

全区“人民满意的公务员”毛逸人：

守好民族根脉 办好民生实事

让濒临失传的“晒衣节”成为村民增收的“致富密码”，用原创歌曲播撒民族团结种子，将传统火塘议事变为全过程人民民主“连心站”……他在平凡的岗位上，用实际行动诠释了责任与担当。他就是龙胜各族自治县人大常委会机关党组成员、代表工作委员会主任、一级主任科员毛逸人。

毛逸人1977年出生，瑶族，扎根家乡28载，曾任职学校、县委宣传部、县文广体旅局等多部门。他始终以铸牢中华民族共同体意识为主线，在苗村瑶寨、侗寨壮乡间躬身实干、回应民盼。近期，毛逸人被授予全区“人民满意的公务员”称号。

盘活民族节庆

共享发展红利

龙胜是全国仅有的两个各族自治县中的一个，苗、瑶、侗、壮、汉等民族在此繁衍生息，曾面临民族节庆濒临失传、文化价值难以转化为发展动能的难题。作为土生土长的少数民族干部，毛逸人深知民族文化是群众的精神根脉，更是乡村发展的宝贵财富，为此，他决心破解难题。

“晒衣节”是当地红瑶的传统节日，每年农历六月初六举办，多彩瑶族节庆文化吸引了众多中外游客沉浸式体验。然而，这个节日当初却差点濒临失传。

“谁会大老远来看这个？要干你自己干！”面对村民的疑虑与不解，毛逸人没有气馁退缩，主动迎难而上，在田间地头与群众谈心，到村民家中耐心做工作，与企业负责人深入探讨节日经济效益，逐一打消各方顾虑，最终恢复并成功举办了“晒衣节”。此外，“祭茶节”等一批濒临失传的节日，后来也在

毛逸人的不懈努力下得以焕发新生。

在此基础上，毛逸人结合本地文旅实际，牵头策划打造“龙脊梯田文化节”“开耕节”、马海音乐节等活动，创新推出“千人爬梯田”“万人民族服饰巡游”等系列文化活动，倡导“节俭办节、还节于民”模式，让各族群众成为节庆的主角。他还牵头将“龙脊梯田四季”展览搬上联合国粮农组织国际论坛，执导县庆60周年文艺演出，让龙胜民族文化走向世界。

现在的龙胜已成为“百节之县”，游客接待总量从2010年的118.5万人次增长至2025年的1246.74万人次，35个少数民族村寨共享文旅发展红利，大寨村更凭“晒衣节”获评联合国世界旅游组织“最佳旅游乡村”。

“多亏毛主任当时动员大家一起把‘晒衣节’留下并带火了，现在我们开民宿、卖特产，日子越过越好。”在大寨村村党支部书记余琼通眼里，毛逸人的倡导与策划，带火的不仅是一个节庆，更是整个村子的精气神和致富路。

谱乡土乐章

唱响民族团结主旋律

毛逸人始终把各族群众的心声放在心上，深知民族团结既需实干，更需贴近群众的文化表达。

为让民族团结种子扎根群众心中，毛逸人自学作词作曲，公文背包里常年装着政策文件和民俗采风本。28年来，他利用休息时间深入各民族村寨，倾听群众心声、挖掘历史习俗，创作了20多首饱含乡土情怀、彰显民族团结的原创歌曲。《当屋咧》《迎客歌》等歌曲，成为群众节庆热门歌曲，让各族群众的心贴得更近。

毛逸人还自掏腰包拍摄歌曲MV，借助新媒体推广，全网点击量突破千万

次。其作品《梦见刘三姐》斩获多项荣誉，成为电影主题曲并多次登上中央电视台，让龙胜民族团结之声传遍全国。如今，村寨里的孩童学唱他的歌、老人传唱他的旋律，群众亲切地称他“毛老师”。这些原创歌曲如无形纽带，凝聚各族群众，让“中华民族一家亲”理念深入人心。

以“火塘”搭台

办好民生实事

2022年，毛逸人调任龙胜人大常委会代表工作委员会主任。针对人大代表履职程式化的问题，他从少数民族群众围坐火塘议事的传统中汲取智慧，深入村寨与群众共话发展，总结提炼出人大代表“火塘议事”工作法，并在全县推行。

自此，当地人大代表带着腊肉、酸鱼走进村寨，与群众围坐火塘打油茶、话家常、谋发展。火塘成了民意收集的“连心站”、政策宣传的“广播站”、矛盾纠纷的“和解站”。平等镇广南村一组村民石某种植30年的柑橘地，因修路征地补偿与二组村民产生纠纷，双方僵持一年多，每次见面都吵得不可开交。人大代表组织村民围坐火塘摆事实、讲政策，最终让这场纠纷冰雪消融。

目前，火塘已成为龙胜基层治理的“神经末梢”，仅广南村就改造火塘12座，辐射群众3000余人。2024年，全县通过“火塘议事”收集民意145条，成功解决群众急难愁盼的实事121件。2025年



↑毛逸人在红军楼为青年志愿者讲解红色历史故事。 通讯员吴生斌 摄

全国两会召开之际，中央电视台播出的《民声促民生 侗寨火塘传民声》专题报道，让这一实践成为全国基层治理的鲜活样本。

多年来，毛逸人用一件件实事赢得了各族群众的信任。

谈及获评全区“人民满意的公务员”的称号，毛逸人说这份荣誉属于每一名扎根龙胜的基层工作者，更来自各族群众的信任。他表示，将继续深耕民族文化、抓实民族团结、做优基层治理，让各族群众收获更多幸福感，努力为建设桂林世界级旅游城市民族文化旅游示范区、谱写中国式现代化龙胜篇章贡献自己的力量。

