

Hồi sinh những dòng sông trong phố



SỐ 136

5/11/2015

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

Giảm lệ phí
cấp thị thực

.3



KHOA HỌC THƯỜNG THỨC

Tìm thấy gien
chống lão hóa da

.5

NÔNG - LÂM - NGƯ NGHIỆP

Máy thu gom
lúa đổ
đa năng

.11



SỨC KHỎE

Món ăn thuốc
từ cá diêu hồng

.23



GỖ CỬA NHÀ TƯ VẤN

Giải đáp thắc mắc về
vấn đề xã hội

.29+30

Giảm lệ phí cấp thị thực

Bộ Tài chính vừa ban hành Thông tư 157/2015/TT-BTC quy định chế độ thu, nộp và quản lý sử dụng lệ phí cấp hộ chiếu, thị thực, giấy tờ về nhập cảnh, xuất cảnh, quá cảnh và cư trú tại Việt Nam. Thông tư quy định mức thu đối với 2 đối tượng là công dân Việt Nam và người nước ngoài, người Việt Nam định cư tại nước ngoài.

Theo đó, các mức thu đối với người nước ngoài và người Việt Nam định cư ở nước ngoài được điều chỉnh như sau: Lệ phí thị thực có giá trị một lần giảm từ 45USD xuống 25USD; thị thực loại có giá trị đến 3 tháng giảm từ 95USD còn 50USD; loại có giá trị trên 3 - 6 tháng và loại có giá trị trên 6 tháng - 1 năm giữ nguyên là 95USD và 135USD. Thông tư bổ sung mức thu lệ phí cấp thị thực loại có giá trị trên 1 - 2 năm là 145USD; loại có giá trị trên 2 - 3 năm, trên 3 - 4 năm và trên 4 - 5 năm có mức thu chung là 155USD.

Lệ phí chuyển ngang giá trị thị thực, tạm trú còn giá trị từ hộ chiếu cũ sang hộ chiếu mới giảm từ 15USD còn 5USD; cấp thẻ tạm trú có giá trị trên 1 - 2 năm tăng từ 100USD lên 145USD; thẻ tạm trú có giá trị trên 2 - 5 năm tăng từ 120USD lên 155USD. Ngoài ra, việc sửa đổi, bổ sung các nội dung khác đã ghi trong thị thực thay vì phải trả lệ phí 10USD như trước đây thì sẽ không thu nữa.

Đối với công dân Việt Nam, lệ phí cấp hộ chiếu mới là 200.000đ, cấp lại do bị hư hỏng hoặc bị mất là 400.000đ. Lệ phí cấp giấy phép xuất cảnh là 200.000đ; cấp công hàm xin thị thực nhập cảnh nước đến là 10.000đ; cấp công hàm xin thị thực quá cảnh nước thứ ba là 5.000đ; cấp tem AB là 50.000đ; cấp giấy xác nhận yếu tố nhân sự là 100.000đ.



Ảnh minh họa

Lệ phí cấp giấy thông hành là 100.000đ. Riêng cấp cấp Giấy thông hành biên giới Việt Nam - Lào hoặc Việt Nam - Campuchia; Giấy thông hành xuất nhập cảnh cho nhân viên mậu dịch, cán bộ vùng biên giới Việt Nam sang vùng biên giới của Trung Quốc; Giấy thông hành nhập xuất cảnh cho công dân Việt Nam sang công tác, du lịch các tỉnh, thành phố biên giới Trung Quốc tiếp giáp Việt Nam là 50.000đ. Cấp Giấy thông hành xuất nhập cảnh cho dân cư ở các xã biên giới Việt Nam qua lại các xã biên giới Trung Quốc tiếp giáp Việt Nam có mức thu là 5.000 đồng.

Lệ phí xuất nhập cảnh thu bằng Việt Nam đồng. Đối với mức thu quy định bằng đôla Mỹ (USD) thì được thu bằng USD hoặc thu bằng Việt Nam đồng trên cơ sở quy đổi từ USD ra đồng Việt Nam theo tỷ giá mua, bán ngoại tệ bình quân trên thị trường ngoại tệ liên ngân hàng do Ngân hàng nhà nước Việt Nam công bố tại thời điểm thu tiền lệ phí.

Những mức thu này sẽ có hiệu lực từ 23/11/2015 và thay thế Thông tư số 66/2009/TT-BTC của Bộ Tài chính và các văn bản sửa đổi, bổ sung chế độ thu, nộp, quản lý và sử dụng lệ phí cấp hộ chiếu, thị thực, giấy tờ về nhập cảnh, xuất cảnh, quá cảnh và cư trú tại Việt Nam.

L.PHƯƠNG (Chinhphu.vn)

Khoa học lý thú

Kiến trúc ảnh hưởng đến cuộc sống

Ngay cả những yếu tố đơn giản nhất trong một ngôi nhà cũng có thể tác động mạnh mẽ đến suy nghĩ của những người sống bên trong nó.

Trần nhà cao kích thích tư duy trừu tượng

Tại Đại học Minnesota (Mỹ), 100 người được chia ngẫu nhiên vào các phòng có trần cao 2,4 hoặc 3m và được yêu cầu phân loại các môn thể thao trong một danh sách cho trước theo cách nào đó mà họ cho là hợp lý nhất. Cách sắp xếp của những người ở trong các phòng trần cao cho thấy, họ chú ý đến các yếu tố trừu tượng nhiều hơn. Các môn thể thao được xếp theo các nhóm dựa vào tính đối kháng hoặc mức độ yêu thích của chính họ. Trong khi đó, những người ở các phòng trần thấp lại chú ý đến các vấn đề cụ thể, thậm chí tỉ mỉ, ví dụ như số người chơi trong mỗi môn thể thao.

Kết quả này giúp kiến trúc sư đưa ra thiết kế phù hợp cho mỗi căn phòng dựa vào công năng sử dụng. Ví dụ, phòng mổ, phòng kế toán nên làm trần thấp vì đây là những công việc đòi



hỏi sự tập trung cao độ vào các chi tiết. Trong khi phòng làm việc cho những người làm nghệ thuật thì nên thiết kế trần cao vì họ cần suy nghĩ theo hướng tự do, cởi mở và trừu tượng.

Gắn gũi với thiên nhiên cải thiện khả năng tập trung

Cũng tìm hiểu về tác động của kiến trúc đến tư duy, các chuyên gia tâm lý môi trường Đại học Cornell lại chú ý đến yếu tố cảnh quan thiên nhiên trong mỗi công trình. Họ đã theo dõi một số trẻ em từ 7 - 12 tuổi sống trong các gia đình thường xuyên di chuyển nơi ở. Những em khi được chuyển đến nhà mới, có

điều kiện ngồi học gần cửa sổ có nhiều cây xanh đều cho thấy, khả năng tập trung cũng như kết quả học tập đều tăng lên. Một nghiên cứu khác do Đại học Illinois tiến hành với 99 trẻ em mắc bệnh thiếu tập trung cũng cho thấy, biểu hiện bệnh nhẹ nhất khi các em thường xuyên được ngắm cây xanh và không gian bên ngoài.

Còn tại Đại học Georgia, nghiên cứu với hơn 10.000 học sinh lớp 5 tại 71 trường tiểu học thì thấy rằng, những em được học trong các phòng có nhiều cửa sổ, với tầm nhìn mở rộng, có thể nhìn thấy sân vườn, đồi núi và các cảnh quan thiên nhiên... đạt điểm về từ vựng,

Ngữ văn và Toán cao hơn các bạn học ở các lớp mà cửa sổ ít hoặc nhìn ra đường phố, bãi đậu xe hay các cảnh quan đô thị.

Ánh sáng giúp trẻ thông minh, già minh mẫn

Những công trình cổ với kiến trúc hạn chế ánh sáng tự nhiên lọt vào bên trong có thể hấp dẫn du khách bởi sự huyền bí của không gian mờ ảo. Nhưng với những người cần học tập hoặc làm việc đầu óc, đó chắc chắn không phải là nơi thích hợp để sinh sống. Theo một nghiên cứu của Tập đoàn tư vấn Hescheng Mahone, tại bang California, sau 1 năm, những em được học trong các lớp sáng nhất tiến bộ nhanh hơn 26% ở môn đọc hiểu và 20% ở môn Toán so với các bạn học trong các lớp tối nhất. Ở 2 bang còn lại, ánh sáng tự nhiên cũng góp phần nâng cao điểm số từ 7 - 18%.

Trong điều kiện không đủ ánh sáng tự nhiên thì ánh sáng nhân tạo cũng rất quan trọng. Nghiên cứu tại Viện Khoa học Thần kinh Hà Lan cho thấy, những người về hưu sống ở các viện dưỡng lão thiếu ánh sáng giảm 5% khả năng nhận thức so với người cùng tuổi được sống ở nơi có điều kiện chiếu sáng tốt. Khi cải thiện hệ thống chiếu sáng, không những khả năng nhận thức của người cao tuổi được nâng cao mà tỷ lệ trầm cảm còn giảm 19%.

HƯƠNG TIỀN (Theo Sciam)

Tìm thấy gien gây lão hóa da

Giấc mơ giữ mãi vẻ đẹp thanh xuân đang đến gần với hiện thực khi các nhà khoa học công bố đã tìm thấy những gien gây lão hóa da. Nhóm nghiên cứu tin rằng, họ đã xác định được 8 nguyên nhân chính gây lão hóa da, trong đó mỗi nguyên nhân bị tác động bởi một nhóm các gien khác nhau. Khi da "già" đi, các gien này cũng trở nên kém hoạt động tích cực hơn, đã được cung cấp ít độ ẩm



hơn, dẫn tới sự hình thành các nếp nhăn. Các nhà nghiên cứu thuộc Đại học Manchester (Anh) đang nghiên cứu một loại kem, hy vọng giúp tăng cường sự sản sinh protein fibrillin-1, giúp da đàn hồi tốt hơn.

AN KHUÊ (Theo Daily Mail)

"Mắt" giống người giúp robot chuyển động tự nhiên

Một hệ thống mắt robot bắt chước các chức năng hoạt động chính như ở não bộ của con người hứa hẹn giúp robot chuyển động nhanh và an toàn trong các môi trường lộn xộn hoặc đóng vai trò chỉ dẫn trong các trường hợp có vấn đề về thị giác. Robot có thể di chuyển trong một phòng chật ních người, nhờ vào tín hiệu nhận được từ những gì nó "nhìn thấy" qua cặp camera gắn ở hệ thống trước đỉnh, giúp xác định vị trí những người đứng xung quanh để tránh đường.



Robot có thể di chuyển trong một phòng chật ních người, nhờ vào tín hiệu nhận được từ những gì nó "nhìn thấy" qua cặp camera gắn ở hệ thống trước đỉnh, giúp xác định vị trí những người đứng xung quanh để tránh đường.

AN KHUÊ (Theo Science Daily)

Hồi sinh những dòng sông trong phố



Một đoạn suối Cheonggyecheon chảy qua các khu phố sầm uất của Seoul, Hàn Quốc

Trong khi có những nơi, người ta ồ ạt cho san lấp sông hồ để phát triển đô thị thì chính quyền Seoul lại đầu tư gần 400 triệu đôla để khôi lại một dòng suối đã nằm dưới bê tông đường phố nửa thế kỷ. Cách làm này của Seoul đang trở thành cảm hứng để nhiều thành phố trên thế giới, từ Yonkers, Los Angeles (Mỹ) đến Vancouver (Canada) làm sống lại những sông suối đã bị chôn vùi.

Giữa Thủ đô, thay đường bằng suối

Suối Cheonggyecheon đã từng là một cảnh quan thiên nhiên tươi đẹp, trung tâm văn hóa, lễ hội của Seoul trong hàng thế kỷ, trước khi bị san lấp hoàn toàn vào năm 1958, trong thời kỳ công nghiệp hóa ồ ạt của Hàn Quốc sau cuộc chiến tranh Triều Tiên. Dòng suối xưa biến thành một con đường cao tốc trên cao, với hàng loạt trung tâm thương mại và các cao ốc đồ sộ hai bên.

