andraka, Giám đốc dự án, cho biết: "Mỗi phần của hệ thống mới đều được cải tiến để tăng sản lượng năng lượng tạo ra, đồng thời giảm bớt chi phí sản xuất". Thiết bị SunCatcher sử dụng các gương

được gắn chính xác trên một đĩa parabol để tập trung các tia sáng mặt trời vào bộ phận thu năng lượng, và truyền nhiệt tới máy Stirling - một hệ thống khép kín, chứa đầy khí hydro. Áp suất sẽ tăng hoặc giảm tùy theo nhiệt độ nóng hoặc lạnh của bình khí này. Sự thay đổi áp suất sẽ làm piston trong động cơ chuyển động và sinh ra năng lượng chạy máy phát điện.

AN KHUÊ

(Theo Science Daily)



Cách dùng điều hòa tiết kiệm điện

Chỉnh nhiệt độ càng thấp, trao đổi nhiệt trong phòng và bên ngoài càng nhiều thì máy lạnh càng phải hoạt động công suất lớn, tốn điện nhiều hơn. Nhân dịp mùa nắng nóng cao điểm, Bản tin Phở biển kiến thức xin lưu ý bà con một số yếu tố tiết kiệm điện khi dùng điều hòa.

Cửa kính chưa hẳn có lợi

Cửa kính thường dùng để gắn trong các phòng có lắp máy lạnh, và nhiều người xem đó là biện pháp cách nhiệt hữu hiệu, nhưng không phải lúc nào dùng cửa kính cách nhiệt cũng đều có lợi. Nếu ánh nắng mặt trời rọi vào cửa kính thì thủy tinh thành là các "bẫy nhiệt" rất tốt. Nó chỉ tiếp nhận nhiệt mà không chịu nhả ra. Càng nhiều lớp kính hoặc lớp kính càng dày thì nhiệt thu được từ ngoài càng nhiều, máy lạnh phải làm việc nhiều hơn. Do đó cần hạn chế dùng cửa kính ở phòng, nhất là mặt tiếp xúc với ánh nắng.

Chọn màu sáng

Màu tối hấp thụ nhiệt nhiều hơn màu sáng. Do đó, tường phòng nên sơn hoặc quét vôi màu trắng. Nếu được, cửa sổ phòng nên treo màn màu sáng.

Kín nhưng cần trao đổi không khí

Các khe hở ở cửa càng kín càng tốt để tránh thoát "hơi" lạnh trong phòng. Càng ít đóng mở cửa phòng càng tốt. Trong thực tế, việc trao đổi không khí trong phòng lạnh và bên ngoài hạn chế nhiều quá là điều không tốt cho sức khỏe. Thỉnh thoảng (15 phút hay nửa giờ) cũng cần phải mở cửa phòng để "đuổi" bớt không khí "tù hãm" trong phòng và "hứng" khí sạch từ bên ngoài. Mở cửa khoảng vài phút là được.

Điều chỉnh nhiệt độ vừa phải

Chỉnh nhiệt độ càng thấp, máy lạnh tiêu



thụ điện càng nhiều hơn. Chỉnh nhiệt độ tùy vào khả năng thích ứng của mỗi người. Tuy nhiên, nếu nhiệt trong phòng chênh lệch quá lớn so với bên ngoài là điều không có lợi cho sức khỏe. Vào mùa nắng, nên chỉnh nhiệt thấp hơn so với môi trường khoảng 10 độ C là được.

Chỉnh hướng gió

Ở máy lạnh có những cánh để điều chỉnh hướng gió sang trái hoặc phải, hướng lên trên hoặc xuống. Do ảnh hưởng độ quay của quạt và vị trí của các ống dẫn hơi lạnh bên trong, nên đa số máy điều hòa nhiệt độ đều có xu hướng thổi hơi lạnh nhiều hơn về một phía của phòng. Bạn nên điều chỉnh hướng thổi lạnh vào khu vực cần thiết của phòng (giường tủ, bàn làm việc...). Từ đó, có thể chỉnh nhiệt độ ở mức tối ưu nhất.

Thường xuyên vệ sinh máy

Các bụi bẩn bám và tích tụ vào bề mặt dàn nóng, dàn lạnh, lưới lọc... làm trở ngại cho việc trao đổi nhiệt, làm máy chậm lạnh. Việc vệ sinh dàn nóng, dàn lạnh ở máy lạnh hơi phức tạp và có liên quan đến an toàn điện. Bà con có thể nhờ thợ điện lạnh bảo dưỡng định kỳ (khoảng 6 tháng/lần). Còn lưới lọc bụi, vệ sinh dễ dàng hơn, khoảng một tháng/lần. Bà con có thể tự làm, tháo ra và rửa sạch bằng bàn chải và xà bông.

VĂN CHUONG

Thử nghiệm sản phẩm áo phao chống đạn, tấm chống đạn

Trung tâm Phát triển công nghệ cao thuộc Viện Hàn lâm KH&CN Việt Nam vừa phối hợp với Viện Kỹ thuật Hóa sinh và Tài liệu nghiệp vụ, Tổng cục Hậu cần - Kỹ thuật, Bộ Công an tổ chức bắn thử nghiệm sản phẩm áo phao chống đạn và tấm chống đạn. Đây là hai sản phẩm mới lần đầu được nghiên cứu chế tạo và thử nghiệm tại Việt Nam.



Kiểm tra kết quả áo phao sau khi bắn thử nghiệm

Ngày 21/5/2015, trước sự chứng kiến của lãnh đạo Viện, Ban Kế hoạch Tài chính, Ban Ứng dụng và Triển khai công nghệ, Văn phòng Viện Hàn lâm KH&CN Việt Nam cùng lãnh đạo Tổng cục Hậu cần - Kỹ thuật, Bộ Công an; Trung tâm Phát triển công nghệ cao đã phối hợp với Viện Kỹ thuật Hóa sinh và Tài liệu nghiệp vụ, Tổng cục Hậu cần - Kỹ thuật, Bộ Công an tổ chức bắn thử nghiệm sản phẩm áo phao chống đạn và tấm chống đạn. Đây là hai sản phẩm mới lần đầu được nghiên cứu chế tạo và thử nghiệm tại Việt Nam.

Hai sản phẩm này

thuộc hợp phần I: Nghiên cứu phát triển công nghệ chế tạo vật liệu tổ hợp bền, nhẹ, ứng dụng trong sản xuất các thiết bị, dụng cụ đặc chủng trang bị cho người lính của Dự án khoa học công nghệ trọng điểm cấp Viện Hàn lâm KH&CN Việt Nam “Nghiên cứu phát triển công nghệ và chế tạo vật liệu mới ứng dụng trong An ninh - Quốc phòng”, mã số: VAST.TĐ.AN-QP.01/14-16.

Các sản phẩm đã được bắn thử nghiệm khả năng chống đạn súng ngắn K59, K54, tiểu liên AK47. Kết quả bắn thử nghiệm cho

thấy khả năng chống đạn của áo phao chống đạn và tấm chống đạn rất tốt, không những thế sản phẩm mới này còn giảm trọng lượng so với sản phẩm nhập ngoại cùng chủng loại xấp xỉ 20%. Trong thời gian tới, Trung tâm Phát triển công nghệ cao sẽ cùng Viện Hóa sinh và Tài liệu nghiệp vụ, Tổng cục Hậu cần - Kỹ thuật, Bộ Công an tiếp tục tổ chức bắn thử nghiệm các sản phẩm còn lại thuộc hợp phần dự án như: lá chắn chống đạn, mũ bảo hiểm, bộ ốp chân tay...

VĂN CHƯƠNG

Trồng cây dược liệu gắn với du lịch sinh thái

Với lợi thế là vùng cao nguyên có khí hậu mát mẻ, hai huyện Mộc Châu và Vân Hồ của tỉnh Sơn La đang triển khai nhiều mô hình phát triển trồng cây dược liệu, đồng thời gắn với du lịch sinh thái, nghỉ dưỡng.

Hiện nay, huyện Mộc Châu đã có 116 mô hình phát triển nông, lâm nghiệp, trong đó riêng năm 2014 đã xây dựng được 95 mô hình. Tại huyện Vân Hồ, Công ty Cổ phần thương mại công nghệ Bình Minh (Hà Nội) đã trồng 148ha dược liệu, gồm cây đương quy, rau má mèo, kỳ tử, bạch truật, đẳng sâm, sa nhân, tỏi giống tại bản Hang Trùng, xã Vân Hồ và Lũng Luông.