记者李忠波

健康讲堂

科学应对小儿腹泻 守护儿童健康

□韦妹汾(桂林医科大学第一附属医院)

腹泻是婴幼儿时期最常见的消化道问题之一，尤其在季节交替、饮食不当或感染时高发。宝宝一旦拉肚子，家长既心疼又焦虑，生怕脱水、营养不良。其实，小儿腹泻护理远重于用药，掌握科学方法，既能快速缓解症状，又能保护娇嫩肠胃，避免反复不适。

一、先分清：宝宝腹泻的常见原因

婴幼儿肠胃功能尚未发育成熟，消化能力弱、抵抗力差，腹泻多与感染、饮食、护理不当密切相关。

1、感染性腹泻：由病毒（如轮状病毒、诺如病毒）或细菌感染引起，常伴随发热、呕吐，大便多带黏液、血丝，传染性较强，在秋冬季节或集体环境中更易传播。2、非感染性腹泻：多因腹部受凉、饮食过量、辅食添加过快、食物不洁或乳糖不耐受导致，大便以稀水样、蛋花汤样为主，无脓血，调整饮食和护理后多能较快好转。3、生理性腹泻：多见于纯母乳喂养宝宝，大便偏稀、次数多，但精神好、吃奶正常、体重稳步增长，不影响发育，无需特殊治疗，添加辅食后会逐渐改善。

二、核心护理：预防脱水是第一要务

腹泻对宝宝最大的威胁不是拉肚子

本身，而是脱水和电解质紊乱，一旦处理不及时，可能危及健康，家长务必抓住三点：

1、及时科学补充液体。不要只喂白开水，更不要用糖水、果汁代替补液，应优先选择口服补液盐Ⅲ，按说明书冲调后少量多次喂服，补水、补盐、补电解质效果更安全有效。2、密切观察脱水信号。轻度脱水表现为尿量略减、口唇稍干；若出现尿量明显减少（4—6小时无尿）、哭时无泪、口唇干燥、眼窝凹陷、精神萎靡、皮肤弹性变差，提示已达中重度脱水，必须立即就医。3、准确记录病情变化。留意大便次数、颜色、性状（稀水、蛋花汤、黏液），以及呕吐、发热情况，为医生判断病因、指导治疗提供可靠依据。

三、饮食护理：不盲目禁食，这样吃更养肠胃

很多家长认为“拉肚子要饿一饿”，让宝宝禁食，这是严重误区。腹泻时肠道黏膜受损，更需要营养支持修复，盲目禁食会加重营养不良、延长病程。合理喂养、清淡易消化才是关键。

1、母乳喂养宝宝：继续母乳喂养，可适当缩短单次喂奶时间、减少奶量，增加喂奶次数，减轻肠胃负担；妈妈饮食保

持清淡，忌油腻、生冷、辛辣刺激食物。2、配方奶喂养宝宝：可短期适当稀释奶液，或在医生指导下更换无乳糖配方奶粉，缓解乳糖不耐受，待腹泻好转后逐步过渡回普通奶粉。3、已添加辅食宝宝：暂停新辅食、油腻肉类、生冷水果、甜食和零食，选择米汤、稀粥、烂面条、蒸苹果泥等温和易消化食物，少量多餐，减轻肠道刺激。坚决避免：不喂纯牛奶、果汁、碳酸饮料，不盲目禁食，不擅自给宝宝服用成人止泻药。

四、日常护理：细节到位，宝宝少受罪

科学细致的护理，能有效减轻宝宝不适，预防并发症。1、做好臀部护理，预防红屁股。腹泻大便刺激性强，易引发红屁股，每次便后用温水轻柔清洗臀部，软布蘸干，涂抹护臀膏，勤换尿布不湿，保持干燥透气。2、加强腹部保暖，缓解腹痛。腹部受凉会加快肠道蠕动，加重腹泻和腹痛。用温热毛巾轻敷腹部（注意温度，避免烫伤），给宝宝穿肚兜护住肚脐，减少冷空气刺激。3、严格卫生消毒，阻断交叉感染。感染性腹泻传染性强，宝宝的奶瓶、餐具、玩具需煮沸消毒，家长护理前后务必彻

底洗手，不共用毛巾、餐具，防止反复感染。4、保证充足休息，稳定情绪。让宝宝多卧床休息，减少活动和体力消耗，哭闹时及时安抚，避免情绪激动加重肠胃不适。

五、牢记3种情况，立即就医不拖延

多数腹泻通过家庭护理可缓解，但出现三种情况必须立即就医：1、腹泻频繁、呕吐剧烈，无法正常进食和补液，出现4—6小时无尿等明显脱水症状；2、大便带脓血、血丝，伴随高热（体温≥39℃）、剧烈呕吐、精神极差、烦躁不安；3、腹泻超过3天无好转，或宝宝出现抽搐、嗜睡、拒绝进食、面色异常。

六、预防小贴士：减少腹泻反复发作

1、合理添加辅食，遵循由少到多、由稀到稠、由一种到多种原则，不急于求成。2、注意腹部保暖，夏季避免直吹空调风扇，冬季重点护住肚脐，防止受凉。3、养成良好卫生习惯，饭前便后洗手，不吃生冷、不洁食物，餐具定期消毒。4、按时接种轮状病毒疫苗，有效降低病毒感染性腹泻的发生风险。

宝宝腹泻是成长中常见的肠胃“小考验”，家长无需过度焦虑。只要牢牢抓住防脱水、调饮食、细护理三大核心原则，科学应对、不盲目用药，就能帮助宝宝快速恢复，守护肠道健康，让宝宝舒适、平稳地度过腹泻期。