Năm 2003, ông Lee Myung-bak, đương kim Tổng thống Hàn Quốc, khi ấy là thị trưởng Seoul, đã khởi xướng việc khôi phục lại suối Cheonggyecheon. Đây là một kế hoạch đòi hỏi đầu tư rất lớn vì không những phải phá bỏ con đường cao tốc, tạo hình lại con suối mà hàng ngày còn phải bơm vào lòng suối một khối lượng nước khổng lồ để duy trì dòng chảy. Bờ suối Cheonggyecheon thực tế đã khô cạn hoàn toàn sau nhiều năm bị vùi lấp. Chỉ riêng kinh phí cho việc bơm nước hàng năm ước tính lên tới 1,7 triệu đôla, còn kinh phí cho dự án tái tạo Cheonggyecheon là 384 triệu đôla.

Ban đầu, một số chính trị gia đối lập kịch liệt chỉ trích kế hoạch của ông Lee Myung-bak, một kế hoạch mà họ cho rằng quá phiêu lưu và phung phí tiền bạc không cần thiết. Nhưng gần 4 năm sau khi Cheonggyecheon hồi sinh, những giá trị mà nó mang lại cho cuộc sống của người dân Seoul đã dập tắt mọi hoài nghi. Hệ sinh thái dọc theo dòng suối đã phát triển cực kỳ ấn tượng. Số loài cá tăng từ 4 lên 25, chim tăng từ 6 lên 36 loài, còn côn trùng hiện đã có 192 loài so với 15 loài ban đầu.

Nhờ phá bỏ gần 5km đường cao tốc, thay thế bằng mặt nước và cây xanh, chất lượng không khí quanh khu vực suối Cheonggyecheon đã được cải thiện đáng kể. Mức độ bụi gây ô nhiễm giảm từ 74 microgram/m³ xuống 48 microgram/m³. Tốc độ gió tăng gấp 2 lần, đồng thời, nhiệt độ mùa hè mát hơn gần 5°C so với các khu vực khác của Seoul. Không có gì khó hiểu khi mỗi ngày, Cheonggyecheon thu hút hơn 60.000 lượt khách tham quan. Dòng suối đã trở thành địa điểm không thể bỏ qua của du khách khi tới thăm Seoul và là

biểu tượng của một đô thị đang nỗ lực để đảo ngược quá trình bê tông hóa.

NHỮNG DÒNG SÔNG TRỞ LẠI

Thành công của dự án hồi sinh Cheonggyecheon đã trở thành nguồn cảm hứng mạnh mẽ để nhiều thành phố lớn trên thế giới khôi phục lại những sông suối, ao hồ đã từng bị san lấp hoặc khai thác quá mức trong quá trình đô thị hóa, công nghiệp hóa. Yonkers, thành phố đông dân thứ tư của bang New York, Mỹ đã nhận được 34 triệu đôla từ chính quyền bang và các tổ chức môi trường để khôi phục lại 600m dòng chảy lộ thiên của sông Saw Mill, hiện đang nằm trong một mương ngầm bên dưới khu mua sắm và bãi đỗ xe.

Chính quyền Los Angeles còn tham vọng hơn khi đề xuất một khoản đầu tư 2 tỷ đôla trong vòng từ 25 - 50 năm để làm sạch nước và thay thế toàn bộ các khu công nghiệp dọc theo 51km bờ sông Los Angeles đoạn chảy qua thành phố bằng công viên, trả lại nguyên trạng tự nhiên cho hai bên bờ sông thay cho các con đường bê tông hiện nay. Năm 2006, thị trưởng Los Angeles đã công du Seoul để tham khảo kinh nghiệm từ dự án Cheonggyecheon.

Vancouver, thành phố lớn thứ ba của Canada trước kia có hàng chục dòng suối là nơi cá hồi đẻ trứng. Nhưng quá trình đô thị hóa đã khiến hầu hết số này bị vùi lấp dưới những đường phố đông đúc. Giờ đây, người dân Vancouver và các nhà hoạt động môi trường đang nỗ lực vận động để khơi lại những dòng suối, đưa cá trở về như trước đây nhiều thập kỷ.

HƯƠNG TIỀN
(Theo NY Times)

Có đúng thế không?

Để né tránh những kẻ thù mạnh hơn mình trong cuộc chiến sinh tồn cá lớn nuốt cá bé, cũng như thoát khỏi các loài săn mồi trên mặt nước, các loài cá phải có màu sắc hòa lẫn vào môi trường sống. Đây sông thường có màu xanh xám, do vậy cá hồi sông có màu lục nhạt tái trên lưng giúp nó rất khó bị chim săn mồi nhìn thấy. Còn bụng của nó có màu trắng để lẫn với ánh sáng mặt trời, khiến kẻ thù bơi phía dưới không nhìn thấy. Cá ở các vùng biển lạnh, nơi có môi trường mờ đục cũng được trang bị cho "lớp áo giáp tàng hình" giống như vậy. Một số loài cá biển được tự nhiên ưu ái cho chúng những màu sắc lấp lánh, trông rất đẹp mắt, đó là do chúng thường

Cá biển có nhiều màu sắc?



sống ở những vùng biển nóng hoặc gần các bãi san hô, có màu sắc rực rỡ.

KHUÊ ĐỨC

Côn trùng có cơ bắp

Một con côn trùng có thể mang một sức nặng bằng 20 lần sức nặng của bản thân, trong khi phần lớn chúng ta chỉ nhấc được một vật nặng bằng trọng lượng của mình hay hơn một chút mà thôi. Các nghiên cứu cho thấy, côn trùng có xương lộ ra ngoài, song các điểm gắn những bó cơ lại ở trong và các cơ bắp này thường được gắn với các lớp da trong của chúng.

Sức mạnh cơ bắp của côn trùng là do các thớ cơ giao nhau tạo nên. Cơ bắp cũng phân bố rất phức tạp.



Ví dụ như cánh của chúng được tác động bởi 5 nhóm cơ thuộc các phần khác nhau của cơ thể, giống như các điểm trên một hình ngũ giác. Điều này giúp côn

trùng đập cánh không những lên cao hay xuống thấp mà còn có thể đập chéo, đập nghiêng để đôi phỏ với mọi hướng gió tác động.

ĐỨC KHUÊ

Tri thức mới

Học sinh tiểu học dễ học kém nếu phải làm quá nhiều bài tập về nhà

Những học sinh tiểu học tối nào cũng mất hàng tiếng đồng hồ để làm bài tập về nhà không những không đạt thành tích cao hơn, mà ngược lại, còn có thể học kém đi. Khảo sát do Quỹ Nghiên cứu Giáo dục Quốc gia Vương quốc Anh cho thấy, học lực của những học sinh tiểu học làm quá nhiều bài tập về nhà thường chỉ ở mức trung bình, ngang bằng với các em hầu như chẳng mấy khi đụng đến bài vở.

Kết quả này phần nào phù hợp với một nghiên cứu do TS G. K. LeTendre (Đại học bang Pennsylvania) và các đồng nghiệp thực hiện một vài năm trước đây. Theo đó, học sinh ở các nước như Nhật Bản, Cộng hòa Czech, Đan Mạch có kết quả học tập thuộc nhóm cao nhất thế giới nhưng lượng

bài tập được giao về nhà lại rất ít. Trong khi đó, học sinh ở Thái Lan, Hy Lạp, Iran, mặc dù được giao một lượng bài tập rất nhiều sau giờ học nhưng điểm số trung bình lại rất thấp.

Theo nghiên cứu của Quỹ Nghiên cứu Giáo dục Quốc gia Vương quốc Anh, những học sinh có thời gian làm bài tập về nhà vừa phải và hợp lý thường đạt kết quả cao nhất. Còn theo đề xuất của Hội Giáo dục Quốc gia Mỹ, đối với học sinh lớp 1, thời gian dành cho bài tập về nhà chỉ nên là 10 phút mỗi tối. Cho đến hết tiểu học, cứ lên một lớp thì thời gian này dài thêm 10 phút. Như vậy, học sinh lớp 5 cũng chỉ nên học ở nhà 50 phút mỗi tối.

HƯƠNG TIỀN (Theo MSNBC)

Ảnh minh họa



Máy bơm bùn trên ruộng muối

Anh Nguyễn Huy Thăng (thôn 5, xã Long Sơn, TP Vũng Tàu) là người đã chế tạo được máy bơm bùn thay sức người để tạo nên những cánh đồng muối. Đã nhiều năm nay, nhiều diêm dân ở xã Long Sơn phấn khởi vì công việc nặng nhọc nhất trong quá trình tạo dựng thửa ruộng muối đã có chiếc máy bơm bùn thay thế.

Anh Thăng cho biết, nghề làm muối cực nhất là công đoạn lấy bùn, nâng độ cao mặt nền và tạo mặt phẳng... Công việc này rất nặng nhọc vì phải dùng sức người là chính, phải mất gần cả năm trời và chi phí đến cả trăm triệu đồng cho mỗi ha. Thậm chí, nếu gặp vị trí không thuận lợi thì chi phí gấp đôi mà chưa chắc đã cải tạo được thửa ruộng muối ưng ý.

Để chuyển sang nghề làm muối, anh Thăng phải lặn lội học hỏi nhiều nơi và cuối cùng chiếc máy hút cát ở tỉnh An Giang đã cho anh ý tưởng cải tiến thành máy bơm bùn vào ruộng muối và anh đã thành công. Dựa trên nguyên lý dùng lực của nước để đẩy cát, bùn, anh Thăng gia công rồi gắn dao chặt bùn và cánh quạt hút nước (bùn) vào đầu bô (đầu hút), dao chặt gắn phía trước làm “nhiệm vụ” phá và đánh bùn hòa lẫn vào nước, quạt hút dùng lực của nước đẩy bùn theo đường ống vào ruộng muối...

Từ khi chiếc máy bơm bùn của anh Thăng ra đời, việc cải tạo các vùng nuôi quảng canh ở xã Long Sơn sang làm muối đã dễ dàng hơn trước. Anh Thăng cho biết, mỗi ngày máy có thể bơm hơn 300m³ bùn vào ruộng muối. Với công suất này, để nâng cao mặt nền cho 1ha vùng lên cao 1m, máy của anh chỉ làm trong 20 ngày, chi phí khoảng



Máy hút bùn tiết kiệm được sức người trên ruộng muối

hơn 15 triệu đồng. Đặc biệt với chiếc máy này, các diêm dân có thể tạo dựng được những ruộng muối ở những vị trí không thuận lợi mà trước kia hoàn toàn không thực hiện được. “Máy này có thể “đưa” bùn đi xa đến hơn 500m”, anh Thăng cho hay.

Anh Thăng cho biết, do điều kiện hoạt động của máy chủ yếu trên sông, trong thời gian tới anh sẽ động 1 chiếc ghe đẩy, giúp cho việc di chuyển địa bàn hoạt động của máy được dễ dàng. Đó là tin vui cho nhiều diêm dân trên địa bàn tỉnh, vì theo các cán bộ của Trung tâm Khuyến nông – Khuyến ngư cho biết, hiện nay nhiều vùng nuôi thủy sản quảng canh các khu vực Kim Dinh (thị xã Bà Rịa), phường 12 (TP Vũng Tàu), An Ngãi (huyện Long Điền)... không còn hiệu quả như trước, trong điều kiện giá muối tăng cao như hiện nay, nhiều người dân muốn cải tạo ruộng của mình để vừa làm được muối trong mùa nắng vừa nuôi được thủy sản trong mùa mưa.

SỸ NGUYỄN

Máy thu gom lúa đổ đa năng

Đây là sáng chế của anh Nguyễn Văn Húng, nông dân xã Hậu Mỹ Bắc B, huyện Cái Bè (Tiền Giang). Ngoài thu gom lúa đổ, chiếc máy còn có thể sử dụng để hút bụi, rác; thổi hơi gió làm ráo hạt và thân lúa nhằm hỗ trợ máy gặt đập liên hợp.