Công ty đã tuyển thêm 27 lao động là người địa phương với mức lương khởi đầu 3 triệu đồng/người/tháng. Đồng thời chuyển giao kỹ thuật cho 55 hộ dân cùng tham gia sản xuất. Công ty tiếp tục vận động các hộ ở 2 xã Vân Hồ và Chiềng Yên trồng cây dược liệu ngay từ vụ đông theo hình thức công ty cấp giống, hướng dẫn kỹ thuật và thu mua sản phẩm, nhằm mở rộng diện tích phát triển cây dược liệu gắn với phát triển du lịch sinh thái, du lịch nghỉ dưỡng tại địa phương.

Còn ở bản Bun, thị trấn Nông trường Mộc Châu (huyện Mộc Châu) mô hình nuôi trồng đông trùng hạ thảo - một loại nấm dược liệu quý hiếm, do Công ty cổ phần Cao Nguyên thực hiện, mang lại hiệu quả kinh tế cao. Đây là đơn vị đầu tiên ở tỉnh Sơn La triển khai mô hình này. Dự án được thực hiện từ tháng 4/2014, đến nay đã cho 2 đợt thu hoạch, chất lượng dược đánh giá cao, với giá bán bình quân 20 triệu đồng/kg sản phẩm tươi.

Bên cạnh đó là mô hình trồng nấm xuất



khẩu tại Tiểu khu 1, xã Mường Sang (Mộc Châu), áp dụng công nghệ hiện đại, sản xuất trên 2.000 bịch trồng nấm mỗi ngày, hiện nay chủ cơ sở còn liên kết với các hộ dân trong vùng mở rộng mô hình và giúp đồng bào bảo tiêu sản phẩm.

Đánh giá ban đầu của UBND tỉnh Sơn La cho thấy, với tiềm năng lợi thế về đất đai, khí hậu, việc phát triển cây dược liệu đã góp phần khai thác tốt tiềm năng lợi thế vùng cao nguyên Mộc Châu, mang lại thu nhập cao, bền vững cho đồng bào các dân tộc, góp phần tích cực trong xóa đói giảm nghèo, xây dựng nông thôn mới.

Từ nay đến năm 2020, tỉnh Sơn La đẩy mạnh việc quy hoạch phát triển trồng cây dược liệu, đặc biệt là quy hoạch vùng cao nguyên Mộc Châu phát triển dược liệu theo hướng sản xuất hàng hóa quy mô lớn, phát triển vùng nuôi trồng cây, con làm thuốc; bảo hộ, bảo tồn nguồn gen và phát triển những loại dược liệu quý hiếm, đặc hữu trên cơ sở tăng cường đầu tư kỹ thuật, công nghệ tiên tiến, phân đầu tạo ra các vùng chuyên canh (rau, hoa, cây dược liệu quý, cây công nghiệp ngắn ngày...) nhằm cung cấp các sản phẩm sạch cho thị trường, đồng thời gắn phát triển kinh tế với phát triển du lịch, nghỉ dưỡng, thu hút đầu tư vào địa bàn tỉnh.

VŨ ĐÁN

Cải tạo hồ lấy nước trồng sầu riêng

Để khắc phục hiện tượng cây sầu riêng thiếu nước héo lá trong mùa khô, ông Nguyễn Minh Giám, Chủ nhiệm HTX Đoàn Kết (Buôn Ma Thuột) đã nghĩ ra sáng kiến “bắt đôi ngậm nước” khá hiệu quả.

Để có nước tưới vườn cà phê hơn 200ha của HTX Đoàn Kết và vườn của dân quanh lòng hồ, cách nay gần 20 năm, ông Nguyễn Minh Giám, Chủ nhiệm HTX, đã cho máy ủi, ủi sâu 2 - 3m trong lòng hồ, đất bùn được vun lên thành bờ đường. Hồ nước rộng 10ha giúp dự trữ nước nhiều hơn, dân trồng cà phê và hoa màu khu vực ven hồ không còn quá lo lắng hồ hết nước như trước. Có nước tưới thường xuyên, vùng cà phê và các vườn rau màu ở phường Tân Lập xanh tốt hơn các năm trước rất nhiều. Để ghi nhớ công lao người cải tạo hồ nước, người dân lấy tên của ông đặt tên cho hồ. Điều ấn tượng là “hồ ông Giám” được đưa vào bản đồ vệ tinh trực tuyến của TP Buôn Ma Thuột và tỉnh Đắk Lắk.

Tin tưởng có nguồn nước tưới quanh năm, trong khi cà phê đã hết chu kỳ

kinh tế (già cỗi, năng suất thấp), Ban Chủ nhiệm HTX Đoàn Kết đã đến Viện Cây ăn quả miền Nam nhờ tư vấn trồng xen sầu riêng; khi sầu riêng cho thu hoạch thì đồn cà phê.

Hai giống sầu riêng ngon được chọn là Ri 6 và hạt lép Chín Hóa được đánh bồn trồng trên 100ha cà phê. Được che bóng và tưới mát, sầu riêng phát triển khá tốt. Nhưng trồng trên đồi cao, khi cây sầu riêng lớn, hiện tượng cây thiếu nước héo lá từ sau buổi trưa từ giữa mùa khô đã xuất hiện, cho dù ông Giám đã chỉ đạo tăng số lần tưới từ 1 lần/tuần lên 2 lần/tuần.

Đồi cao đất dốc, nước mưa tuột hết xuống hồ nên sầu riêng mới thiếu nước; muốn sầu riêng đủ nước chỉ có cách bắt đôi ngậm nước, giữ nước trong lòng đồi. Nghĩ vậy, trong những trận mưa lớn, ông già trên 70 tuổi xắn quần cùng các đội trưởng dầm mưa, leo đồi, lội suối nghiên cứu các dòng chảy và thiết kế tạo dòng chảy và đào hố hứng nước mưa. Ông muốn chặn dòng nước mưa, không cho chảy tuột xuống hồ mà cho thấm vào lòng đồi. Việc này không những chống hiện tượng “nước đổ đầu



Hồ ông Giám quanh năm có nước

vịt” mà còn chống rửa trôi, xói mòn.

Năm này qua năm khác, từ đỉnh đồi xuống lưng chừng đồi, ông Giám đã cho đào rất nhiều hố chứa nước mưa, vách lát tấm đan chống lở. Kết quả là đưa được nước mưa thấm vào đồi, sầu riêng không còn bị hốc như trước. Số lần tưới nước trong năm giảm xuống đáng kể, thuận lợi cho chăm phân bón thuốc, vườn cây bình ổn, cho trái nhiều, trái to hơn.

Công trình dự trữ nước trong lòng đồi sầu riêng hoàn thành lại tác động tích cực vào hồ. Quanh năm, mức nước trong “hồ ông Giám” thường ở mức cao và bình ổn. Ngay cả trong mùa khô, lúc nào hồ cũng đủ nước tưới cho tiểu vùng nông nghiệp quanh hồ và hiện tượng hồ “trơ đáy” trước kia đã đi vào dĩ vãng.

SỸ NGUYỄN

Lúa nhiễm bệnh lạ

Vừa “dập” xong bệnh đạo ôn, nhiều nông dân ở Nghệ An lại phát hoảng khi phát hiện hiện tượng đỏ đuôi xuất hiện trên lúa xuân đúng vào giai đoạn làm đòng...

Tình trạng này xảy ra cục bộ tại nhiều huyện như Thanh Chương, Đô Lương, Yên Thành, Hưng Nguyên... Ông Nguyễn Doãn Hưng ở xóm 10, xã Thanh Khai (Thanh Chương) cho biết: Vụ xuân 2015, gia đình ông trồng 1 sào lúa GS9. Cách đây 1 tuần, một vài khóm lúa xuất hiện màu đỏ và khô trên đuôi lá sau đó lan dần xuống cuống lá. Đến nay, cả thửa ruộng đã đỏ ong gần hết phần ngọn giống như lúa bước vào thời kỳ chuẩn bị thu hoạch. Do lần đầu tiên thấy bệnh lạ nên ông Hưng rất lo lắng, phân vân chưa biết sử dụng loại thuốc bảo vệ thực vật nào để phòng trừ hiệu quả.

Được biết, bệnh đỏ đuôi còn xuất hiện trên một số giống lúa khác tại các huyện Thanh Chương, Đô Lương, Hưng Nguyên và Yên Thành. Ở Thanh Chương, có giống Khang dân 18, Thịnh Dục; ở Yên Thành, có giống HN6, Thiên ưu 8... Chi cục Bảo vệ thực vật tỉnh đã tổ chức lấy mẫu gửi ra trung ương để xét nghiệm nhưng chưa có kết quả nên các địa phương đang lúng túng trong việc tìm giải pháp phòng trừ.

