

## 河南圣德健康养护中心 举办系列活动欢庆重阳节

本报讯(记者 严杨 刘泽鲲)连日来,河南圣德健康养护中心举办系列活动,欢庆中华传统节日重阳节的到来,大力弘扬尊老敬老的传统美德,让老人们感受到来自党和政府的温暖与关怀,丰富他们的精神文化生活,受到中心入住近500名长者的热烈欢迎。

10月10日下午,“喜迎新时代 欢乐度重阳”舞蹈专场慰问演出在中心三楼欢乐谷举行,来自信阳市的朝霞舞蹈队、美丽健康舞蹈队分别表演了傣族舞《约会》、舞蹈《火火的红马鞭》、葫芦丝独奏《月光下的凤尾竹》、舞蹈《敖包相会》、舞蹈《藏族生日歌》、《中华龙舞起来》、《新疆舞》、《拥军秧歌》等节目,让老人们享受到了一次丰盛的舞蹈大餐。

10月11日上午,华信圣德集团直属公司党支部在圣德养老中心开展“九九重阳践初心,敬老爱老传党情”主题党日活

动。党员们与老人一起包饺子,为老人送上水果、牛奶、罐头等慰问品,以实际行动表达对老人的关爱与尊重,令老人们深受感动。

当日上午,信阳农林学院体育学院的师生们为中心入住的老人们送来了以《舞动圣德、乐在重阳》为主题的舞狮表演,并由老师带领老人们进行了“八段锦”表演。

活动开始前,中心社工师还带领现场老人进行运动操训练与手工操表演,让老人们充分感受到参与其中的乐趣。

同时,养护中心营养餐厅内欢声笑语、热情洋溢,中心庆祝重阳节包饺子活动在这里热烈举行,来自华信圣德集团机关支部、直属公司支部和信阳农林学院的数十名志愿者,与老人们一起包饺子、话家常、送温暖,其乐融融,好不热闹。

11日下午,由圣德健康养护中心与信阳艺术职业学院、信阳职业技术学院联合组织的

“金秋敬老,乐在重阳”联谊活动在中心体育广场举行。

信阳艺术职业学院的大学生们为长者带来了精彩的歌舞节目。

接着,中心数十名长者与来自信阳职业技术学院应用外国语学院的大学生们一起,先后举行了“活力健身操”表演和“乒乓球运球时光接力赛”“彩球入瓮”“趣味保龄球”“欢乐滚筒”等游戏运动会。

华信圣德集团机关支部的志愿者们积极协助服侍老人,热心为老人们服务。老人们玩得很开心、很幸福。

通过举办此场联谊会,以体育之名,弘扬敬老爱老的传统美德,搭建跨代沟通的桥梁,不仅丰富了老年人的精神文化生活,促进其身心健康,而且培养青年学生的社会责任感与尊老情怀,增进两代人之间的情感交流,进一步传承弘扬了中华民族的敬老文化,收到很好的效果。

### 新县·居民健康有『医』靠 义诊『直达』家门口

本报讯(记者 严杨 何红)近日,新县新集街道潢河社区联合新集街道卫生院开展家庭医生上门义诊活动,用实际行动践行“医”心为民理念,让群众足不出户就享受到优质的医疗服务。

义诊现场,前来咨询和就诊的居民很多。新集街道卫生院的医护人员早早地做好了准备,他们携带了各类医疗设备,以专业的态度和饱满的热情迎接每一位前来的居民。社区志愿者在一旁引导老人有序排队,协助填写表格,贴心地为老人们递上温水。此次义诊项目丰富,涵盖了血常规、心电图等多个方面,居民们在医护人员的指导下进行样本采集。

本次义诊的主要对象是社区内65岁及以上老年居民,对于确实有特殊需求、行动不便的老年人,家庭医生会携带便携式医疗设备,入户上门为他们提供血压测量、血糖检测、心电图等体检服务。医生们认真地为每一位老人进行检查,耐心询问老人日常身体状况、饮食习惯、睡眠情况等,为老人们提供个性化的健康建议。同时还有社区志愿者陪同家庭医生上门,为行动不便的老人提供必要的帮助,倾听他们的心声,传递社区的温暖与关怀。

据悉,凡是辖区内居住半年以上的居民,包括户籍及非户籍居民都可以与乡镇卫生院(或者社区卫生服务中心)、村卫生室(或者社区卫生服务站)工作人员进行家庭医生签约服务。

## 信阳一五四医院开展世界精神卫生日科普义诊活动

本报讯(记者 杨燕 见习记者 严艺超)10月10日是“世界精神卫生日”,信阳一五四医院携手信阳师范大学,开展主题为“共建共治共享,同心健心安心”健康宣传活动。

世界精神卫生日旨在通过多种途径的宣传活动,推动全社会增强心理健康意识,关注心理精神需求,在家庭、学校、单位、社区等环境中,营造维护促进心理健康和精神卫生的良

好氛围,并提供适宜的心理支持和心理健康服务,提升心理健康和精神卫生水平。

信阳一五四医院抽调医护人员组成医疗分队,通过悬挂横幅、发放宣传页的方式进行主题宣传。结合宣传页内容给前来咨询的群众进行针对性讲解,用通俗易懂的语言向大家强调重视心理健康问题的重要性,并且要早发现早治疗。现场共计有100余人参加活动,发

放宣传页100余份。由此可见,心理健康正在得到民众的重视。

信阳一五四医院借助此次宣传活动向广大群众普及了精神卫生知识和精神卫生服务的内容,呼吁社会各界要共同促进心理健康水平的提升。同时提倡走近精神疾病患者,保护精神疾病患者的人格尊严,从而更好地保障和促进精神卫生事业发展。

## 息县开展妇幼健康科普义诊活动

本报讯(记者 严杨 何红)近日由息县卫健委主办、县妇幼保健院协办、荣誉购物中心承办的情暖金秋妇幼健康科普义诊活动在荣誉购物中心举行。

义诊现场,聚集了大量前来问诊的群众,大家有序排队

等待检查咨询。县妇幼保健院组织多学科专家现场坐诊,医护人员对前来咨询的群众耐心答疑、测量血压、科普知识、指导用药、引导群众科学饮食,提高自我保健意识。

同时,医护人员还为群众现场演示指导心肺复苏和海姆

立克急救方法,耐心细致的讲解演示使得现场群众学习热情高涨。

本次义诊活动让群众在家门口享受到各学科专家的咨询指导,为广大群众提供便捷、高效的医疗服务,用心、用情呵护妇女儿童健康。

## 胶囊去壳不可取

网上有说法称,孩子需要吃胶囊类药物时难以下咽,可以去掉胶囊壳子,将药粉冲水给孩子喝。

对于这一做法,专家提醒,千万不要这么做。胶囊不仅仅是为了把药物“装起来”便于吞服,它能提高药物的稳定性,掩盖不良气味,减少药物刺激性,甚至控制药物的释放速率。有些药物需要到达肠道再被溶解、吸收,胶囊可以保护药物不被胃酸破坏。而将胶囊拆开可能破坏这些功能,导致药物效果变差或增加副作用。

(据科学辟谣微信公众号)