Anh Húng nói, sau khi thu hoạch mỗi vụ lúa xong, nhìn những hạt lúa vàng óng rơi rớt dưới chân ruộng, anh cảm thấy rất tiếc vì nghĩ rằng, để tạo ra hạt lúa, người nông dân phải đổ biết bao mồ hôi, công sức, tiền của. Bên cạnh đó, nhìn thấy công nhân hốt rác, bụi cát trên đường vào những buổi trưa nắng rất vất vả... càng thôi thúc trong anh có những sáng chế mới.

Liên tưởng đến chiếc máy phun xịt côn trùng do Đài Loan (Trung Quốc) sản xuất và bán trên thị trường, anh quyết định bắt tay vào nghiên cứu nhằm hiện thực hoá ý tưởng của mình. Chiếc máy thu gom lúa đổ do anh sáng chế có kết cấu khá đơn giản. Máy được vận hành bởi 1 máy xăng 2 thì, công suất 1,6 HP (sử dụng máy phun xịt côn trùng với cánh quạt được anh cải tiến lại); 1 đầu hút lúa đổ và 1 đầu thổi lúa ra được sử dụng bằng ống nhựa PVC (90 (mm)).

Hộp thu lúa được anh gia công bằng tôn dài 50cm, cao 40cm, có 2 ngăn được ngăn cách bởi lưới kẽm ở giữa (lúa có trọng lượng nặng hơn nên khi đi qua lưới kẽm sẽ rơi xuống đáy hộp và được dẫn vào bao chứa (hay thao), riêng bụi, rơm rạ có trọng lượng nhỏ hơn nên được đẩy hết ra ngoài theo đường ống thoát). Để gia công bộ khung sườn, anh tận dụng các thanh sắt cũ, phộc và bánh xe đạp đã qua sử dụng.

Với chiếc máy trên, mỗi giờ anh có thể thu được từ 10 - 30kg lúa đổ (tùy đồng ruộng) mà chỉ tốn từ 0,75 - 1 lít xăng. Việc thu gom lúa đổ, ngoài giúp mang lại thu nhập, theo anh Húng, chiếc máy còn giúp vệ sinh đồng ruộng sau thu hoạch rất hiệu quả (thu gom lúa đổ, bông cỏ...), đảm bảo mùa vụ sau ít cỏ, khắc phục tình trạng lúa cỏ, lúa lộn (hạt lúa rụng tự nảy mầm, phát triển song hành cùng với cây lúa được gieo sạ làm giảm năng suất mùa vụ). Qua đó giúp giảm chi phí sản xuất, nâng cao năng suất, chất lượng hạt lúa thành phẩm.

Theo anh Húng, nếu được nghiên cứu thiết kế với quy mô, công suất lớn hơn (sử dụng động cơ dầu), chiếc máy này có thể sử dụng để hút bụi rác trên đường, đặc biệt là dọc 2 bên con lươn trên Quốc lộ 1 A hay các trên tuyến đường nội ô, nội thị rất hiệu quả do vừa đảm bảo vệ sinh môi trường, tạo vẻ mỹ quan, vừa giúp tiết kiệm đáng kể chi phí thuê mướn nhân công.

TOÀN NGUYỄN



Anh Húng cùng sáng chế của mình

Chuyển đổi cây trồng ở Vạn Phú

Nhờ khí hậu, thổ nhưỡng thích hợp, xã Vạn Phú, huyện Vạn Ninh (Khánh Hòa) có nhiều chân đất chuyển đổi từ đất lúa sang cây bắp, đậu xanh, đậu phụng có hiệu quả.

Ông Đinh Văn Hiệp, Chủ tịch Hội Nông dân xã Vạn Phú cho biết, do thời tiết nắng hạn, vụ đông xuân 2014 - 2015, bà con đã trồng 30ha đậu phụng, 10ha bắp trên đất lúa. Tuy nhiên, vụ hè thu 2015 do khó khăn về nước quá lớn, nên diện tích chuyển đổi không nhiều. Vì vậy, hội đã khuyến khích bà con nhân rộng sản xuất bắp lại trong thời gian tới. Hiện bắp được gần 60 ngày tuổi, sinh trưởng và phát triển tốt, hứa hẹn nhiều ưu thế so với bắp đổi chúng.

Ông Trần Văn Trúc ở thôn Tân Phú cho biết, trong tình hình hạn hán căng thẳng như năm nay thì việc chuyển đổi cây trồng là rất cần thiết. Mấy năm nay vụ nào ông cũng dành 0,5 - 1ha đất lúa 1 vụ hoặc vùng có nguy cơ thiếu nước của gia đình để trồng bắp lại. Theo ông Trúc, bắp lại rất dễ trồng, chăm sóc, đặc biệt cần ít nước tưới, thích hợp cho việc chuyển đổi cây trồng mùa hạn, sản phẩm làm ra cũng dễ tiêu thụ. Bên cạnh cây bắp lại, lâu nay



Diện tích trồng đậu phụng ở Vạn Phú chiếm chủ yếu

đậu phụng là cây trồng cạnh phát triển mạnh tại Vạn Phú với diện tích lên tới 100ha/vụ.

Người dân có thói quen trồng đậu phụng hơn những cây khác bởi có nhiều ưu điểm. Ông Võ Kim Châu, thôn Tân Phú, một người trồng đậu phụng có thâm niên cho biết, so với trồng lúa trồng đậu phụng khỏe hơn, bởi đậu phụng gần như không phải phun thuốc bảo vệ thực vật, ít sâu bệnh, chi phí thấp. Tuy nhiên, không nên trồng đậu phụng kéo dài quá nhiều năm sẽ khiến cây nhiễm sâu bệnh, nhất là bệnh chết yếu. Sau 3 năm trồng tốt nhất là chuyển sang cây khác, sau đó mới trồng lại.

"Qua nhiều năm trồng đậu phụng tôi thấy cây này sử dụng lượng nước ít, thích hợp thời tiết mùa hạn, hiệu

quả kinh tế gấp 3 - 4 lần cây lúa, 1ha có thể lãi 50 - 60 triệu đồng, trong khi sản xuất lúa chỉ lãi khoảng 15 triệu đồng", ông Châu hồ hởi nói. Cũng theo ông Châu, điều lo lắng nhất khi canh tác cây đậu phụng hiện nay tại địa phương là thiếu máy thu hoạch. Thông thường đến vụ thu hoạch bà con nhổ bằng tay, làm tăng chi phí, khan hiếm nhân công.

Theo hạch toán chi phí thu hoạch chiếm tới 10% tổng thu trong trường hợp năng suất đạt 35 tạ/ha; còn nếu dưới 30 tạ/ha, có thể chiếm tới 15 - 20% tổng thu. Bà Dương Thị Kim Thanh, Phó Chủ tịch UBND xã Vạn Phú cho biết, do thiếu nước nên diện tích chuyển đổi còn hạn chế, chỉ khoảng 15ha, chủ yếu là diện tích cây đậu phụng.

SỸ NGUYỄN

SÓC TRĂNG:

Cung cấp bò giống sinh sản cho hộ nghèo

Hiện nay, ngoài nguồn vốn nhân dân tự đầu tư mua bò giống, chính quyền, các cấp, ngành Sóc Trăng đã quan tâm hỗ trợ bò cho những hộ nghèo, hộ gia đình chính sách, hộ đồng bào dân tộc thiểu số như tặng bò giống, hỗ trợ kỹ thuật, gieo tinh nhân tạo cho bò và kiểm tra chăm sóc sức khỏe, hỗ trợ chuồng trại theo mô hình kết hợp giảm thiểu ô nhiễm môi trường, sử dụng phân, chất thải của bò phục vụ trồng trọt...

Nằm trong đề án hỗ trợ phát triển đàn bò sữa của tỉnh, Chi cục Phát triển nông thôn (thuộc Sở Nông nghiệp & Phát triển nông thôn Sóc Trăng) đã tổ chức cấp bò giống sinh sản cho các hộ dân tại xã Gia Hòa 2, huyện Mỹ Xuyên. Các hộ sau khi bốc thăm nhận bò, có 14 con bò cái đã được giao cho 14 hộ thuộc diện cận nghèo và nghèo của xã Gia Hòa 2. Mỗi con bò trị giá 14 triệu đồng; trong đó mỗi hộ được hỗ trợ 5 triệu đồng/con, người dân đối ứng 9 triệu đồng còn lại từ vốn vay ưu đãi của Ngân hàng Chính sách xã hội.

Lãnh đạo xã Gia Hòa 2 cho biết, việc hỗ trợ bò cái sinh sản nhằm mục đích giúp các hộ khó khăn về kinh tế có thể phát triển đàn bò để có điều kiện thoát nghèo bền vững hơn. Theo Chi cục Phát triển nông thôn, trong thời gian tới, Chi cục sẽ tiếp tục cấp bò giống cho một số hộ có hoàn cảnh kinh tế khó khăn trên địa bàn xã Gia Hòa 1 và Hòa Tú 2 (Mỹ Xuyên).

Để đề án chăn nuôi bò sữa thành công theo hướng bền vững, tỉnh Sóc Trăng đã có giải pháp để có diện tích trồng cỏ hợp lý, đảm bảo nguồn thức ăn cho bò và liên kết với các doanh nghiệp tìm đầu ra tiêu thụ sữa cho nông dân. Theo lãnh đạo Sở



Chăm sóc đàn bò sữa sinh sản

Nông nghiệp & Phát triển nông thôn Sóc Trăng, diện tích trồng cỏ trọng tương lai sẽ tăng theo kế hoạch phát triển đàn bò sữa của tỉnh, trung bình 12 - 13 con bò sữa phải có 1ha đất trồng cỏ. Chủ trương của tỉnh là chuyển một phần đất trồng lúa và tận dụng những diện tích đất kém hiệu quả đối với cây trồng khác để trồng cỏ phục vụ nguồn thức ăn cho đàn bò.

Bước đầu, phong trào chăn nuôi bò sữa tại Sóc Trăng cho thấy hiệu quả khá cao, nhiều hộ nhờ chăn nuôi bò sữa đã thoát nghèo, đặc biệt phong trào nuôi bò sữa phát triển mạnh ở vùng đồng bào Khmer Sóc Trăng. Có hộ chỉ với một con bò cho sữa nhưng mỗi ngày từ 10 - 15 lít sữa, sau khi trừ chi phí còn lãi trên 100.000đ/ngày. Đây là mức thu nhập khá cao ở nông thôn; thậm chí, không ít hộ từ 1 đến 2 con bò giống hỗ trợ ban đầu đã vượt khó vươn lên, mở rộng tăng đàn lên cả chục con nên đời sống trở nên khá giả.

NAM PHAN

Vựa ngao Thái Bình gặp khó

Tiền Hải cũng là nơi đầu tiên ở Thái Bình xuất hiện những trang trại nuôi ngao giống theo phương pháp nhân tạo. Vốn đầu tư ban đầu ít nhất của một hộ nuôi ngao giống khoảng 5 tỷ đồng. Ngao giống thường được ương nuôi trong các đầm nước mặn lợ đến khi đạt cỡ ngao cục (500 - 800 con/kg) mới đưa ra nuôi ngoài bãi triều.

Từ năm 2011, UBND tỉnh Thái Bình đã phê duyệt quy hoạch tổng thể phát triển nuôi ngao vùng ven biển của tỉnh giai đoạn 2011 - 2015, tầm nhìn 2020. Vì thế, tất cả các bãi triều nuôi ngao đều phải nằm trong vùng quy hoạch. Hầu hết các bãi nuôi ngao ở Tiền Hải rộng từ 1 - 2ha.

Sau mỗi chu kỳ nuôi, vào lúc thủy triều rút, người nuôi phải vệ sinh mặt bãi, sử dụng máy, cày lật bãi nuôi, kết hợp bón vôi và san bằng mặt bãi trước khi thủy triều lên. Họ vây lưới cao khoảng 1m quanh bãi nuôi để tránh ngao di chuyển ra ngoài và ngăn ngừa dịch hại xâm nhập.