Ông Lê Đình Thanh và ông Trần Doãn Hùng, Trưởng phòng NN&PTNT của 2 huyện Thanh Chương và Đô Lương đều có chung nhận định, đây là hiện tượng không đáng lo ngại, có thể do nông dân bón thiếu kali hoặc do thời tiết diễn biến phức tạp vào thời kỳ trước khi làm đòng khiến một số giống lúa nói trên đã phản ứng với khí hậu nhất là tại những thửa ruộng chua.



Ông Hưng lo lắng với căn bệnh mới xuất hiện trên cây lúa

“Chúng tôi đã khuyên cáo bà con nông dân sử dụng thuốc bảo vệ thực vật có trong danh mục, phun vào lúc tan sương để tăng thêm sức đề kháng cho cây lúa”, ông Thanh cho biết. Ông Nguyễn Văn Dương, Trưởng phòng NN&PTNT huyện Yên Thành xác nhận, đây là lần đầu tiên bệnh đỏ đuôi xuất hiện tại Yên Thành: “Có thể là do một số thửa ruộng gặp gió độc nên phát sinh hiện tượng này. Tất nhiên, lá lúa bị khô sẽ tác động rất lớn đến quá trình làm đòng của cây lúa và ảnh hưởng đến năng suất cuối vụ”.

Trước đó, vụ xuân 2015, bệnh vàng lùn xoắn lá đã xuất hiện trên cây ngô tại xã Xuân Tường (Thanh Chương) trên diện tích 130 ha ngô ven sông Lam, trong đó có 50ha nhiễm nặng. UBND xã Xuân Tường đã báo cáo Phòng NN&PTNT, Trạm Bảo vệ thực vật huyện để tìm hướng xử lý. Tuy nhiên, do chưa có thuốc đặc hiệu nên Trạm Bảo vệ thực vật huyện Thanh Chương đã hướng dẫn nông dân nhổ bỏ những cây ngô bị bệnh để tiêu hủy, đồng thời bón phân vi sinh qua lá, rải vôi và trồng dặm...

NAM PHAN

Bí quyết nuôi ngao lãi cao

Đó là bí quyết của anh Trần Bảo Kiêm (sinh năm 1962, ở phường Nại Hiên Đông, quận Sơn Trà, Đà Nẵng). Với diện tích 2ha ở vịnh Đà Nẵng, anh nuôi 10 tấn ngao giống, lợi nhuận bình quân khoảng 1 tỷ đồng/năm, tạo việc làm cho 5 - 6 lao động.

Anh Kiêm cho biết, trước đây anh làm nghề đi biển. Năm 1994, anh dồn sức nuôi tôm, cá mú nhưng thất bại. Đến năm 1998, anh bắt đầu chuyển sang nuôi ngao. Việc nuôi ngao đến với anh Kiêm rất tình cờ. Anh kể, có một người dân địa phương đầu tư đóng tàu đánh bắt, nhưng vỡ nợ rồi trốn ra Nam Định. Trong thời gian “trốn nợ” ở Nam Định, người đó đã học được nghề nuôi ngao và về lại Đà Nẵng bắt đầu nuôi ngao. Thấy nuôi ngao thuận lợi, anh Kiêm bắt chước bỏ vốn đầu tư nuôi thử. Lúc đó, dù chưa biết kỹ thuật nuôi ngao, ngao chết nhiều, nhưng một năm anh vẫn bỏ túi hơn 50 triệu đồng.

Từ đó, anh Kiêm bắt đầu tìm bãi ven vịnh Thọ Quang, Đà Nẵng để khai thác mở rộng diện tích nuôi ngao. Những năm đầu anh thu mua, tận dụng nguồn giống sẵn có ở địa phương nhưng nguồn giống không đủ. Sau khi đi tìm hiểu ở Thanh Hóa, Nam Định, đến năm 2000 anh đã mạnh dạn đầu tư thả giống ngao Nam Định, Thanh Hóa.

Nhờ chịu khó học hỏi kinh nghiệm nuôi ngao từ tỉnh bạn và tìm hiểu kỹ thuật nuôi trên mạng, hiện mỗi năm anh thả 10 tấn giống, sau khi trừ các khoản chi phí cho lãi ròng khoảng 1 tỷ đồng.

Anh Kiêm cho biết, anh nuôi ngao theo kiểu gỏi dầu, bãi nuôi anh chia làm 3 khu, ban đầu anh thả giống đều 3 khu, sau khi thu hoạch khu thứ 1, anh thả giống và tiếp tục thu hoạch khu thứ 2, 3. “Như vậy mới có ngao liên tục bỏ cho khách hàng” - anh giải thích.

Được hỏi bí quyết để nuôi ngao thành công, anh Kiêm cười bảo: “Thực ra nuôi ngao không khó. So với nuôi cá, nuôi tôm... nuôi ngao khỏe hơn nhiều vì nó ăn thức ăn tự nhiên. Tuy nhiên, nuôi ngao yêu cầu phải biết kỹ thuật, biết cách chọn địa điểm bãi thả ngao. Bãi thả phải có nền đất cát hoặc cát pha bùn, bằng phẳng, thủy triều lên xuống thường xuyên. Độ mặn ổn định trung bình 15 – 25 phần nghìn là thích hợp nhất, và phải chọn giống sao cho phù hợp. Không thả ngao vào những ngày mưa gió và chọn giống ngao có địa chỉ tin cậy”.

Theo anh Kiêm, giống ngao có nhiều loại, nhưng loại ngao trắng mang lại hiệu quả kinh tế rất cao. Đặc biệt, nếu khi cào lên đem phơi nắng khoảng 2 tiếng rồi thả xuống nuôi lại, ngao trắng cho năng suất rất cao, thịt lại thơm và đáp ứng thị hiếu người tiêu

dùng. Mùa này, mỗi ngày, bãi ngao của anh bán 3 - 4 tạ ngao thương phẩm, còn mùa hè có khi bán được cả tấn.

Chia sẻ dự định của mình, anh Kiêm cho biết, năm tới anh sẽ mở rộng bãi nuôi lên 30 tấn trên diện tích 5ha.

PHAN NAM

Anh Kiêm đang chọn ngao giống tốt



Bệnh nấm sương mai hại hành

Hành là một cây gia vị không thể thiếu cho các món ăn ngày thường và cả ngày Tết. Bệnh nấm sương mai hại hành phát sinh, phát triển mạnh trong điều kiện nhiệt độ ngày đêm thấp (18 - 25 độ C), đêm và sáng sớm có nhiều sương hoặc mưa nhỏ, ban ngày trời âm u ít nắng... Bởi vậy, bà con cần lưu ý để chăm sóc hành cho thu hoạch cao.

Triệu chứng: Vết bệnh phát sinh với hình thù bất định, màu trắng xám, sau to dần màu xám tím, gập ảm độ không khí cao thường hình thành một lớp bông xốp màu trắng trên mặt vết bệnh. Chính lớp bông xốp này là những bào tử phân sinh làm bệnh lây lan rộng, còn sợi nấm ăn sâu vào các tế bào thịt gây chết mô tế bào. Nguồn bệnh sẵn có trên đồng ruộng, củ giống, nguồn nước, phân tươi và không khí.

Điều kiện phát sinh phát triển: Bệnh phát sinh, phát triển mạnh trong điều kiện nhiệt độ ngày đêm thấp (18 - 25 độ C), đêm và sáng sớm có nhiều sương hoặc mưa nhỏ, ban ngày trời âm u ít nắng và độ ẩm không khí cao.



Ruộng hành chờ thu hoạch

Biện pháp phun trừ: Thường xuyên thăm đồng, nhận diện được triệu chứng bệnh hại. Đảm bảo độ ẩm thích hợp đạt khoảng 80% độ ẩm đồng ruộng (tức là lấy ngẫu nhiên một ít đất trên mặt luống ve trong lòng bàn tay ra hình con giun) bằng cách duy trì mực nước trong rãnh luống luôn ở lưng mát cá chân. Tiếp tục hòa tưới phân kali Phú Mỹ 1 - 2 lần (tùy theo tình hình sinh trưởng của từng ruộng) với lượng 2 - 3kg/sào/lần.

Phun trừ kịp thời khi 2 - 3% số khóm có vết bệnh vừa chớm phát sinh bằng một trong các loại thuốc đặc hiệu (RidomilGold

68WG, Amistar Top325SC hoặc Xanized 72WP) và chất bám dính HPC. Nồng độ pha với từng loại thuốc như sau: + RidomilGold 68WG, pha 35 - 40g thuốc và 1 gói bám dính HPC loại 20ml với 12 lít nước. + Amistar Top325SC, pha 12ml thuốc và 1 gói bám dính HPC loại 20 ml với 12 lít nước. + Xani zed 72WP, pha gói loại 20g thuốc và 1 gói bám dính HPC loại 20ml với 12 lít nước. Chú ý: Phun đều 12 lít nước thuốc cho 5 - 6 thước ruộng, phun vào chiều mát không mưa. Phun 2 lần, lần 2 cách lần 1 từ 2 - 3 ngày.

