

## 全民健康生活方式宣传月活动进机关

## 科学管理体重 享受健康生活

□记者 郑伟元

本报讯 为深入推进以“三减三健”为主题、以体重管理为突破口的全民健康生活方式行动,10月10日,全民健康生活方式宣传月活动走进周口市行政服务中心,宣传推广文明健康生活方式。此次活动由周口市机关事务中心、周口市卫生健康委主办,周口市卫生健康工作服务中心承办。周口市中心医院、周口口腔医院医护人员参加了活动。

活动现场,相关人员宣读了《全民健康生活方式倡议书》,倡导干部职工“食要三减 体要三健”,追求健康生活方式,拥有健全的人格、健康的心态、健壮的体魄。

随后,周口市中心医院全科医学科主任孔娟以“科学管理体重 享受健康生活”为题,向干部职工讲解了体重与健康的重要关系、什么是科学合理的生活方式等知识,受到干部职工的好评。“这次活动非常有针对性。以后我要合理安排饮食,确保营养均衡和身心健康。”周口市妇联四级主任科员刘媛媛说。

活动现场,医护人员向干部职工发放了限盐勺、限油壶、腰围尺等健康小工具。周口口腔医院义诊团队为干部职工免费提供血压测量、口腔健康检查等服务,增强了大家的保健意识。

据了解,今年9月以来,周口市卫生健康工作服务中心工作人员先后走进西华县叶埠口乡注赵行政村、临港开发区公用事业管理中心、周口市体育事业发展中心、临港开发区管委会,广泛开展健康生活方式宣传活动,取得了明显成效。

周口市卫生健康工作服务中心主任杨鸽君表示,通过开展健康教育进机关、进企业、进社区、进学校活动,让大家牢固树立了“每个人是自己健康的第一责任人”理念,对提升我市居民健康素养水平起到了促进作用。下一步,该中心将继续创新健康教育与健康促进工作的方式方法,营造“全民参与 人人受益”的社会氛围,为健康周口、美丽周口建设贡献力量。③2

## 我市启动食品安全宣传周活动



周口市疾病预防控制中心工作人员为市民讲解食品安全知识。

□记者 郑伟元 通讯员 聂艳超 文/图

本报讯 为引导社会各界积极参与食品安全共治,加强相关法规和科学知识的宣传与普及,10月11日,我市启动“诚信尚俭 共享食安”食品安全宣传周活动。10月12日,周口市疾病预防控制中心在周口市专科医院门前开展了主题宣传活动。

周口市疾病预防控制中心对此项活动高度重视,积极筹备、精心组织,制作了8块图文并茂的食品安全与营养膳食知识宣传展板,印制了2万份食品安全和营养膳食知识手册。

活动现场,周口市疾病预防控制中心的工作人员通过设置宣传台、摆放宣传展板、发放健康小工具、现场答疑等形式,积极宣传食品安全、食物中毒防治、食

品营养等知识。此次活动共发放宣传手册、彩页2000余份,健康小工具1100件,提供咨询680人次,取得了良好的宣传效果。

“我血压有点高,平时需要注意饮食。今天专家给我发了限盐勺、限油壶,还讲解了使用方法,这个活动非常好。”市民王阿姨说。

据悉,除线下活动外,周口市疾病预防控制中心还利用“周口疾控”微信公众号等平台,对食品安全知识进行科普宣传,进一步扩大宣传效果。

周口市疾病预防控制中心食品科副科长王雅利表示,此次活动向市民普及了食品安全相关知识,增强了大家的食品安全意识和科学应对风险的能力。下一步,该中心将继续开展食品安全宣传活动,着力营造全社会关心关注食品安全的浓厚氛围。③2

## 名医名家项城行 传授经验送健康

□记者 郑伟元

本报讯 近日,阜外华中心血管病医院专家组来到项城市第一人民医院,开展“名医名家项城行”活动,就心内科、胸痛科等科室的规范运营和诊疗技术提升开展交流帮扶,促进学科发展。

座谈会上,项城市第一人民医院心内科负责人对该院心内科建设情况进行了详细汇报,并对需要阜外华中心血管病医院帮助解决的问题做了陈述。专家组对项城市第一人民医院心内科学科建设成效给予了肯定,解答了相关问题,指出了短板和不足。

随后,专家组成员深入项城市第一人民医院心内科、胸痛科病区,开展手术带教、教学查房及业务指导活动,对疑难病患者进行救治,优化诊疗方案和治疗流程。“此次活动旨在深入贯彻落实健康中国战略,推动国家优质医疗资源下沉和均衡布局。”阜外华中心血管病医院副院长范太兵说。

项城市第一人民医院院长李松林表示,此次活动的开展,使他们学到了专家组带来的先进技术和管理经验,提高了该院的医疗技术水平。下一步,该院将与省级专家建立定期交流机制,开展多层次深入合作,真正让省级专家的技术和服务落地生根,不断满足人民群众对优质高效医疗卫生服务的需求。③2

本版组稿 刘伟

## 关爱基层老年人 科普知识送上门

□记者 刘伟 文/图

本报讯 10月11日是重阳节,周口市人民医院内分泌科义诊团队走进川汇区老干部活动中心,开展健康科普志愿服务活动,进一步增强老年人的健康生活意识,弘扬中华民族尊老、敬老、爱老的传统美德。

活动现场,周口市人民医院内分泌科主任张春霞向老年人详细讲解了骨质疏松症的特点和预防措施,告诉大家要按时补钙,做到疾病的早发现、早治疗、早预防。该院医护人员耐心地为老年人测量血压、血糖,并嘱咐他们在季节交替之际要注意饮食、作息和保暖,预防疾病发生。老人们纷纷表示,此次活动让他们感受到了关爱与温暖,医护人员的专业讲解和服务,使他们倍感安心。

此次活动为基层老年人带来了实实在在的关爱,

在弘扬中华民族传统美德的同时,也让他们感受到了来自社会大家庭的温暖。周口市人民医院将持续开展丰富多彩的志愿服务活动,不断提升老年人的生活质量和幸福指数。③2



专家向老年人普及健康知识。