Ngao được thả nuôi quanh năm nhưng tập trung vào 2 đợt, tháng 4 - 5 và tháng 9 - 10 dương lịch. Ngư dân thả giống lúc sáng sớm hoặc chiều mát, khi nước thủy triều đang lên. Giống nuôi chủ yếu là ngao trắng mua từ các tỉnh phía Nam. Ngao không phải cho ăn, chỉ cần người nuôi thường xuyên thăm bãi, bắt dịch hại như cua, ốc... và kiểm tra những yếu tố ảnh hưởng đến ngao như nhiệt độ, độ mặn, sóng gió...

Ngoài ra, vì mật độ nuôi cao, các hộ nuôi ở Tiền Hải thường phải sục cát để tạo sự thông thoáng hoặc vãi thêm cát mới vào bãi nuôi để tạo thêm nguồn thức ăn mới cho ngao. Bà con nơi đây thường nuôi ngao trong 1 năm rưỡi đến 2 năm, khi ngao đạt kích cỡ 50 - 60 con/kg thì thu hoạch.



Ảnh minh họa

Theo các hộ nuôi nơi đây, 1ha nuôi ngao cho doanh thu khoảng 1 tỷ đồng, trong đó chi phí chừng 500 triệu đồng, thu lãi khoảng 400 - 500 triệu đồng. Tuy nhiên, hiện nay giá ngao giảm mạnh. Ngao thịt bán tại bãi những ngày này chỉ chừng 10.000 - 14.000đ/kg. Bên cạnh đó, hiện tượng ngao chết hàng loạt diễn ra ngày càng nhiều.

Cách đây một năm, hàng nghìn ha ngao của Tiền Hải bị chết trắng xóa các bãi triều. Nhiều hộ nuôi mất trắng cả tỷ đồng chỉ sau một đêm. Cơ quan chức năng lý giải, ngao chết hàng loạt do sốc độ mặn cao và mật độ nuôi quá cao so với quy định: Trung bình 500 - 600 con/m², có những hộ thả nuôi tới hơn 1.000 con/m², trong khi mật độ khuyến cáo cao nhất là 350 con/m². Còn theo nhiều người dân, ngao chết nhiều do nguồn nước bị ô nhiễm.

Nguồn con giống cũng đang là một khó khăn của vựa ngao Tiền Hải. Hiện nguồn giống trong tự nhiên đã cạn kiệt, số giống sản xuất tại chỗ không đủ cung cấp, các hộ nuôi phải nhập về từ các tỉnh miền Nam, miền Trung, từ Trung Quốc qua con đường tiểu ngạch. Vì thế, chất lượng ngao giống khó được kiểm soát.

NAM PHAN

Hỗ trợ máy thu rơm cho nông dân

Theo tính toán của ngành nông nghiệp, bình quân 1 tấn lúa thương phẩm sẽ có khoảng 500kg rơm vung vãi trên mặt ruộng.

Nếu nhà nông gom rơm lại để trồng nấm rơm thì lợi nhuận tăng thêm khoảng 5 triệu đồng/ha/vụ rơm. Để phát huy giá trị của rơm, giúp nhà nông tăng thu nhập trên một đơn vị diện tích, Chủ tịch UBND tỉnh Vĩnh Long Nguyễn Văn Quang đã phê duyệt “Dự án hỗ trợ máy thu rơm và thực hiện mô hình sản xuất nấm rơm theo tiêu chuẩn an toàn thực phẩm cho nông dân từ nay đến 2017” với tổng kinh phí thực hiện gần 4,5 tỷ đồng.

Dự án sẽ đầu tư 7 máy thu rơm để trồng nấm rơm theo hướng tập trung tại các huyện có diện tích trồng lúa lớn là Tam Bình, Vũng Liêm, Trà Ôn và Long Hồ. Đưa công nghệ cao vào quy trình sản xuất sẽ tăng năng suất, hạ giá thành để đạt giá trị kinh tế cao nhất, bảo vệ môi trường, giảm phát thải khí nhà kính. Dự án là một trong những giải pháp góp phần thực hiện Đề án tái cơ cấu ngành nông nghiệp theo hướng nâng cao giá trị, hiệu quả và phát triển bền vững giai đoạn 2014 - 2020.

Mô hình trồng nấm rơm được triển khai thực hiện ở các huyện Trà Ôn, Tam Bình, Vũng Liêm, Mang Thít, Long Hồ và thị xã Bình Minh. Theo đó, sẽ thực hiện 12 mô hình sản xuất nấm rơm truyền thống với 240ha rơm nguyên liệu và 100 mô hình trồng nấm rơm trong nhà. Song song đó

là tư vấn hỗ trợ thành lập 4 tổ hợp tác, sơ chế nấm rơm và hướng đến hình thành làng nghề trồng nấm rơm tập trung.

Dự án được thực hiện theo phương thức xã hội hóa, trong đó Nhà nước hỗ trợ 30% chi phí mua máy thu rơm, nhưng không quá 60 triệu đồng/máy cho những hộ dân đủ điều kiện tham gia dự án. Mô hình nấm rơm truyền thống áp dụng các tiến bộ kỹ thuật mới thì được hỗ trợ 100% chi phí meo giống, 30% chi phí vật tư thiết yếu cho hộ tham gia dự án.

Bình quân, 1.000m² đất trồng lúa sẽ gom được lượng rơm đủ trồng 20m đồng nấm. 1m đồng nấm thu trên 1kg, với giá bán bình quân khoảng 40.000đ/kg, sau khi trừ chi phí thu lãi trên 30.000đ/kg. Tính bình quân, 1ha đất trồng lúa tận dụng nguồn rơm trồng nấm rơm nhà nông tăng thêm lợi nhuận khoảng 5 triệu đồng/ha/vụ rơm.

Mô hình ứng dụng công nghệ cao sản xuất nấm rơm trong nhà, trại được hỗ trợ 30% tổng kinh phí thực hiện, nhưng không quá 200 triệu đồng/mô hình. Bên cạnh đó, nhà nước cũng hỗ trợ 100% chi phí tập huấn chuyển giao khoa học kỹ thuật

cho nông dân vùng dự án thực hiện các mô hình. Hỗ trợ 100% chi phí tổ chức hội thảo đầu bờ, đánh giá kết quả, chia sẻ, học tập trao đổi kinh nghiệm và nhân rộng mô hình.

MINH NGỌC

Mô hình sản xuất nấm rơm được ứng dụng các kỹ thuật tiên tiến



Nuôi heo kết hợp hầm ủ khí sinh học

Nuôi heo kết hợp xử lý chất thải bằng hầm ủ khí sinh học biogas là mô hình không mới, nhưng người dân vùng ven biển huyện Đông Hải, Bạc Liêu áp dụng rất thành công.

Mô hình này được khẳng định là hướng sản xuất bền vững, góp phần làm ổn định sinh thái, hạn chế ô nhiễm môi trường từ chất thải chăn nuôi, giảm công lao động, giảm chi phí sinh hoạt, tăng thêm thu nhập.

Gia đình chị Ngô Diệu Ngoan ở ấp Quyết Chiến, xã Định Thành A bắt đầu thực hiện hệ thống xử lý chất thải bằng hầm khí sinh học (biogas) gần 2 năm, với thể tích 8m³, bằng bê tông, tổng chi phí 7 triệu đồng. Với quy mô 100m² chuồng trại, nuôi 8 heo nái, 1 heo nọc hàng năm xuất chuồng gần 2 lứa heo con, khoảng 100 con heo giống, giá bán 100.000đ/kg, sau khi trừ chi phí lợi nhuận gần 90 triệu đồng.

Chị Ngoan cho biết, trước đây chưa xây hầm biogas việc xử lý chất thải rất khó khăn nhất là vào mùa khô phải xúc phân đem phơi cho giảm bớt mùi hôi, tốn nhiều công lao động. Từ ngày có hệ thống biogas đến nay mỗi ngày chỉ vệ sinh chuồng 2 lần là không còn mùi hôi như trước.

Anh Nguyễn Minh Vương ở ấp 1, xã An Trạch A có 5 năm nuôi heo thương phẩm và trên 2 năm xử lý chất thải bằng hầm biogas, với quy mô 17 con, mỗi năm xuất được 3 lứa, khoảng 5 tấn heo hơi, trừ chi phí lợi 40 - 50 triệu đồng.

Anh Vương chia sẻ: “Chỉ cần duy trì trong chuồng còn 2 con heo là đủ khí gas cho sinh hoạt, môi trường cũng được đảm bảo. Từ 2 năm nay không phiền hà đến bà con xung quanh. Nuôi heo thịt thì công chăm sóc đơn giản hơn nuôi heo nái, lợi nhuận cũng thấp hơn, năm nay tôi nuôi 3



Đàn heo nhà chị Ngoan được nuôi kết hợp hầm ủ biogas

con nái cho sinh sản lấy heo con nuôi heo thịt thì hiệu quả cao hơn”.

Ông Lê Hoàng Văn, Phó Chủ tịch Hội Nông dân huyện Đông Hải nhận định, mô hình chăn nuôi heo kết hợp xử lý chất thải bằng hầm ủ biogas rất hiệu quả về kinh tế và xã hội, cần được nhân rộng trong những năm tiếp theo, đáp ứng một trong những tiêu chí xây dựng nông thôn mới.

Theo TS Nguyễn Xuân Khoa, Giám đốc Trung tâm Khuyến nông - Khuyến ngư Bạc Liêu, để sử dụng hầm ủ biogas được lâu dài và hiệu quả cần lưu ý: Người chăn nuôi phải theo dõi hệ thống hầm đảm bảo lượng nước vừa phải, hệ thống vô phân và thoát nước phải luôn thông suốt; Hệ thống dẫn gas không bị nghẹt do nước đóng và 2 - 3 năm mở nắp hầm lấy xác phân ứ đọng để thể tích chứa phân và khí được nhiều hơn; Không cho các loại dầu mỡ, chất mặn, các chất độc hại vào hầm để hệ thống vi sinh hoạt động tốt thì gas mới nhiều, không dùng lửa để kiểm tra khi thấy có mùi hôi của gas rò rỉ. Phải sử dụng nước xà bông (xà phòng) để kiểm tra, đảm bảo an toàn cháy nổ.

TOÀN NGUYỄN

Thanh long đỏ bệnh đốm nâu

Từ đầu mùa mưa đến nay, nhà vườn trồng thanh long ở Tiền Giang đang đối mặt với bệnh đốm nâu (đốm trắng) tái bùng phát và lây lan nhanh trên diện rộng.

Ông Đặng Hoàng Minh, Trưởng ấp Quang Ninh, xã Quơn Long (huyện Chợ Gạo) đã 20 năm canh tác 8.000m² thanh long cho biết: “Hai năm qua cứ đến mùa mưa là bệnh đốm nâu lây lan nhanh. Khi cây nhú chồi non là bị nhiễm bệnh. Những bẹ bị nhiễm nếu giữ lại vẫn phát triển nhưng đốm nâu phát triển thành vệt lớn và lây xuống trái. Vườn thanh long của tôi đang bị nhiễm bệnh với tỷ lệ từ 30% trở lên, làm tổn thất kinh tế của nhà vườn khoảng 30%. Tôi tốn khá nhiều tiền để mua thuốc phòng trị bệnh nhưng vẫn không đạt hiệu quả”.

Ông Đinh Tiểu Bình canh tác 2ha thanh long nói: “Mùa mưa không cần chong đèn cây cũng ra hoa nên chi phí sản xuất rất thấp, năng suất gấp 2 lần mùa nghịch. Giá bán không cao so với vụ nghịch nhưng sau khi trừ chi phí nhà vườn vẫn còn lãi 2.000d/kg. Thế nhưng, hai năm qua, sản xuất thanh long trong mùa mưa chỉ đủ chi phí đầu tư lại đợt sau vì bệnh đốm nâu hoành hành. Với 2ha thanh long mỗi năm tốn gần 100 triệu đồng mua thuốc phòng ngừa và trị bệnh đốm nâu nhưng vẫn không đạt hiệu quả cao. Nhà vườn giảm thu nhập từ 30 - 50%, thậm chí thất thu 100%”.