MINH NGỌC

Cây trồng giúp chống sạt lở đất

Trồng sung và si những nơi có nguy cơ sạt lở đất, lũ ống, lũ quét ở miền núi vùng cao dễ làm và không tốn kém. Chỉ sau 10 năm, chúng sẽ phát triển rất nhanh, bền vững. Chúng sẽ là những “chiến lũy xanh” bảo vệ đất đai, nương rẫy, bảo vệ những tuyến đường và cuộc sống của con người.

Sung và si là hai loại cây có bộ rễ ăn rất sâu, rộng và chắc. Nếu được trồng nhiều chúng sẽ có tác dụng trên diện rộng. Hai loại cây này đều dẻo dai chống chịu và thích nghi với mọi điều kiện khô hạn, nóng rét, úng lụt, gió bão. Chúng không kén đất, dễ gây giống, dễ trồng, vốn và công chăm sóc ít. Khi ra trái, chúng sẽ phát triển nhanh, rộng bằng cách phát tán quả chín chứa hạt đi khắp nơi.

Sung và si có thể lớn thành những cây cổ thụ cao to có tuổi thọ hàng trăm năm. Rễ, thân, cành, lá, quả chứa nhiều nước, lá xanh quanh năm, khả năng giữ độ ẩm trong đất, trong không khí và khả năng chống cháy rất cao. Sung và si không “xung khắc” với các cây khác. Ở những nơi có sung và si phát triển, đất đai màu mỡ, độ ẩm tốt và

các cây khác cũng phát triển tốt hơn. Trái của chúng còn là nguồn thức ăn tốt cho trâu, bò, dê, lợn và các loài chim thú. So với các loại cây khác thì sung và si cũng ít bị con người chặt phá hơn.

Sung có thể trồng ở những vị trí xung yếu như khe, rãnh, chân đường giao thông nơi giáp bờ sông, suối, men theo sườn taluy. Si có thể trồng trên đỉnh, sườn đồi núi. Mật độ khoảng cách của hai loại cây này là 2m/cây.

Trên tất cả các đồi núi, taluy (vạt dốc bên đường), nhà ở, bờ sông, suối, khe, ruộng - những nơi có nguy cơ sạt lở, lũ quét cao, đều có thể trồng nhiều sung và si để bảo vệ. Trên nương rẫy, sườn và đỉnh, bà con nên trồng si, chân rẫy trồng sung và tre.

Ngoài ra, theo ThS Kiều Tuấn Đạt, Viện Khoa học Lâm nghiệp Nam Bộ, một số loại cây như mù u, dái ngựa nước, dừa nước, bần chua, mái dầm... được cho là thực hiện tốt nhiệm vụ bảo vệ bờ sông rạch khỏi xói mòn, sạt lở do các tác nhân như kết cấu đất, gió bão, triều cường, sóng động lực, hướng dòng chảy, khai thác cát của con người.

NGUYỄN VĂN



Kinh nghiệm phòng chống cháy rừng mùa khô

Nhiều năm nay, mặc dù thời tiết có nhiều diễn biến phức tạp, nắng nóng kéo dài, nguy cơ xảy ra cháy rừng luôn trong tình trạng báo động. Song nhờ làm tốt công tác phòng chống cháy rừng (PCCR), nên huyện Sơn Hà, Quảng Ngãi không để xảy ra một vụ cháy rừng nào...

Sơn Hà, Quảng Ngãi có hơn 32 nghìn ha diện tích đất có rừng với 17.516ha rừng tự nhiên, 14.484ha rừng trồng trải rộng khắp các xã với nhiều điểm có nguy cơ cháy rừng cao. Để chủ động bảo vệ rừng trong mùa khô, huyện Sơn Hà đã triển khai đồng bộ các biện pháp cấp bách PCCR. Hằng tuần, thông qua hệ thống phát thanh của huyện, xã, chính quyền tuyên truyền sâu rộng trong nhân dân để thấy rõ tác hại của việc cháy rừng gây ra, đồng thời xây dựng các bảng cấp dự báo, phát tờ rơi, áp phích, chòi canh lửa tại các vị trí xung yếu dễ thông tin kịp thời, chính xác nhằm cảnh báo, dự báo đến từng địa phương có rừng, đơn vị chủ rừng các khu vực và đối tượng rừng có nguy cơ cháy cao. Mặt khác, huyện chuẩn bị lực lượng xung kích tại chỗ, phương tiện, hậu cần để sẵn sàng ứng cứu nếu có sự cố cháy rừng xảy ra.

Toàn huyện đã thành lập 16 ban chỉ huy, 114 tổ, với 1.911 thành viên tham gia PCCR. Trong đó, 14 xã, thị trấn có 77 tổ, đội với 1.072 người, ban quản lý rừng phòng hộ đầu nguồn Thạch Nham có 37 tổ, đội với 839 người. Lực lượng này thường xuyên tuần tra, kiểm tra, kiểm soát các khu

vực rừng có nguy cơ xảy ra cháy; tiến hành làm mới, phát dọn đường băng cản lửa, nhằm khoanh vùng, khống chế và hạn chế đến mức thấp nhất diện tích đám cháy (nếu có xảy ra cháy).

Ông Tạ Tiến, Hạt phó Hạt Kiểm lâm Sơn Hà, cho biết: Thời tiết nắng nóng như hiện nay chính là điều kiện thuận lợi để các vụ cháy rừng bùng phát. Đặc biệt, đây là thời điểm các hộ dân sống ở ven rừng thường xuyên đốt nương làm rẫy, nhất là khu vực tập trung nhiều đồng bào dân tộc thiểu số sinh sống. Theo quy định, người dân chỉ được đốt vào buổi sáng hoặc buổi chiều và phải có đường băng cản lửa cũng như người giám sát.

Trước tình trạng trên, Hạt Kiểm lâm đã phối hợp với chính quyền cơ sở tiến hành rà soát diện tích nương rẫy nhằm giúp đồng bào thâm canh các loại cây trồng có giá trị kinh tế. Theo đó, gắn trách nhiệm PCCR thông qua việc nhận khoán bảo vệ rừng bằng những quy ước và cam kết cụ thể đến từng hộ dân. Khi xảy ra cháy rừng, phương tiện chữa cháy chủ yếu là các dụng cụ thô sơ gồm: Rựa, nhánh cây, bình bơm cá nhân... nên việc khống chế đám cháy lây lan phải cần số đông lực lượng tham gia. Hiện nay, Hạt Kiểm lâm huyện Sơn Hà đã ký hợp đồng bảo vệ rừng trong 6 tháng mùa khô tại 13 xã, thị trấn và phân công cán bộ trực 24/24 giờ tại cơ sở vào những tháng cao điểm của mùa khô hanh (từ tháng 5 - 8).

CAO LƯƠNG



Cùng rút kinh nghiệm

Co thắt tâm vị phải phẫu thuật ngay

Cháu Hoàng Duy P. (5 tuổi ở Quảng Ninh) bị nôn nhiều và chỉ nôn lúc ngủ, có ngày nôn tới 16 lần. Ngoài ra, cháu còn có triệu chứng nuốt nghẹn thức ăn đặc và lỏng, thỉnh thoảng vùng cổ bị sưng nhưng lại tự xẹp xuống. Cháu P. nhập viện trong tình trạng nôn nhiều, nuốt nghẹn, thực quản giãn to, thể trạng suy dinh dưỡng nặng (5 tuổi, 13kg). Kết quả thăm khám, chụp X-quang và soi dạ dày bằng ống mềm cho thấy, cháu bị co thắt tâm vị. Các bác sĩ đã hội chẩn và quyết định tiến hành phẫu thuật bằng cách mổ cơ tâm vị, tạo van chống trào ngược dạ dày - thực quản. Hiện tình trạng sức khỏe của cháu đã ổn định, có thể ăn uống bình thường.

Lời bàn: Co thắt tâm vị hay còn gọi là co thắt thực quản, giãn



thực quản bẩm sinh là dị dạng đường tiêu hóa khá hiếm gặp ở trẻ nhỏ. Đặc điểm nổi bật của bệnh là tình trạng rối loạn hoạt động của thực quản. Đoạn cuối của thực quản nơi đổ vào dạ dày bị co thắt và hẹp lại, còn đoạn trên bị giãn to ra. Nếu không được phát hiện và điều trị kịp thời có thể dẫn tới các biến chứng như: viêm loét thực quản, sẹo xơ gây chít hẹp thực quản thậm chí tử vong đột ngột do phản xạ tim mạch hay dây thần kinh X, do ngạt thở vì trào ngược thức ăn vào khí quản, hay do suy dinh dưỡng ở giai đoạn muộn. Khi thấy trẻ có các triệu chứng như cháu P, cần đưa trẻ đến các cơ sở y tế để được thăm khám và điều trị kịp thời.