Ông Minh cho hay, đã có nhiều nhà khoa học về địa phương lấy mẫu nghiên cứu nhưng đến nay vẫn chưa có giải pháp hữu hiệu phòng trị bệnh. Quy trình quản lý tổng hợp sâu bệnh hại chỉ hiệu quả trong mùa khô, còn mùa mưa không đạt hiệu quả cao. Nhà vườn đang rất mong sớm tìm



Bệnh đốm nâu đang lây lan nhanh

ra giải pháp tốt nhất nhằm vượt qua đại dịch này.

Cũng theo ông Minh, xã Quơn Long có khoảng 904ha thanh long chiếm 90% diện tích đất nông nghiệp. Thanh long đã giúp cho bà con xóa đói, giảm nghèo, vươn lên làm giàu. Điển hình như ấp Quang Ninh có 230 hộ trồng thanh long chuyên canh trên 134ha. Sau nhiều năm chuyển đổi đến nay toàn ấp chỉ còn 6 hộ nghèo. Song hiện tại nhà vườn đang rất sợ bệnh đốm nâu hoành hành sẽ lâm cảnh tái nghèo.

Chi cục Bảo vệ thực vật tỉnh Tiền Giang cho biết, toàn tỉnh hiện có khoảng 4.200ha thanh long, trong đó có 3.681ha thanh long ruột trắng, còn lại ruột đỏ và tím. Bệnh đốm nâu trên cây thanh long xuất hiện từ năm 2011 đến nay và lây lan nhanh trong mùa mưa. Đến thời điểm này, chưa có thuốc đặc trị bệnh nên ngành bảo vệ thực vật tỉnh chỉ khuyến cáo nhà vườn vệ sinh vườn trồng, hạn chế dùng phân gà, cắt tỉa và thu gom cành bệnh tiêu hủy... Còn giải pháp căn cơ thì đang chờ các nhà khoa học vào cuộc quyết liệt giúp dân.

NT

Nông dân Mộc Châu phấn khởi với ngô biến đổi gen

Viện Khoa học Nông Nghiệp Việt Nam vừa tổ chức tham quan ruộng ngô kháng sâu và chống chịu thuốc trừ cỏ của Công ty Dekalb Việt Nam (thuộc Tập đoàn Monsanto) trong khuôn khổ chương trình “Ứng dụng và Phát triển Ngô biến đổi gen ở Việt Nam”. Ghi nhận thực tế cho thấy, sự phấn khởi của nông dân tại “thủ phủ trồng ngô” của Việt Nam trước những hiệu quả bước đầu từ giống ngô kháng sâu và thuốc trừ cỏ.

Ngày 30/8/2015, gần 200 đại biểu chính quyền, chuyên gia đầu ngành cùng báo chí và nông dân địa phương đã tham quan ruộng ngô kháng sâu và chống chịu thuốc trừ cỏ của Công ty Dekalb Việt Nam (thuộc Tập đoàn Monsanto) trong khuôn khổ chương trình “Ứng dụng và Phát triển Ngô biến đổi gen ở Việt Nam” do Viện Khoa học Nông Nghiệp Việt Nam tổ chức.

Trò chuyện với đoàn khảo sát, ông Phan Văn Chuyển, một nông dân thuộc tiểu khu 12, Tân Lập, Mộc Châu (Sơn La) hào hứng chia sẻ niềm vui tại ruộng

ngô thử nghiệm giống DK 6919S xanh tốt, trái đều tăm tắp: “Khi trồng thử và đối chứng với giống thường, tôi và bà con trong khu thấy giống ngô của Dekalb có thêm công nghệ kháng sâu và chống chịu thuốc trừ cỏ giúp giảm hẳn tiền thuê và công lao động trong khi năng suất tăng từ 10,1 tấn hạt tươi/ ha lên đến 12,5 tấn hạt tươi/ ha. Ngô thương phẩm của tôi

đẹp này đẹp và chất lượng cao hơn, giá thu mua cũng sẽ cao hơn. Mà được giá, được mùa thì tôi tin chắc nông dân ai cũng muốn. Tôi và xóm làng mong có nhiều giống mới tốt như DK 6919S để chúng tôi có thể nâng cao năng suất, cho cuộc sống của gia đình vợ con cải thiện hơn”.

Ông Ma Quang Trung, Cục trưởng Cục Trồng trọt thuộc Bộ Nông nghiệp & Phát triển Nông thôn chia sẻ: “Qua sản xuất thử và mô hình trình diễn, các giống ngô chuyển gen có thể thấy được hai tác dụng rõ rệt: công trừ cỏ cho ngô giảm đi, khả năng kháng sâu tăng giúp cho cây tăng trưởng tốt hơn, giảm chi phí và công phun thuốc trừ sâu. Đặc biệt, mỗi ha của ngô chuyển gen so với ngô thường đem lại lợi nhuận cao hơn cho nông dân là tín hiệu tốt để nông dân có thể áp dụng mô hình này trong thời gian tới.”

Theo ông Nguyễn Hồng Chính, Giám đốc marketing Công ty Dekalb Việt Nam, hạt giống tốt ngày càng trở nên quan trọng trong cải tiến kỹ thuật canh tác giúp giảm chi phí, tăng năng suất thực thu,

và việc tích hợp công nghệ sinh học hiện đại vào hạt giống đã thực hiện được mục tiêu đó.

Dekalb Việt Nam cam kết sẽ tiếp tục hỗ trợ chuyển giao kỹ thuật và cung cấp giống ngô để nông dân có thể cải thiện thu hoạch, gia tăng thu nhập, vững tin hơn khi xây dựng kế hoạch cho tương lai của gia đình.

VĂN ANH



Cùng rút kinh nghiệm

Sốc nhiễm trùng vì nặn nhọt vùng mông

Bà Nguyễn Thị C (60 tuổi ở Bắc Giang) được đưa đến bệnh viện Bệnh Nhiệt đới T.Ư trong tình trạng sốc nhiễm trùng máu nguy kịch, hôn mê, tiên lượng xấu. Do tình hình bệnh nhân quá nặng và tiên lượng xấu nên gia đình bệnh nhân đã xin cho bệnh nhân về. Theo lời kể, bệnh nhân có tiền sử bệnh tiểu đường. Khoảng một tuần trước khi nhập viện, bệnh nhân bị nổi nhọt ở vùng mông và đã tự nặn khi nhọt chưa hình thành mủ khiến nhọt sưng tấy lan rộng, sau đó bệnh nhân sốt cao liên tục 3 ngày rồi nhanh chóng rơi vào tình trạng hôn mê và được đưa đi cấp cứu tại Bệnh viện Việt Đức. Kết quả chụp CT scanner tại đây phát hiện nhiều ổ tổn thương ở



gan, lách, não và được chuyển sang Bệnh viện Bệnh Nhiệt đới T.Ư.

Lời bàn: Đây là trường hợp nhiễm trùng máu do tự ý chích, nặn mụn non. Thậm chí đã có trường hợp tử vong vì áp xe, nhiễm trùng máu không được điều trị kịp thời. Nguyên nhân là do các mụn nhọt thường do tụ cầu gây ra. Vì vậy, bà con phải thận trọng với những mụn nhọt, đặc biệt vùng mũi, miệng thường được gọi là đinh râu, không được tự ý nặn mụn non. Nếu bị mụn nhọt to, ở những vị trí nguy hiểm hay sưng tấy kéo dài nên đi đến các cơ sở y tế khám để được bác sĩ chỉ định thuốc kháng sinh phù hợp và chích rạch dẫn lưu đúng thời điểm.

BS NGUYỄN VŨ

(Bệnh viện Đại học Y Hà Nội)

Hoại tử chân do viêm tắc mạch

Cụ Nguyễn Văn M. (74 tuổi ở Vĩnh Long) đến viện khám trong tình trạng bàn chân bị lở và đau nhức dữ dội. Sau khi làm các xét nghiệm đánh giá, các bác sĩ xác định: Bệnh nhân bị hoại tử bàn chân phải do thiếu máu bán cấp, viêm tắc mạch mạn tính 2 chân. Kết quả chụp CT mạch máu phát hiện động mạch đùi 2 bên của bệnh nhân bị tắc hoàn toàn, cẳng bàn chân 2 bên chỉ được tưới máu nhờ vào các nhánh nối bàng hệ, chân phải thiếu máu nặng nề hơn nên bàn chân đã có dấu hiệu hoại tử. Bệnh nhân được chỉ định phẫu thuật bắc cầu động mạch đùi - khoeo bên phải bằng mảnh ghép tĩnh mạch hiển lớn tự thân, tránh việc cắt cụt chân cho bệnh nhân. Sau

phẫu thuật, bàn chân của bệnh nhân đã ấm lên, mạch cổ chân đã có lại, các chỗ hoại tử có dấu hiệu phục hồi và bệnh nhân hết đau nhức hoàn toàn.

Lời bàn: Hẹp tắc các động mạch ở chân là bệnh lý rất nguy hiểm, thường biểu hiện bằng dấu hiệu đau cách hồi (đau tăng khi đi lại, ngồi nghỉ đỡ đau, đi lại tiếp tục đau). Bệnh nhân cần được chẩn đoán và điều trị sớm. Nếu không được điều trị tốt, bệnh nhân có thể hoại tử chân và buộc phải cắt cụt (thường là phải cắt cụt chân đến 1/3 dưới đùi). Với các biểu hiện như chân lạnh, đau liên tục và lở loét ở kẽ và gót chân thì nên đến viện khám để cơ hội điều trị được tốt hơn.

BS NGUYỄN VŨ

(Bệnh viện Đại học Y Hà Nội)

Cùng rút kinh nghiệm

Trẻ nhâm bột thông cống là đường

Do nhâm tưởng gói bột thông cống là đường, 4 trẻ mầm non ở Hưng Yên đã bóc ra và cùng nhau ăn. Ngay sau ăn, các con có biểu hiện khó chịu, nôn, quấy khóc, chảy nhiều nước dãi nên đã được đưa đi cấp cứu tại bệnh viện tỉnh, sau đó chuyển lên Bệnh viện Nhi T.Ư. Trong 4 cháu nhập viện, trường hợp nặng nhất là bệnh nhi N.C.H. (5 tuổi) với biểu hiện sốt cao, môi tím, loét sâu vùng miệng và hạ họng, kèm theo nhiễm trùng, đau bụng, không nuốt được. Ba trường hợp còn lại tổn thương nhẹ hơn, đã được ra viện, điều trị tại nhà. Hiện tại các bác sĩ chỉ đánh giá được tổn thương ở miệng, họng của bệnh nhân, chứ chưa thể đánh giá được các tổn thương ở thực quản, dạ dày... do phải chờ bệnh nhân đỡ loét, đỡ nhiễm trùng ở miệng họng mới có thể gây mê tiến hành nội soi tìm các tổn thương sâu một cách chính xác.



Lời bàn: Các ca ngộ độc các chất tẩy rửa, ăn mòn thường gặp ở trẻ em. Để phòng nguy cơ ngộ độc này, cần để các hóa chất không trong tầm với của trẻ, không để hóa chất trong các chai lọ đựng thực phẩm thông thường. Khi không may trẻ ăn, nuốt, uống phải các hóa chất có tính ăn mòn thì việc đầu tiên là cần xử lý ban đầu sớm để tránh tổn thương sâu. Xử trí ban đầu tốt nhất là cho trẻ dùng nước muối loãng súc miệng, nếu trẻ nhỏ thì lau rửa miệng. Lau rửa nhiều làm nồng độ axit thấp đi tại chỗ, tránh tổn thương lan rộng và sâu hơn ở niêm mạc miệng. Sau sơ cứu, cần đưa trẻ đến cơ sở y tế để tiếp tục được cấp cứu, giải độc.

BS NGUYỄN VŨ
(Bệnh viện Đại học
Y Hà Nội)

Không để chó mèo gần gũi trẻ nhỏ

Đang nằm chơi một mình trên giường, cháu Dũng (5 tuổi, ở Vĩnh Phúc) bất ngờ bị con chó nhỏ mới 2 tháng tuổi lao lên cắn vào "cửa quý". Mẹ cháu nghe thấy con khóc vội chạy vào, thấy cảnh tượng hãi hùng trên liền ra sức kéo con chó ra, không ngờ nó càng nhảy nghiêng mạnh quyết không buông khiến bộ phận sinh dục của cháu Dũng gần như đứt rời. Trẻ được chuyển vào Khoa Cấp cứu, Bệnh viện Nhi T.Ư, sau khi được sơ cứu cầm máu tạm thời vết thương tại bệnh viện huyện. Do cháu bé được chuyển tới bệnh viện Nhi Trung ương quá muộn (12 tiếng sau tổn thương) nên không thể nối lại dương vật

cho trẻ. Các bác sĩ đã nối da niệu đạo, tạo đường tiểu cho bệnh nhi.

Lời bàn: Đây là sự cố hy hữu và vô cùng đáng tiếc bởi cháu Dũng sinh ra đã mắc bệnh xương thủy tinh, bại não, rất yếu (5 tuổi, nặng 6kg), hàng ngày chỉ nằm một chỗ nên không có khả năng kháng cự sự tấn công của chó. Chó, mèo vốn là loài vật cưng rất gần gũi thân thiết với nhiều gia đình, tuy nhiên các bậc phụ huynh cần cần trọng trong quá trình chăm sóc trẻ nhỏ - đối tượng chưa có khả năng tự vệ, tránh để trẻ tiếp xúc gần với vật nuôi, đề phòng các tai nạn đáng tiếc xảy ra. **BS NGUYỄN VŨ**
(Bệnh viện Đại học Y Hà Nội)

Ngại tiêm chủng, trẻ mắc ho gà

Dù không phải cao điểm nhưng số trẻ mắc ho gà thời gian này tăng đột biến. Các chuyên gia cho rằng, do tâm lý nhiều trẻ mắc bệnh do cha mẹ lo ngại sử dụng vắc xin Quinvaxem và chờ vắc xin dịch vụ đang khan hiếm nên bỏ lỡ lịch tiêm chủng của trẻ.

BS Nguyễn Văn Lâm, Trưởng khoa Truyền nhiễm, Bệnh viện Nhi T.Ư cho biết, trước đây, ho gà chỉ tập trung ở mùa Đông Xuân nhưng năm nay kéo dài chưa từng thấy. Đến nay, số bệnh nhi bị ho gà nhập viện vẫn liên tục tăng với biến chứng phổ biến nhất là viêm phổi. Đáng lo ngại là có nhiều trẻ dưới 2 tháng tuổi, tức là chưa đến tuổi tiêm phòng đã mắc bệnh.

Lý giải về việc trẻ chưa đến tuổi tiêm phòng đã mắc ho gà, BS Nguyễn Văn Lâm cho hay, nếu các bà mẹ được tiêm phòng vắc xin ho gà sẽ có kháng thể truyền cho con. Tuy nhiên, hiện nay, do thói quen của nhiều bà mẹ cho con ăn sữa ngoài và không cho con bú sữa mẹ nên không thể truyền kháng thể phòng bệnh cho con. Hoặc trước đây, nếu bà mẹ chưa được tiêm phòng ho gà thì con không có kháng thể là điều đương nhiên.

Theo BS Nguyễn Văn Lâm, ở lứa tuổi nhỏ, trẻ mắc ho gà rất dễ bị chẩn đoán nhầm sang bệnh khác nếu bác sĩ không chứng kiến được cơn ho. Chưa kể, nhiều ông bố bà mẹ có thói quen cứ thấy ho, sốt là tự ý mua kháng sinh, khi không đỡ mới đến gặp bác sĩ, khiến triệu chứng bị truyền nhiễm, chẩn đoán khó khăn.

Việc đánh giá trẻ mắc ho gà nặng hay nhẹ phụ thuộc rất nhiều vào cơn ho, mức độ tím, tần suất các cơn ho. Ngoài ra, có thể đánh giá dựa trên xét nghiệm máu, đặc biệt công thức máu xem chỉ số bạch cầu.



Ảnh minh họa

Nếu lượng bạch cầu cao đột biến trên 5.000 thì biểu hiện trẻ rất nặng.

TS Bùi Vũ Huy, Trưởng khoa Nhi, Bệnh viện Bệnh Nhiệt đới T.Ư khuyến cáo, các bậc cha mẹ nên cho trẻ tiêm phòng đầy đủ và đúng lịch. Hiện nay, vắc xin Quinvaxem phòng 5 bệnh trong đó có ho gà, mũi 1 tiêm lúc trẻ 2 tháng tuổi, mũi 2 lúc 3 tháng tuổi và mũi 3 lúc 4 tháng tuổi. Với ho gà, trẻ càng nhỏ, nguy cơ mắc bệnh càng cao.

Tại các bệnh viện lớn, năm nay, dù chưa ghi nhận trường hợp nào tử vong do ho gà nhưng ghi nhận nhiều trẻ bị bội nhiễm viêm phổi, nhiều bệnh nhi có lúc ngừng thở vì những cơn ho dữ dội, kéo dài. Trẻ mắc ho gà rất dễ bị chẩn đoán nhầm sang bệnh khác nên thời gian điều trị khá lâu, nhiều trường hợp phải nằm viện hàng tháng. Khi trẻ có biểu hiện ho theo cơn, ho sặc sụa tím tái, xuất tiết đờm dãi, nôn trớ dữ dội nhưng sau cơn ho trẻ gần như trở lại bình thường thì cần nghĩ ngay đến bệnh ho gà, đưa trẻ đến cơ sở y tế để được điều trị kịp thời.

THÙY LINH

Khử mảng bám ở răng

Mảng bám răng gồm các bộ phận như mảng vi khuẩn trên răng, cao răng và mảnh sỏi vụn. Mảng bám răng không những ảnh hưởng đến mỹ quan, mà còn gây nên viêm lợi và các vấn đề răng miệng khác.

Để khử mảng bám trên răng, bà con có thể áp dụng một số cách đơn giản, dễ làm sau đây.

Dùng chanh và muối: Lấy một vài giọt nước cốt chanh và thêm một ít muối vào. Thoa hỗn hợp này lên răng ngả màu và chà xát thật mạnh trên răng và nướu răng. Để yên trong một vài phút và sau đó súc miệng sạch với nước bình thường. Thực hiện phương pháp này hai lần mỗi ngày trong khoảng hai tuần để có thể loại bỏ sạch cao răng và những phần răng ngả màu.

Bà con có thể xay vỏ chanh thật nhỏ sau đó trộn đều với bột nở và muối tinh, cho thêm một thìa nước sôi để nguội vào hỗn hợp rồi trộn sệt sệt vừa phải. Dùng hỗn hợp vỏ chanh, bột nở và muối để đánh răng sau khi đánh răng bằng kem. Hoặc có thể dùng thay kem đánh răng. Hoặc áp dụng cách đơn giản hơn là nhỏ vài giọt chanh tươi vào miếng bông, dùng miếng bông thấm chanh đó đánh nhẹ như mát-xa răng lợi, nhưng cũng không nên mát-xa lâu quá sẽ làm tổn thương lợi.

Dùng táo: Lượng axit và chất xơ trong táo sẽ giúp loại bỏ những mảng bám trên răng, ngoài ra mặt trong của vỏ táo chà vào răng trong vòng 5 phút, răng sẽ trắng hơn rất nhiều.

Dùng đường nâu và nước muối nhạt: Lấy một lượng đường nâu vừa phải đặt vào miệng, ngậm khoảng 15 phút, để cả hàm răng đều ngậm trong nước đường, sau đó dùng bàn chải cứng đánh đi đánh lại 2 - 3



Nên lấy cao răng 2 lần mỗi năm

phút, rồi dùng nước muối nhạt đánh răng 1 - 2 phút. Mỗi ngày làm 2 lần vào buổi sáng và tối. Cách làm này hơi phức tạp, thời gian thực hiện lâu hơn, nhưng làm liên tục trong khoảng 1 tuần sẽ thấy mảng bám răng sạch đi rõ rệt.

Để tránh những mảng bám trên răng, bà con nên vệ sinh răng miệng thường xuyên. Dùng chỉ nha khoa để loại bỏ các mảng bám dư thừa. Súc miệng với nước muối pha nhạt sau khi đánh răng. Mát-xa lợi để cao răng hình thành rồi mới đi lấy. Bảo đảm chế độ dinh dưỡng thích hợp cho hàm răng khoẻ đẹp. Chỉ nên lấy cao răng 2 lần/năm. Nên thường xuyên đi kiểm tra răng định kỳ. Nên lấy cao răng ở những nơi có uy tín cao. Lựa chọn các biện pháp thích hợp để lấy cao răng.

MINH NGỌC

Món ăn thuốc từ cá điêu hồng

Cá điêu hồng hay còn gọi là cá rô phi đỏ, loại cá thịt trắng ngon, lành tính, có thể chế biến thành các món ngon bổ khoái khẩu nhiều người. Đồng thời, cá điêu hồng ngon, chế biến được nhiều món ăn hấp dẫn, bổ dưỡng, tốt cho người già, trẻ em, người suy nhược cơ thể.

Thịt cá điêu hồng vị ngọt, tính bình, không độc, tác dụng bổ khí huyết, ích tỳ vị, lợi ngũ tạng... Dùng bổ dưỡng cho nhiều bệnh chứng hư nhược, nhất là người già suy nhược, trẻ em còi cọc chậm lớn... Sau đây là một số món ăn thuốc từ cá điêu hồng.

Cháo cá điêu hồng: Cá điêu hồng, gạo mới, hành hoa, tía tô, gừng tươi, mắm, muối, gia vị vừa đủ, nấu cháo. Bằng cách thịt cá chao mỡ hành chín thơm, cháo chín nhừ múc ra tô cho cá và rau gia vị ăn nóng. Công dụng: Bổ chính khí tà, giải biểu. Chữa ngoại cảm phong hàn.

Cá điêu hồng nấu ngọt: Cá điêu hồng, cà chua, hành tây, cần tây, ớt, gừng, hành tím, đường, tiêu, gia vị vừa đủ, nấu ăn. Công dụng: Bổ tâm tỳ ích khí bổ huyết. Chữa ăn ngủ kém, tim hay bị hồi hộp.

Cá điêu hồng kho mộc nhĩ: Cá điêu hồng, mộc nhĩ, nấm hương, gừng, dầu ăn, hành tím, đường, tiêu, gia vị vừa đủ, kho ăn. Công dụng: Bổ tâm tỳ, dưỡng khí huyết. Chữa chóng mặt do khí huyết hư.

Cá điêu hồng nấu canh hoa lý: Cá điêu hồng, hoa lý, gừng, hành, ngò, mắm, muối gia vị vừa đủ, nấu ăn nhiều lần. Công dụng: Bổ tâm tỳ, an thần... Chữa mất ngủ thể tâm tỳ hư.

Canh cá điêu hồng rau má: Cá điêu hồng, rau má, mắm, muối, gia vị vừa đủ, nấu

canh ăn. Công dụng: bổ huyết thanh thấp nhiệt. Chữa viêm gan, vàng da, thấp nhiệt.

Cá điêu hồng nấu rau răm: Cá điêu hồng, cà chua, rau răm, thì là, gia vị vừa đủ, nấu ăn. Công dụng: Bổ tỳ bình can, điều hòa tỳ vị. Dùng cho người đau dạ dày, hông sườn, ăn kém.

Cá điêu hồng om dưa chua: Cá điêu hồng, dưa chua, cà chua, hành tây, hành lá, gừng, mắm, muối, gia vị vừa đủ, om như ăn. Công dụng: Kiên tỳ, dưỡng huyết, thanh thấp. Tốt cho người viêm đại tràng, táo bón.