BS NGUYỄN VŨ

Nuốt phải đầu bút bi, bé đi bệnh viện gấp

Cháu Nguyễn Văn N. (7 tuổi ở Thái Bình) vô tình nuốt phải phần đầu nhựa bút bi, ho sặc sụa. Sau 2 ngày, cháu đột nhiên lên cơn khó thở, phải cấp cứu vì dị vật bị kẹt lại trong phổi. Cháu được đưa đi cấp cứu ở bệnh viện tuyến trung ương trong tình trạng khó thở nặng, người lệch sang phải, đi lại khó khăn. Bố mẹ cháu cho biết gia đình đã biết ngay khi cháu nuốt phải đầu bút bi nhưng thấy cháu không sao nên không đưa cháu đi viện. Tại bệnh viện, sau khi thăm khám, cho chụp X-quang thấy một phần phổi bên phải có tình trạng xẹp, các bác sĩ đã tiến hành nội soi gấp dị vật. Sau 12 tiếng, cháu N. hết khó thở, thông khí 2 phổi tốt, đi lại được bình thường.



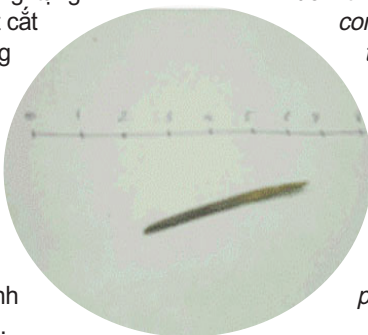
Lời bàn: Nuốt phải dị vật là tai nạn rất hay gặp ở trẻ nhỏ. Vì thế, cha mẹ phải luôn để mắt đến các trẻ, tuyệt đối không để trẻ chơi những loại đồ chơi, vật dụng mà trẻ có thể nuốt hoặc bị hóc. Nếu nghi ngờ trẻ nuốt dị vật phải nhanh chóng đưa đến bệnh viện để được cấp cứu, gấp dị vật ra, không nên chủ quan như gia đình cháu N. khiến trẻ nguy hiểm đến tính mạng.

BS NGUYỄN VŨ

Cùng rút kinh nghiệm

Ngậm tăm găm thủng dạ dày

Anh Tào Văn B. (23 tuổi ở Củ Chi, TPHCM) được cấp cứu trong tình trạng lên cơn sốt và đau bụng dữ dội. Tại bệnh viện, các bác sĩ thăm khám thấy bệnh nhân có biểu hiện của tình trạng thủng tạng rỗng. Kết quả chụp CT 160 lát cắt phát hiện dị vật dài khoảng 3cm gây 2 vết thủng, một ở dạ dày, một ở đại tràng. Bằng phương pháp mổ nội soi, các bác sĩ lấy dị vật là nửa cây tăm tre có một đầu nhọn, khâu lỗ thủng dạ dày, khắc phục chỗ lỗ thủng đại tràng. Sau 3 ngày điều trị, bệnh nhân khỏe, tỉnh táo hoàn toàn.



Lời bàn: Đây là trường hợp thủng dạ dày nếu không kịp thời phẫu thuật lấy dị vật ra ngay có thể sẽ gây nhiều biến chứng rất phức tạp, gây nhiễm trùng huyết nguy hiểm đến tính mạng bệnh nhân. Bà con cần phải hết sức cẩn thận trong ăn uống, đặc biệt là đối với trẻ em, vì khi dị vật rơi vào đường tiêu hóa, hệ hấp đều dễ nguy hiểm đến tính mạng. Phải đến bệnh viện khám ngay khi nghi ngờ nuốt hoặc hít phải vật lạ vào cơ thể.

BS NGUYỄN VŨ

Thoát vị bẹn không nên thẹn thùng

Ông T.V.B. (70 tuổi ở Quảng Bình) cho biết, cách đây ba năm ông đi khám tổng quát và tình cờ phát hiện mình bị thoát vị bẹn hai bên với các biểu hiện khối thoát vị phồng to, đi lại khó khăn và nặng ở vùng bẹn. Theo ông B., các triệu chứng này đã xuất hiện từ 20 năm trước nhưng do thẹn và không nghĩ đó là bệnh bởi vùng bẹn tự xẹp xuống khi nằm hoặc lấy tay đẩy lên. Ông B. đã phẫu thuật và trở về lao động bình thường. Vài tháng sau, ông B. lại thấy vùng bẹn gia tăng kích thước khi ho hoặc lao động nặng nên được mổ lần hai. Đến đầu năm 2015, bệnh tái phát cả hai bên với các biểu hiện tương tự trước đó và đau nhiều ở vùng bẹn. Ông B. được Bệnh viện Trường Đại học Y dược Huế phẫu thuật bằng phương pháp đặt tấm lưới nhân tạo có nút cả hai bên, sau hai tuần điều trị ông đã xuất viện.

Lời bàn: Có nhiều nguyên nhân dẫn đến thoát vị bẹn, trong đó có nguyên nhân bẩm sinh và nguyên nhân mắc phải. Bệnh thường xảy ra ở người làm các công việc nặng nhọc hoặc quá sức; các bệnh lý trong ổ bụng đưa đến thoát vị bẹn, mắc bệnh sau các phẫu thuật cắt ruột thừa, gây xương chậu... Thoát vị bẹn được chia làm ba loại: thoát vị bẹn trực tiếp, gián tiếp và phối hợp. Tùy theo cơ sở điều trị, tình trạng bệnh nhân cũng như lứa tuổi mà các bác sĩ sẽ chọn phương pháp điều trị tối ưu. Nếu không được điều trị, bệnh có thể xảy ra các biến chứng nghẽn, nghẹt, tắc ruột, hoại tử ruột... dẫn đến tử vong. Nếu điều trị sớm có thể giảm các biến chứng tái phát, teo tinh hoàn, sa tinh hoàn, tràn dịch màng tinh hoàn, rối loạn cảm giác vùng bìu. Do vậy, khi có các biểu hiện trên, dù trẻ em hay người lớn nên đi khám để được tư vấn và phẫu thuật vì bệnh không tự khỏi được.

BS NGUYỄN VŨ

Phòng bệnh khi giao mùa thu đông

Tiết trời chuyển thu sang đông nhiệt độ thay đổi thất thường, nắng hanh khô và có nhiệt độ cao tương đối vào ban ngày, trời se lạnh vào buổi tối cùng với sương mù sáng sớm. Thời tiết thay đổi đột ngột, lúc khô hanh lúc ẩm ướt, tạo điều kiện thuận lợi cho vi khuẩn gây bệnh sinh sôi và chính là thời điểm làm bộc phát các bệnh ở trẻ.

Với kiểu thời tiết này, trẻ dễ mắc một số bệnh liên quan đến đường hô hấp như viêm phế quản, viêm họng cấp tính, cảm cúm hoặc một số bệnh về đường tiêu hóa như tiêu chảy; bệnh về xương khớp như viêm khớp, thấp khớp.

Để phòng tránh bệnh lúc giao mùa, bà con nên bổ sung lượng nước cho cơ thể và chế độ thực phẩm hợp lý bởi nước giúp thanh lọc cơ thể, nâng cao sức đề kháng. Vì thế cần đảm bảo từ 2 - 2,5 lít/1 người/1 ngày.

Bổ sung các loại Vitamin và các chất đề kháng cho cơ thể vì vitamin có vai trò tăng cường sức đề kháng toàn diện và tăng cường khả năng miễn dịch cho cơ thể. Thực phẩm



Rửa tay với xà phòng để tránh nhiễm khuẩn

chứa kẽm có trong sò, lòng đỏ trứng gà, đậu hà lan, củ cải, thịt lợn, thịt bò... tăng khả năng đề kháng cho cơ thể, phục hồi các tế bào bị tổn thương, giúp các tế bào bạch cầu chống nhiễm trùng. Bổ sung một số acid béo như axit béo Omega-3: Có nhiều trong các loại cá giàu chất béo (cá hồi, cá thu, cá trích, cá mòi, cá ngừ, cá trống), có khả năng ngăn chặn phản ứng của hệ miễn dịch gây ra chứng viêm khớp và làm thuyên giảm các triệu chứng của bệnh.