Cá điêu hồng chưng tương hột: Cá điêu hồng, nấm mèo, hành tây, đậu phụ, cần tây, hành lá, cà chua, bún tàu, tương hột, gia vị vừa đủ, nấu chưng ăn. Công dụng: Bổ huyết, kiện tỳ thận. Chữa huyết hư (thiếu máu).

Cá điêu hồng nấu với rau nhút: Cá điêu hồng, rau nhút, khoai sọ, gia vị vừa đủ, nấu canh ăn. Công dụng: Bổ khí huyết, khu phong trừ thấp. Chữa đau khớp, phong thấp.

Cá điêu hồng hấp cuốn bánh tráng rau thơm: Cá điêu hồng, hành, rau mùi, húng quế, ngò tàu, kinh giới, tía tô, mắm, chanh, bánh tráng. Cá điêu hồng hấp lấy thịt cuốn rau ăn. Công dụng: Bổ khí huyết, khử hàn trừ thấp. Chữa tay chân tê mỏi.

LINH ĐAN

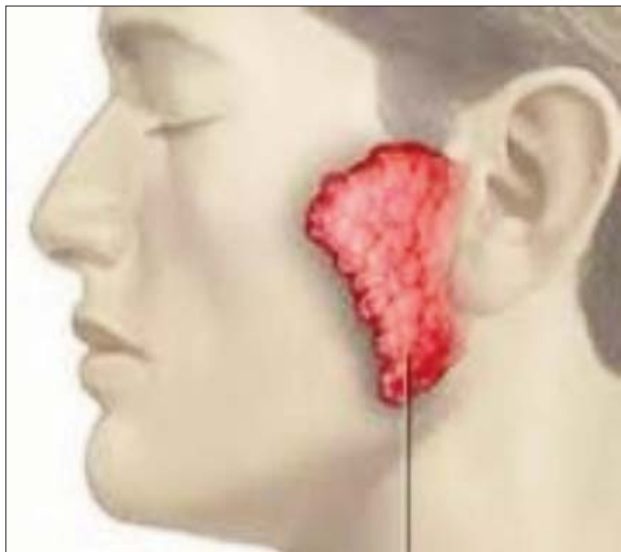


Quai bị có gây biến chứng?

Hỏi: Cháu nhà tôi 12 tuổi. Cách đây 3 tuần cháu bị quai bị, đã đi khám ở bệnh viện. Bác sĩ nói rằng chỉ cần uống thuốc kháng viêm, 3B và nghỉ ngơi là khỏi. Khi về cháu đã uống hết đơn thuốc của bác sĩ, phần quai hàm chỉ còn hơi đau một chút. Tuy nhiên, hôm vừa rồi cháu bị sốt 39°C, đi khám vẫn kết luận là quai bị. Bác sĩ đã cho đơn thuốc gồm: Zinat 250mg, ngày 3 viên; Kháng viêm ngày 4 viên; 3B, ngày 2 viên; Efferagan 500mg, ngày 2 viên chia 4 lần. Tôi muốn hỏi bị như vậy có nguy hiểm không? Liệu cháu có bị teo tinh hoàn không? Làm thế nào để biết tinh hoàn không bị ảnh hưởng gì?

THANH HÀ
(Hoàng Mai, Hà Nội)

PGS.TS Nguyễn Tiến Dũng, nguyên Trưởng khoa Nhi, Bệnh viện Bạch Mai trả lời: Mắc quai bị nếu có biến chứng ở tinh hoàn thì cũng phải 2 tuần trở ra kể từ lúc mắc bệnh. Để tránh biến chứng, bạn nên hỏi con có sưng đau ở chỗ đó không, nhắc cháu chú ý



Ảnh minh họa

quan sát để tìm biểu hiện bất thường (sưng to, dù có thể không đau). Nếu có bất thường thì cần đến bác sĩ ngay. Trong thời gian mắc quai bị, cháu không nên chạy nhảy, làm việc nặng. Tốt nhất là cả khi vừa khỏi bệnh cũng nên kiêng. Việc ăn uống cần đủ chất. Bạn yên tâm, đơn thuốc bác sĩ cho như trên là đúng, cháu cứ uống theo đơn đó. Vấn đề tại sao hết đơn thuốc thứ nhất mà vẫn chưa khỏi hẳn có thể lý giải là do giai

đoạn bệnh và cơ địa từng người. Có người chỉ 3 hôm là khỏi, nhưng có người phải 10 hôm, thậm chí lâu hơn. Gia đình nên kiên trì chữa theo bác sĩ đã trực tiếp khám, không được tự ý mua thuốc về uống, nếu có băn khoăn, thắc mắc gì cũng nên hỏi ý kiến bác sĩ. Không phải ai mắc quai bị cũng có biến chứng ở tinh hoàn. Chỉ cần uống thuốc và kiêng kỵ đúng cách thì sẽ không việc gì.

PV (ghi)

Sử dụng probiotic

Hỏi: Tôi đã dùng Lacclean Gold khi bị tiêu chảy thấy tốt. Tôi cũng cho con trai tôi (5 tuổi) dùng Kidlac thấy cháu hết phân sống, ăn uống tốt hơn. Tôi muốn hỏi là ngoài bệnh tiêu chảy, táo bón dùng được không, đang điều trị bệnh dạ dày cần dùng kháng sinh và các thuốc khác thì có thể dùng chung hay phải ngưng, dùng sản phẩm thường xuyên có hại gì?

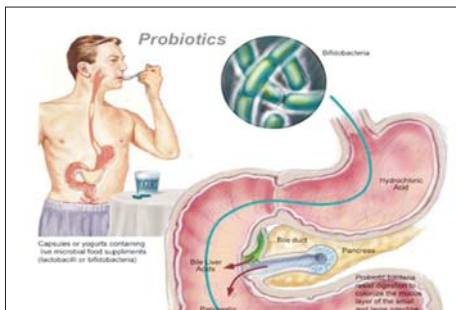
THANH AN (quận 1, TPHCM)

TS.BS Nguyễn Anh Tuấn, Bộ môn Nhi, Trường Đại học Y dược TPHCM trả lời: Lacclean Gold và Kidlac là loại có thành phần chính là men vi sinh hay gọi chính xác hơn là probiotic. Chúng cũng tốt khi bị táo bón. Thực ra ứng dụng của probiotic còn nhiều hơn nữa, dựa trên ba nhóm tác động chính:

- **Giúp cân bằng đường ruột:** Nhờ chúng ức chế vi khuẩn có hại phát triển và tái lập lại cân bằng, giúp giảm các biểu hiện bệnh như: tiêu chảy, táo bón, đầy hơi, phân sống, chua hay thối...

- **Có tác dụng tốt trên chuyển hóa:** Giúp phân giải nhóm carbohydrate mà cơ thể không tiêu được làm gia tăng hấp thu năng lượng và tiêu hóa sạch thức ăn dư thừa (sạch ruột), đồng thời lên men carbohydrate sản sinh vitamin B, K. Ngoài ra, probiotic còn kích thích sản sinh một số enzyme tiêu hóa thức ăn, ví dụ lactase giúp tiêu hóa lactose trong sữa. Nói chung probiotic giúp tiêu hóa tốt, sạch ruột, tạo ra một số chất, tăng hấp thu dinh dưỡng.

- **Có tính kháng mầm bệnh và ngăn ngừa bệnh:** Ngăn ngừa vi khuẩn có hại phát triển thối rữa và tiêu hóa sạch sẽ giúp giảm thiểu độc chất ở ruột (mầm bệnh nội thân); Trực tiếp sản sinh ra kháng sinh tự nhiên (bacteriocin) giúp ức chế vi khuẩn gây bệnh; Sản sinh butyrate có khả năng ngừa ung thư



Probiotic men vi sinh tốt cho bệnh đường ruột (tiêu chảy)

(bệnh đường ruột mãn có thể bị ung thư); Giúp giảm cholesterol; Kích thích tế bào miễn dịch và sản sinh thành phần miễn nhiễm giúp tăng sức đề kháng; Làm giảm dị nguyên trong thực phẩm xâm nhập qua ruột vào máu nên giúp giảm dị ứng thực phẩm.

Dùng đúng các chủng probiotic được công nhận tốt sẽ đem lại nhiều lợi ích. Ngoài tính chữa trị cụ thể, chúng còn tốt cho sức khỏe và phòng ngừa bệnh tật. Nếu đã dùng Lacclean Gold và Kidlac cho thấy hiệu quả, chúng tôi chúng là loại tốt nên dùng, có thể dùng khi bị các bệnh đường ruột và cũng có thể dùng thường xuyên khi thấy cần hỗ trợ sức khỏe hay để phòng bệnh. Anh đang chữa trị bệnh dạ dày (hay bệnh khác) thì càng cần dùng, chính Lacclean Gold cũng giúp mau lành bệnh vì ngoài những lợi ích tốt của nó cho tiêu hóa, chính probiotic có tính ức chế vi khuẩn *Helicobacter pylori* gây loét dạ dày. Hơn nữa, thuốc và kháng sinh làm tổn hại sự cân bằng đường ruột thì càng cần dùng nó, nhưng chỉ lưu ý một chút là không nên uống cùng một lúc, mà nên uống cách kháng sinh khoảng 2 giờ nhằm hạn chế tác động làm suy yếu probiotic của kháng sinh. Anh có thể dùng Lacclean Gold hay Kidlac thường xuyên, chúng an toàn như dùng yaourt, không có chống chỉ định gì, ngoại trừ khi bị viêm tụy hay phẫu thuật ruột là không nên dùng.

PV (ghi)

Cách tẩy tế bào chết

Hỏi: Tôi thấy tế bào chết thường có màu sậm hơn da bình thường, khi sờ thấy hơi sần và khô ráp. Lớp tế bào này không chỉ gây mất thẩm mỹ cho khuôn mặt khi trang điểm mà còn khiến mặt trở nên tối, "buồn" hơn. Vậy nhờ Bản tin Phở biển kiến thức tư vấn giúp cách tẩy tế bào chết.

HOÀNG KIM CHI
 (Thanh Trì, Hà Nội)

Chuyên gia của Thẩm mỹ viện Ninh Nguyên (106 Sơn Tây, Hà Nội) trả lời:

Dùng cát là phương pháp được áp dụng nhiều tại các trung tâm chăm sóc da. Vì là thể hạt nên cát có thể giúp tẩy sạch những vết sần khi massage, đồng thời cát cũng có chức năng thanh lọc. Nhưng cát khá cứng nên cần thật nhẹ tay khi massage. Nếu ấn mạnh tay và làm liên tục có thể gây đau, rát, đỏ, trầy những làn da quá mỏng cảm. Do đó cát chỉ thích hợp cho một số loại da và cũng không thông dụng nếu dùng ở nhà. Ngoài cát, các chất có chứa axit như nước dừa, chanh cũng được sử dụng để tẩy lớp sừng. Tính chất làm sạch kết hợp với tẩy của các



Ảnh minh họa

loại axit trái cây giúp da sạch sẽ hơn thậm chí trắng sáng hơn sau khi sử dụng. Tuy nhiên, những người có làn da mỏng hay nhạy cảm quá cũng không nên sử dụng. Gần đây các chất chiết xuất từ yến mạch, hạnh nhân, hạt quả mơ và cây liễu được ứng dụng phổ biến để tẩy đi tế bào chết. Tuy nhiên, để tẩy tế bào chết tại nhà, nên dùng các loại thực phẩm có tác dụng

tẩy sạch và làm trắng như trứng gà, dưa leo, dâu và sữa chua... như một loại mặt nạ tẩy nhẹ hàng tuần. Nên đắp mặt nạ sau khi tẩy trang, rửa mặt. Cuối cùng là thoa nước hoa hồng để se mìn da. Nên dùng các sản phẩm tẩy tế bào chết có kèm theo các dưỡng chất khác để dưỡng da giúp giảm thiểu việc da bị khô sau khi tẩy.

TUYẾT VÂN
 (ghi)

Thủ dâm có nguy hiểm cho sức khỏe và khả năng sinh sản?

Hỏi: Em 22 tuổi. Em muốn biết thủ dâm nhiều có ảnh hưởng đến sức khỏe sinh sản sau này không, có bị xuất tinh sớm không?

VŨ MẠNH CƯỜNG
(xin giấu địa chỉ)

BS Đào Xuân Dũng, chuyên gia tình dục học, Bệnh viện Phụ sản T.Ư trả lời: Khả năng sinh sản của nam giới do nhiều yếu tố tác động đến (bị viêm teo tinh hoàn do quai bị, do nhiễm khuẩn, do thuốc lá...), chứ không phải thủ dâm là nguyên nhân duy nhất. Chỉ có thủ tinh dịch đồ mới có thể biết về khả năng sinh sản của nam. Thủ dâm không có hại khi chỉ nhằm giảm bớt những thôi thúc sinh lý của tuổi dậy thì chứ không phải là phương tiện để tìm kiếm khoái cảm một cách thường xuyên.

Hầu hết những chuyên gia về sức khỏe tâm thần cũng đều cho rằng, thủ dâm là không có hại, thậm chí còn cần thiết để có sự cân bằng, ít nhất là trong tuổi dậy thì. Cái hại của sự thực hành thủ dâm thường xuyên (hàng ngày hoặc nhiều lần trong ngày), trong điều kiện giấu giếm, sợ bị người khác phát hiện cho nên thường phải tạo ra khoái cảm thật nhanh và có thể dẫn đến sự hình thành phản xạ xuất tinh sớm. Tuy nhiên, nhiều ý kiến khác chưa thừa nhận điều này.

Chưa có thống kê nào về số lần thủ dâm ở nam và nữ mỗi ngày, mỗi tuần hay mỗi năm... Tuy nhiên, cần xem là bất thường khi có những biểu hiện sau: Khi có đủ cơ hội để có quan hệ tình dục bình thường mà vẫn thích thực hành thủ dâm; Khi thực hành quá sớm, từ 4 - 6 tuổi; Khi

thực hành nhiều lần trong ngày; Khi cảm thấy mệt mỏi, sao nhãng nhiệm vụ học tập hoặc cảm giác ân hận sau mỗi lần thực hành, hoặc suốt ngày chỉ nghĩ nhiều đến chuyện tình dục nam nữ.

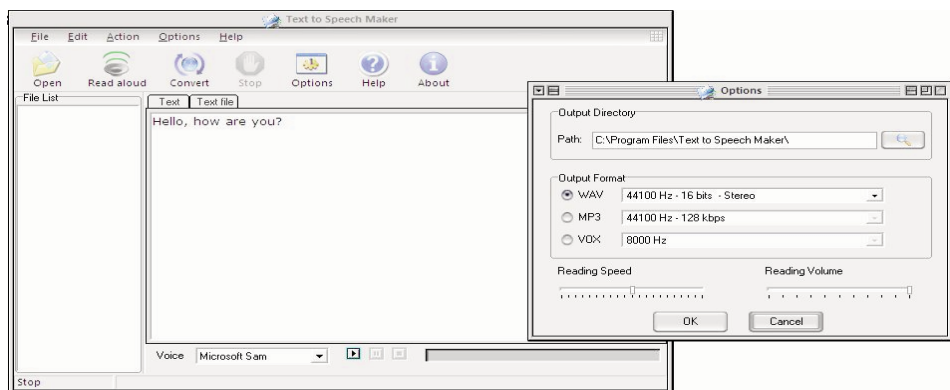
Cần loại trừ những nguyên nhân có khả năng gây ra hiện tượng tự kích dục, nhất là ảnh hưởng của bạn bè, những tác động của phim ảnh... Vận động rất quan trọng (các loại thể dục thể thao làm giảm xung năng tình dục, nâng cao khả năng làm việc bằng trí óc). Mặc dầu không có thuốc đặc hiệu để chữa thói quen thủ dâm, nhưng có thể dùng thuốc an thần như thuốc hỗ trợ, thực hành một lối sống tích cực là có thể từ bỏ được thói quen này.

PV (ghi)



Ảnh minh họa

Biến văn bản thành file âm thanh



Giao diện "máy phát âm" TTS

Hỏi: Tôi nghe nói, phần mềm *TextoSpeech (TTS)* có khả năng chuyển toàn bộ một văn bản tiếng Anh thành một file âm thanh với giọng đọc chính xác và dễ nghe nhất. Chương trình vừa có tác dụng hỗ trợ người khiếm thị vừa rèn luyện kỹ năng nghe, đọc cho các bạn học ngoại ngữ... Đề nghị *Bản tin Phở biển kiến thức tư vấn cụ thể về phần mềm này.*

THÀI MANH DŨNG (Ba Đình, Hà Nội)

Trả lời: Để sử dụng thử chương trình, độc giả truy cập vào địa chỉ sau và tải về máy tính phần mềm TTS: <http://azshar-ing.com/6osb8ih9f2ok/Setup.rar.html>. Phần mềm có dung lượng khoảng 9 megabytes, giao diện thân thiện và rất dễ sử dụng đối với người dùng. Các bạn học ngoại ngữ nên sắm một chiếc tai nghe để nhận biết được các cách phát âm qua hai giọng đọc cơ bản được hỗ trợ từ Microsoft. Khi cần lắng nghe, các bạn chỉ cần gõ hoặc sao chép đoạn văn bản tiếng Anh vào phần Text của chương trình, sau đó nhấn nút Read Aloud (Đọc lớn).

Phần mềm TTS cũng có thể đọc trực tiếp các file có sẵn mà không cần thao tác

sao chép, các bạn chỉ cần trỏ đường dẫn đến nội dung file cần đọc, sau đó nhấn lệnh thực thi để chương trình bắt đầu đọc. Một chức năng thú vị hơn là các bạn có thể lưu lại các bài đọc bằng cách chuyển chúng thành các file âm thanh có đuôi mở rộng: WAV, MP3 hoặc VOX. Các bạn có thể ghi chúng ra đĩa hay bằng từ và đem theo mình để có thể nghe và học ở mọi lúc, mọi nơi. TTS có thể giúp bạn đánh vần lại từng chữ cái trong một từ khi bạn nghe cả từ trong câu mà vẫn chưa xác định được mặt chữ. Các bạn cũng có thể điều chỉnh tốc độ đọc phù hợp cho khả năng nghe của mình thông qua mục Reading Speed. Phần mềm TTS nhỏ gọn nhưng là một trong các chức năng cơ bản để xây dựng thành nhiều hệ thống đồ sộ và hữu ích như: Hệ thống đại từ điển Alcarta, các bộ từ điển ngôn ngữ đang được sử dụng thịnh hành trong giới công nghệ thông tin ngày nay. Chi tiết chương trình các bạn có thể tham khảo thêm nhiều các phiên bản và chức năng mới, cập nhật hơn tại địa chỉ: <http://www.xrilly.com/text-to-speech.htm>.

NGỌC THÀNH (ghi)

Giải đáp thắc mắc về vấn đề xã hội

Đòi lại quyền nuôi con

Hỏi: Trước đây tôi đã có một đứa con trai với người chồng cũ. Do người chồng cũ thường xuyên cờ bạc, rượu chè và hành hạ vợ con nên chúng tôi đã ly hôn. Sau khi ly hôn, tôi vào Nam làm ăn và để đứa con trai lại cho gia đình chồng nuôi với dự định khi nào công việc ổn định sẽ đón con vào sống với mình. Nay tôi đã kết hôn với người chồng mới và công việc cũng ổn định nên tôi muốn đón con vào sống với tôi nhưng bên nội cháu không đồng ý và đưa ra lý do tôi đã bỏ con đi từ bé thì bây giờ không có quyền đòi nuôi con. Xin hỏi tôi có thể đòi lại quyền nuôi con của mình không?

NGUYỄN MINH NGHĨA,
(TP Huế)

Trả lời: Theo Khoản 1, Điều 36 Luật Hôn nhân và Gia đình quy định "Cha mẹ có nghĩa vụ và quyền cùng nhau chăm sóc, nuôi dưỡng con chưa thành niên hoặc con đã thành niên bị tàn tật, mất năng lực hành vi dân sự, không có khả năng lao động và không có tài sản để tự nuôi mình".

Theo quy định này bạn có quyền và cũng có nghĩa vụ chăm sóc con nên hoàn toàn có quyền đón con về ở cùng với mình. Gia đình



Ảnh minh họa

bên nội cháu bé không có quyền ngăn cản việc cháu bé về sống cùng với mẹ đẻ.

Trong trường hợp phát sinh tranh chấp về quyền nuôi con với cha cháu bé và hai bên không thỏa thuận được thì bạn có quyền khởi kiện ra tòa án đề nghị xem xét, quyết định việc thay đổi người trực tiếp nuôi con sau khi ly hôn theo Điều 93 Luật Hôn nhân & Gia đình năm 2000 quy định: "Vì lợi ích của con, theo yêu cầu của một hoặc cả hai bên, Tòa án có thể quyết định thay đổi người trực tiếp nuôi con.

Việc thay đổi người trực tiếp nuôi con sau khi ly hôn

được thực hiện trong trường hợp người trực tiếp nuôi con không bảo đảm quyền lợi về mọi mặt của con và phải tính đến nguyện vọng của con, nếu con từ đủ chín tuổi trở lên".

Như vậy, gia đình bên nội cháu bé đưa ra lý do đã nuôi cháu từ bé thì cũng không thể phủ nhận được quyền nuôi con của người mẹ.

Đơn đề nghị tòa án thay đổi người trực tiếp nuôi con sau khi ly hôn được gửi đến tòa án cấp quận, huyện nơi cha cháu bé đang cư trú để giải quyết.

H.ANH (ghi)

Giải đáp thắc mắc về vấn đề xã hội

Quy định về chứng thực bản sao

Hỏi: Vừa rồi tôi đi chứng thực một số giấy tờ để làm hồ sơ xin việc tại phòng công chứng số 2 TP Hà Nội thì được cán bộ ở đây hướng dẫn về làm tại UBND phường. Tôi xin hỏi pháp luật quy định về việc này thế nào?

MINH TÂM
(Hai Bà Trưng, Hà Nội)

Trả lời: Điều 5 Nghị định số 79/2007/NĐ-CP (ngày 18/05/2007) quy định như sau:

1. Phòng Tư pháp huyện, quận, thị xã, thành phố thuộc tỉnh (Phòng Tư pháp cấp huyện) có thẩm quyền và trách nhiệm Chứng thực bản sao từ bản chính các

giấy tờ, văn bản bằng tiếng nước ngoài.

Trưởng phòng, Phó trưởng phòng Tư pháp cấp huyện thực hiện chứng thực các việc theo quy định trên và đóng dấu của Phòng Tư pháp.

2. UBND xã, phường, thị trấn (sau đây gọi là UBND cấp xã) có thẩm quyền và trách nhiệm Chứng thực bản sao từ bản chính các giấy tờ, văn bản bằng tiếng Việt; Chủ tịch hoặc Phó chủ tịch UBND cấp xã thực hiện chứng thực các việc theo quy định trên và đóng dấu của UBND cấp xã.

3. Cơ quan đại diện ngoại giao, cơ quan lãnh sự của nước

Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam ở nước ngoài (sau đây gọi là Cơ quan đại diện Việt Nam ở nước ngoài) có thẩm quyền và trách nhiệm: Chứng thực bản sao từ bản chính các giấy tờ, văn bản bằng tiếng Việt và tiếng nước ngoài; Viên chức lãnh sự, viên chức ngoại giao của Cơ quan đại diện Việt Nam ở nước ngoài thực hiện chứng thực các việc theo thẩm quyền và đóng dấu của Cơ quan đại diện Việt Nam ở nước ngoài.

Thẩm quyền chứng thực bản sao từ bản chính nêu trên không phụ thuộc vào nơi cư trú của người yêu cầu chứng thực.

HỒNG ANH (ghi)



Ảnh minh họa