Đồng thời, bà con nên tạo thói quen vệ sinh cá nhân tốt, rửa tay với xà phòng. Không nên ăn sống, ăn đồ lạnh, nên ăn thức ăn chín, uống nước sôi, rửa sạch chân tay, đặc biệt là phải rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh; ra ngoài nhất định phải

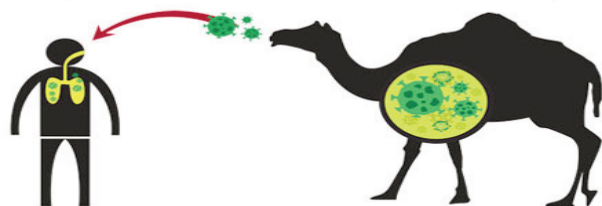
chú ý tới vấn đề vệ sinh và an toàn thực phẩm. Khử trùng bát đĩa, dụng cụ dùng trong ăn uống (thớt, kéo, máy nghiền, các đồ đựng) vệ sinh sạch sẽ sau khi dùng, trước khi dùng nên khử trùng.

Bảo quản thức ăn tốt, thức ăn đặt trong tủ lạnh nên để trong hộp sạch sẽ, trong điều kiện không có tủ lạnh thì không nên lưu trữ thức ăn, ăn đồ tươi hàng ngày. Phải nấu kỹ trước khi ăn. Giữ bầu không khí trong lành trong nhà bằng cách đóng các cửa sổ, khiến cho không khí trong nhà không lưu thông có thể giảm thiểu cơ hội cảm nhiễm của khuẩn bệnh. Không nên tới bệnh viện tập trung nhiều bệnh nhân, hạn chế tới những nơi công cộng, giảm thiểu tiếp xúc cơ hội tiếp xúc với người bị bệnh tiêu chảy.

THÙY LINH

Sự lây lan nguy hiểm của Mers-Cov

Cũng giống như nhiều bệnh truyền nhiễm do virus, MERS gây tử vong đối với những người đã bị bệnh nặng. Trong số những người đã chết ở Hàn Quốc sau khi được chẩn đoán mắc MERS, các bệnh nhân đã chết do có tiền sử mắc các bệnh từ trước, bao gồm cả ung thư, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính và bệnh tim mạch.



MERS-COV

Middle East Respiratory Syndrome

Cảnh báo dịch bệnh Mers-Cov

Hầu hết bệnh nhân mắc Hội chứng MERS-CoV phát triển bệnh hô hấp cấp tính nặng với các triệu chứng sốt (có thể sốt cao), ho và khó thở. Một số trường hợp có triệu chứng về rối loạn tiêu hóa (đau bụng, tiêu chảy, buồn nôn và nôn). Chính vì vậy, khi có các biểu hiện trên, người bệnh không được chủ quan, cần đến cơ sở y tế để được tư vấn, cách ly và điều trị kịp thời.

Hội chứng viêm đường hô hấp cấp vùng Trung Đông (MERS) được phát hiện lần đầu tiên vào năm 2012 và đã lây lan sang các nước Pháp, Đức, Italy, Tunisia, Anh. Đã có 26 quốc gia ghi nhận có bệnh nhân mắc bệnh này, trong đó, khu vực Trung Đông và châu Âu: Mỗi khu vực có 9 quốc gia, châu Phi có 3 quốc gia,

châu Mỹ có 1 quốc gia và có 4 nước châu Á (Malaysia, Philippines, Trung Quốc và Hàn Quốc).

Theo Tổ chức Y tế Thế giới, những người sống ở những vùng đã có mầm bệnh Coronavirus gây MERS, nếu chưa có kháng thể chống lại chúng hoặc mắc các bệnh đái tháo đường, suy thận, các bệnh về tim, phổi mạn tính, bệnh thiếu hụt miễn dịch, đáp ứng miễn dịch kém, rất dễ mắc bệnh này.

Các nhà khoa học Anh và Ả-rập Xê-út (ArabSaudi) vừa thông báo kết quả phân tích gene của một số mẫu virus gây Hội chứng MERS-CoV cho thấy, căn bệnh này từng lây từ động vật sang người. Tuy vậy, hiện nay, nhiều nhà khoa học trên thế giới cũng đang tiến hành nghiên cứu về MERS trên

các loài vật mang bệnh tiềm tàng như dê, cừu, chó, mèo, các loài gặm nhấm... Một số nghiên cứu gần đây cho rằng, loại virus này bắt nguồn từ dơi và lạc đà, song vẫn chưa có bằng chứng chắc chắn để khẳng định loài nào là "vật chủ trung gian truyền bệnh" chính của MERS.

Thực tế là các nhà khoa học không biết nhiều về MERS. Đó là một hội chứng bệnh tương đối mới và hiện không có thuốc chữa ngừa hoặc chữa bệnh. Và các cơ chế lây truyền chính xác của MERS vẫn chưa được biết đến. Tuy vậy, bà con cần theo dõi các thông tin về dịch bệnh này để biết cách phòng tránh chủ động. Đồng thời, thực hiện thói quen ăn chín uống sôi, không ăn thịt động vật bị bệnh, rửa tay với xà phòng diệt khuẩn thường xuyên.

THÙY LINH

Áp dụng thành công kỹ thuật oxy hóa máu qua màng ngoài cơ thể

Bệnh viện Chợ Rẫy TPHCM đã triển khai và áp dụng thành công kỹ thuật oxy hóa máu qua màng ngoài cơ thể (còn gọi là kỹ thuật ECMO) trong điều trị hội chứng suy hô hấp cấp và viêm cơ tim cấp nhằm hỗ trợ hô hấp và tuần hoàn trong khi chờ đợi sự phục hồi chức năng của phổi và tim.

Đây được xem là biện pháp cứu cánh cuối cùng trong điều trị và hồi sức cấp cứu đối với những bệnh nhân mắc bệnh hiểm nghèo. Bệnh nhân nữ N.T.A. (34 tuổi, là công nhân Khu công nghiệp Tân Bình) nhập viện Bệnh viện Chợ Rẫy TPHCM trong tình trạng mệt và khó thở. Tại đây, bệnh nhân được các bác sĩ chẩn đoán là viêm cơ tim do virus choáng tim nặng và tim bị suy giảm sức co bóp, suy đa cơ quan. Sau đó, bệnh nhân được chuyển vào Khoa Hồi sức cấp cứu của bệnh viện với tình trạng huyết áp tụt rất thấp, không nâng lên được mặc dù đã phải duy trì thuốc vận mạch liều cao, kèm với thuốc tăng co bóp cơ tim. Suy hô hấp của bệnh nhân phải hỗ trợ bằng



Ảnh minh họa

máy thở, các cơ quan khác trong tình trạng suy rất nặng, do giảm tưới máu hậu quả của tình trạng suy tim nặng và kéo dài. Bệnh nhân còn xuất hiện thêm tình trạng rối loạn nhịp nguy hiểm (rung thất) được shock điện chuyển nhịp tim rất nhiều lần.

Với bệnh lý suy tim nặng và suy hô hấp của bệnh nhân này, các bác sĩ chỉ định sử dụng kỹ thuật ECMO. Nghĩa là máu được rút ra khỏi bệnh nhân từ một tĩnh mạch lớn và cho chạy qua một màng lọc (có chức năng giống như lá phổi, sẽ cho máu gắn kết với oxy) thuộc hệ thống máy ECMO, sau đó được đưa trở lại cơ thể bệnh nhân qua đường động mạch cùng với hồi sức tim phổi. Sau khi ECMO hỗ trợ, tình trạng huyết động của bệnh nhân ổn định dần,

tình trạng rối loạn nhịp cũng được kiểm soát đồng thời với thuốc chống rối loạn nhịp. Bệnh nhân diễn tiến tốt hơn được cai ECMO sau bảy ngày và ngày 11/4 đã xuất viện.

BS Trương Dương Tiến, Phó trưởng Khoa Hồi sức cấp cứu, Bệnh viện Chợ Rẫy TPHCM cho biết, kỹ thuật này được sử dụng trong trường hợp bệnh nhân bị suy hô hấp cấp nặng mà những phương pháp điều trị thông thường như thở máy không cải thiện được tình trạng oxy hóa máu. Bên cạnh đó, kỹ thuật này còn được sử dụng trong trường hợp viêm cơ tim, suy tim cấp mà các phương pháp cũ không cải thiện được huyết áp và huyết động của bệnh nhân. Trước đây, trong những trường hợp như thế này thì bệnh nhân sẽ tử vong. Chi phí một màng lọc hiện nay khoảng 85 triệu đồng, sử dụng trong khoảng 14 ngày. Chi phí này vẫn rẻ hơn so với các kỹ thuật lọc máu khác như lọc thận. Đây cũng là dịch vụ y tế kỹ thuật cao mới được áp dụng nên hiện bảo hiểm y tế vẫn chưa thực hiện thanh toán.

HỒNG NGÀ

Dầu dừa nguyên chất dễ gây viêm da

Hỏi: Tôi dùng dầu dừa nguyên chất để dưỡng ẩm da nhưng càng dưỡng càng nổi mụn. Vì sao?

ĐÀO NGỌC HUYỀN (Nghệ An)

Chị Đỗ Anh Thư, người nghiên cứu mỹ phẩm lâu năm thuộc Công ty TNHH Thực Mỹ Phẩm Grandpa's Garden, Hà Nội, trả lời: Dầu dừa là một trong những loại dầu thực vật có rất nhiều tác dụng trong việc dưỡng da như chống nấm ngoài da, điều trị chàm, vảy nến, dưỡng ẩm cho da rất hiệu quả, ngăn ngừa lão hóa... Tuy nhiên, tương tự collagen là có khối lượng nguyên tử lớn, vì thế khi bôi trực tiếp dầu dừa nguyên chất

lên da có thể khiến da hấp thu kém, bít lỗ chân lông dẫn đến nổi mụn.

Hơn nữa, dầu dừa sau khi bôi sẽ tạo nên lớp màng, nếu bôi không phù hợp có thể tạo thành nơi lưu giữ bụi bẩn, vi khuẩn trên da. Điều này cũng khiến da bị bít lại, vi khuẩn tấn công da gây nên viêm nhiễm... Nên dùng dầu dừa đã qua chế biến để dưỡng da, bởi thông qua quá trình này nhà sản xuất sẽ điều chế các thành phần phù hợp với làn da, cũng như có các chất bảo quản an toàn giúp dầu dừa không bị vi khuẩn xâm nhập, chống nhiễm khuẩn cho da.

HÀ TRANG (ghi)

Ảnh minh họa



Dùng thuốc gì điều trị cao huyết áp?

Hỏi: Tôi 74 tuổi, có bệnh tăng huyết áp. Số đo thường là 160 - 170/90 - 100mmHg. Tôi dùng thuốc "Hạ áp ích nhân" được không? Nếu không dùng được, tôi có thể dùng thuốc gì để chữa bệnh tăng huyết áp? Xin quý báo cho lời khuyên.

NGUYỄN CÔNG BẢN
(Yên Trạch, Phú Lương, Thái Nguyên)



Ảnh minh họa

BS Lê Quang Hồng,
Trung tâm Tư vấn 1088, trả lời: Bệnh cao huyết áp được mệnh danh là kẻ giết người thầm lặng, gây nhiều biến chứng diễn biến tiềm tàng đe dọa cướp đi sinh mạng, hoặc đẩy người bệnh vào tình trạng tàn phế. Cao huyết áp cũng là loại bệnh hiện nay chưa có biện pháp điều trị dứt điểm. Tuy nhiên, hoàn toàn có thể kiểm soát, kiềm chế tốc độ phát triển, ngăn ngừa các biến chứng xảy ra cho các phủ tạng như não, tim, thận... với điều kiện người bệnh có những hiểu biết nhất định, quản lý theo dõi, kiểm soát bệnh và kiên trì thực hiện các khuyến cáo của bác sĩ.

Với trị số huyết áp thường thấy ở cụ cho thấy, bệnh cao huyết áp ở cụ chưa được kiểm soát. Huyết áp động mạch ở cụ đã ở độ 2 trên 3 độ xếp loại của tăng huyết áp. Nhưng bệnh nặng nhẹ, tiên lượng xấu tốt, nguy cơ xảy ra tai biến dựa trên các số đo huyết áp, mà còn phải xem có kết hợp các yếu tố nguy cơ tim mạch nào khác nữa không (tiểu đường, rối loạn mỡ máu, dư thừa trọng lượng, nếp sống tĩnh tại, nghiện thuốc lá...), đồng thời bệnh đã có biến chứng chưa, 1

hay 2 - 3 biến chứng? Việc điều trị phải bao quát đầy đủ các yếu tố trên. Do tính chất nguy hiểm và phức tạp của bệnh, để đảm bảo an toàn, cụ nên thăm khám kiểm tra bệnh ở các phòng khám chuyên khoa tim mạch. Các bác sĩ sẽ xác định tình trạng và mức độ cụ thể và đề ra phương pháp điều trị thích hợp. Các thuốc men sử dụng phải thông qua sự chỉ định của bác sĩ trực tiếp theo dõi và điều trị cho mình, không nên dựa vào các thông tin quảng cáo để mua về sử dụng.

PV (ghi)

Cổng số 7 không gây mất mát trong nhà



Ảnh minh họa

Hỏi: Có một số ý kiến cho rằng ngôi nhà có cái cổng chính biểu tượng số 7 hay còn gọi là hình chữ L ngược sẽ không tốt cho gia chủ. Vì số 7 theo Hán tự là thất có nghĩa là mất, hoặc hình trông giống cái máy chém mang ý nghĩa sát thương. Điều này có đúng không?

Bạn đọc TRẦN XUÂN NAM (Hà Nội)

Chuyên gia phong thủy Phạm Cương, Công ty Cổ phần Nhà Xuân, trả lời: Vấn đề số 7 không chỉ liên quan đến kiến trúc ngôi nhà mà còn liên quan đến số điện thoại. Theo đó, không có con số nào cực xấu và không có con số nào cực đẹp. Số này đối với dân tộc này xui nhưng với dân tộc khác là hên. Ví dụ, số 13 ở châu Âu người ta kiêng nhưng ở Thái Lan số 13 là

rất hên. Cầu thủ nổi tiếng ở Thái Lan Kiatisak mang số 13. Cho nên, theo tôi, bỏ qua vấn đề ảnh hưởng của số 7.

Tuy nhiên, câu chuyện hình tượng cái máy chém hoặc cái lưới liềm thì lại mang nhiều ý nghĩa. Trong phong thủy hình ảnh hay hình tượng có vai trò không hề nhỏ. Phong thủy có câu hình nào khí đó, hình sát gây khí sát. Đây là vấn đề rất quan trọng và cần lưu ý trong phong thủy. Tốt nhất, khi làm nhà không nên sử dụng các bố cục hình khối không tốt trong phong thủy như tạo hình cây liềm và tránh góc nhọn chiếu vào nhà. Nên chọn các hình tượng đơn giản và vững chắc sẽ dễ đem đến khí cát lành và trường cửu cho căn nhà hơn.

VĂN ĐÀI (ghi)

Cây lưỡi hổ hấp thu 80% khí độc trong văn phòng

Hỏi: Tôi nghe nói cây lưỡi hổ có thể hấp thu khí độc trong văn phòng. Vậy mức độ hấp thu ra sao?

ĐINH XUÂN HANH (Hà Nội)

Cử nhân Trần Thị Mỹ Hạnh, Đại học Khoa học Tự nhiên, Đại học Quốc gia Hà Nội, trả lời: Cây lưỡi hổ có tên khoa học là *Sansevieria trifasciata*, họ Phất dụ *Dracaenaceae*. Ngoài ra, cây còn có tên khác như đơn lưỡi hổ, lưỡi hùm. Cây có đặc điểm là thực vật thân thảo lâu năm. Ra hoa vào khoảng tháng 11 – 12. Tốc độ sinh trưởng mạnh. Lưỡi hổ ưa nắng nhưng cũng chịu được râm, tuy nhiên tránh thay đổi ánh sáng đột ngột, nên để cây dần thích ứng.

Cây có khả năng chịu hạn tốt, nên để khô mới tưới nước. Từ những đặc điểm này, cây phù hợp trồng trong nhà như văn phòng làm việc, phòng khách hay phòng học...

Nói về khả năng hấp thu chất độc của cây, có nhiều nghiên cứu cho thấy, cây lưỡi hổ có khả năng giải phóng oxy, hấp thụ đến 80% các loại khí độc hại trong phòng như uranium, fomandêhit, tricloetylen, benzen, ethylether, hydrogen sunfit và vi hạt kim loại nặng... Trong nghiên cứu của tôi, cây lưỡi hổ có khả năng hấp thụ chất fomandêhit 189µg/m³kk/giờ, khả năng hấp thụ xylen 325µg/m³kk/giờ, khả năng hấp thụ amoniac 938µg/m³kk/giờ...

HÀ TRANG (ghi)



Kiểm tra lốp giúp lái xe an toàn

Hỏi: *Đối với xe máy, cần chú ý những vấn đề gì về lốp xe khi đi đường dài?*

TRẦN VĂN ĐÌNH (Hà Nội)

Ông Lê Văn Ninh,
Trung tâm Ứng dụng kỹ thuật Hà Nội, trả lời: Để đảm bảo an toàn khi vận hành xe, điều đầu tiên cần chú ý quan tâm về lốp là áp suất hơi. Áp suất hơi trong lốp ở mức hợp lý sẽ góp phần cho xe vận hành ổn định, dễ điều khiển, tăng tuổi thọ và góp phần tiết kiệm nhiên liệu khi xe vận hành. Bơm lốp xe đủ áp suất, tránh để hơi dưới mức

yêu cầu, có thể gây ra hiện tượng trượt hoặc vành lốp không ôm sát vành dẫn đến mất điều khiển. Do đó, việc kiểm tra áp suất của lốp và các chi tiết trên những chiếc bánh xe là việc mà bạn cần quan tâm thường xuyên, nhất là trước khi đường xa. Tuy nhiên cần chú ý kiểm tra áp suất lốp lúc lốp nguội, tức là trước khi cho xe vận hành.

Ngoài ra, nên thường xuyên kiểm tra độ mòn của lốp để đảm bảo an toàn khi vận hành xe, tránh trường hợp lốp quá mòn khi gặp ma

sát có thể làm nóng lốp, dẫn đến bục nổ, gây mất an toàn cho người ngồi trên xe. Nếu trên bề mặt lốp xuất hiện những vạch chéo thì có nghĩa là talông đã mòn tới mức tối thiểu và nên thay mới. Nên chọn thay loại lốp theo tiêu chuẩn và đúng thông số mà nhà sản xuất quy định cho mỗi loại xe, chọn lốp trước và sau đồng bộ về thiết kế. Sau khi thay lốp mới nên chạy ở tốc độ chậm để bề mặt lốp quen và bám mặt đường tốt hơn.

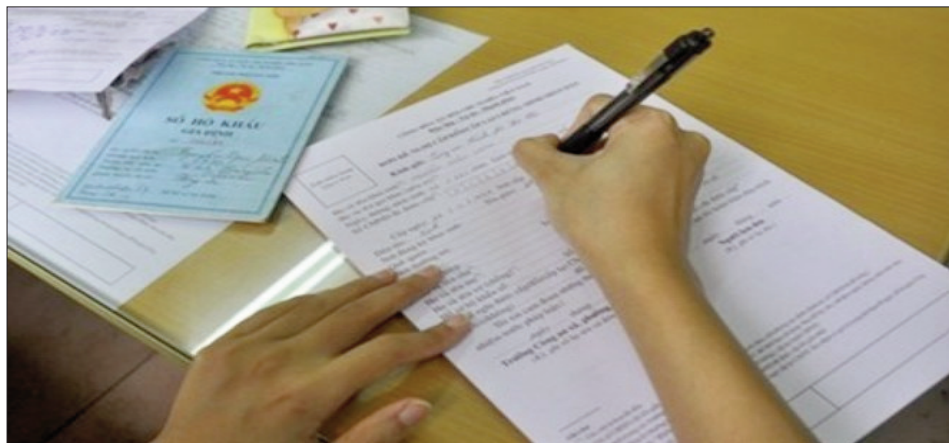
A.H (ghi)



Ảnh minh họa

Giải đáp thắc mắc về vấn đề xã hội

Thủ tục khai sinh cho trẻ tại Việt Nam có yếu tố nước ngoài



Hỏi: Tôi lấy chồng người Hàn Quốc và đang sinh sống ở nước ngoài. Tôi đã mang thai được 5 tháng và vợ chồng chúng tôi dự định sẽ sinh con ở Việt Nam. Tôi xin hỏi, khi tôi sinh con ở Việt Nam thì phải làm thủ tục khai sinh cho con như thế nào?

TỔ LAN (Hải Phòng)

LS Trần Mạnh Dũng, Luatsuvietnam.info, trả lời: Khoản 2, điều 49 nghị định 158 ngày 27/12/2005 của Chính phủ về đăng ký và quản lý hộ tịch quy định: "Việc đăng ký khai sinh cho trẻ em sinh ra tại Việt Nam, có cha hoặc mẹ là người nước ngoài, còn người kia là công dân Việt Nam định cư ở nước ngoài được thực hiện tại Sở Tư pháp, nơi cư trú của người mẹ". Theo Khoản 1 điều 50 nghị định 158/NĐ-CP quy định: "Người đi đăng ký khai sinh nộp giấy chứng sinh hoặc giấy tờ thay giấy chứng sinh theo quy định và xuất trình giấy chứng nhận kết hôn của cha, mẹ trẻ em (nếu cha, mẹ trẻ em có đăng ký kết hôn)".

Ngoài ra, theo điểm 1b mục III thông tư

01/TT-BTP ngày 2/6/2008 của Bộ Tư pháp hướng dẫn một số điều của nghị định số 158/NĐ-CP ngày 27/12/2005 quy định: "Trong trường hợp đăng ký khai sinh cho trẻ em sinh ra tại Việt Nam có cha hoặc mẹ là công dân Việt Nam, còn người kia là người nước ngoài, nếu cha, mẹ lựa chọn quốc tịch Việt Nam cho con thì phải có thỏa thuận bằng văn bản của cha, mẹ. Giấy thỏa thuận về việc chọn quốc tịch phải có xác nhận của cơ quan nhà nước có thẩm quyền của nước mà người nước ngoài là công dân về việc chọn quốc tịch cho con là phù hợp với pháp luật của nước đó. Trường hợp không có thỏa thuận của cha, mẹ về việc lựa chọn quốc tịch cho con (vì lý do cha, mẹ không liên hệ được với nhau) thì quốc tịch của trẻ là quốc tịch Việt Nam theo quốc tịch của người cha hoặc người mẹ là công dân Việt Nam".

Như vậy, bạn có thể liên hệ với Sở Tư pháp tỉnh nơi bạn cư trú để đăng ký khai sinh cho cháu bé.

HX (ghi)

Giải đáp thắc mắc về vấn đề xã hội

Thủ tục để xe được bảo hiểm

Hỏi: Xe tôi đang đi trên đường thì gặp tai nạn. Vậy muốn được bảo hiểm, tôi phải làm những thủ tục gì?

HOÀNG LÂM (Hà Nội)

Ông Phùng Đức Việt,
Giám đốc Trung tâm kiêm
Trưởng phòng Thông tin &
Dịch vụ Bảo hiểm AMG trả
lời: Trong trường hợp xe
của quý khách đã mua bảo
hiểm được thỏa thuận bằng
một hợp đồng hoặc giấy
chứng nhận bảo hiểm thì
thủ tục giải quyết bồi
thường sẽ do từng công ty
bảo hiểm đưa ra. Việc cần
làm ngay khi có tổn thất
xảy ra: Thực hiện các biện
pháp giảm thiểu tổn thất và
thu lại những tài sản bị mất
mát; Giữ nguyên hiện
trường/hiện trạng của tài
sản bị tổn thất. Mục đích là
để nhà bảo hiểm có thể
đánh giá và giải quyết
khiếu nại một cách nhanh
chóng và thỏa đáng. Liên
hệ ngay với số hotline, đại
lý, môi giới bảo hiểm hoặc
gửi trực tiếp thông tin đến
bộ phận chăm sóc khách
hàng của nhà bảo hiểm để
được tư vấn các bước làm.

Trong trường hợp tổn
thất, tai nạn liên quan đến
bên thứ 3, quý khách cần



Ảnh minh họa

lưu ý: Cung cấp thông tin
về bên thứ 2 (họ tên, địa
chỉ, điện thoại liên hệ); Bảo
lưu vai trò pháp lý của quý
khách bằng cách không
thừa nhận bất kỳ trách
nhiệm bồi hoàn nào. Công
ty bảo hiểm luôn có đội ngũ
giám định viên độc lập và
các luật sư chuyên xử lý
các vấn đề liên quan đến
yêu cầu bồi thường của bên
thứ ba.

Trong trường hợp tổn
thất đối với hợp đồng bảo
hiểm là xe cơ giới, ngoài
những việc cần làm ngay
khi có tổn thất xảy ra như

đã hướng dẫn ở trên, quý
khách cần báo cho công an
(trong vòng 24h) nếu có
người bị thương phải cấp
cứu đưa đi bệnh viện; Tai
nạn có liên quan đến
phương tiện của chính phủ;
Phương tiện bị mất cắp,
cướp hoặc phá hoại...

Trong vòng 10 ngày
làm việc, kể từ khi nhận đủ
hồ sơ liên quan đến tổn
thất hay báo cáo cuối cùng
của giám định viên độc lập,
nhà bảo hiểm sẽ thông báo
kết quả đến quý khách
hàng.

V.H (ghi)

