

# 携手津门儿科名院 共护豫北儿童健康

## 天津市儿童医院专家团队莅安开展医联体巡诊活动

本报讯(记者 张武杰)为深入贯彻落实京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,4月24日,天津市儿童医院副院长郑继萍率领专家团队莅临安阳市妇幼保健院开展医联体巡诊活动,筛查重症、解疑难、强能力、促协作,让我市患儿家庭足不出户,就能享受到国内儿科名院优质医疗服务的温暖与便捷,以实际行动守护儿童健康成长。

本次巡诊活动阵容堪称“豪华”,汇集了来自天津市儿童医院神经外科、神经内科、心脏外科、心脏内科、骨科、普外科、新生儿外科、整形外科、泌尿外科、消化科、血液科、康复科、心理科、皮肤科、超声科等多个优势专科的权威专家,形成了全方位、多学科的综合诊疗团队,一站式为患儿解决各类健康难题。

活动现场,前来就诊的患儿及家长络绎不绝,大家有序排队、等候候诊,脸上满是期待与安心。诊疗台前,专家们耐心细致、一丝不苟,一边认真倾听家长的诉求,详细询问患儿的病史、症状,一边细致查看病历、检查报告,用专业的诊疗知识对患儿进行全面评估,精准分析病情,量身定制个性化诊疗方案。对于家长提出的各类疑问,专家们用通俗易懂的语言逐一解答,用温情与专业驱散了家长们心中的焦虑。

除了免费的一对一诊疗服务,专家团队还针对临床上的疑难病例,开展了多学科会诊活动。他们结合患儿的具体病情,从不同专科角度进行全面评估,共同制定科学、高效的诊疗方案,为疑难病症患儿开辟了“绿色通道”,尽全力为患儿健康保驾护航。

“以前带孩子找外地专家看病又累又麻烦,要提前挂号、长途奔波,还经常排不上号,现在在家门口就能享受到优质的医疗服务,专家们看得特别细心专业,让我们心里特别踏实。谢谢医院和专家们为我们患者着想!”市民郭女士难掩心中的感激之情,朴实的话语道出了众多患儿家长的心声。

在开展义诊的同时,专家团队还同步开展了专业学术授课活动,助力我市儿科诊疗能力提质升级。天津市儿童医院王莹、范文轩、关勇、张春燕四位专家,分别以《儿童血管瘤治疗》《儿童抗NMDAR脑炎诊断与治疗》《小儿泌尿科疾病国际先进诊疗介绍》《儿童颅缝早闭的诊断与治疗》为题,结合自身丰富的临床经验和行业前沿技术,通过案例分析、理论讲解等方式,为我市及周边地区的儿科医护人员带来了一场高水平的学术盛宴。

“多年来,我们与天津市儿童医院深度合作,他们先后选派皮肤、消化、呼吸、免疫等专业的专家来我院长期坐诊,我院也遴选20余名主任、护士长前往天津学习进修。这种‘双向奔赴’的合作,不仅极大提升了我院的诊疗能力,也让安阳的老百姓在家门口就能享受到名院优质的诊疗服务。此次天津市儿童医院专家团队来我院巡诊授课,是两院合作的进一步深化,我们将以此活动为契机,不断提升自身服务能力,更好为安阳市的儿童健康保驾护航。”安阳市妇幼保健院副院长安慧萍说。

此次免费巡诊和授课活动,既是京津冀医疗协同发展战略的生动实践,也是天津市儿童医院和安阳市妇幼保健院深化合作、互利共赢的具体体现,更是一场惠及安阳及周边地区患儿家庭的民生实事。不仅为我市患儿带来了优质、便捷的医疗服务,更通过学术交流实现了“输血”与“造血”相结合,有效提升了本地儿科诊疗水平,为儿童健康事业高质量发展注入了新活力。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。



巡诊现场(医院供图)

我市儿科诊疗能力提质升级。天津市儿童医院王莹、范文轩、关勇、张春燕四位专家,分别以《儿童血管瘤治疗》《儿童抗NMDAR脑炎诊断与治疗》《小儿泌尿科疾病国际先进诊疗介绍》《儿童颅缝早闭的诊断与治疗》为题,结合自身丰富的临床经验和行业前沿技术,通过案例分析、理论讲解等方式,为我市及周边地区的儿科医护人员带来了一场高水平的学术盛宴。

“多年来,我们与天津市儿童医院深度合作,他们先后选派皮肤、消化、呼吸、免疫等专业的专家来我院长期坐诊,我院也遴选20余名主任、护士长前往天津学习进修。这种‘双向奔赴’的合作,不仅极大提升了我院的诊疗能力,也让安阳的老百姓在家门口就能享受到名院优质的诊疗服务。此次天津市儿童医院专家团队来我院巡诊授课,是两院合作的进一步深化,我们将以此活动为契机,不断提升自身服务能力,更好为安阳市的儿童健康保驾护航。”安阳市妇幼保健院副院长安慧萍说。

此次免费巡诊和授课活动,既是京津冀医疗协同发展战略的生动实践,也是天津市儿童医院和安阳市妇幼保健院深化合作、互利共赢的具体体现,更是一场惠及安阳及周边地区患儿家庭的民生实事。不仅为我市患儿带来了优质、便捷的医疗服务,更通过学术交流实现了“输血”与“造血”相结合,有效提升了本地儿科诊疗水平,为儿童健康事业高质量发展注入了新活力。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

长期坐诊,我院也遴选20余名主任、护士长前往天津学习进修。这种‘双向奔赴’的合作,不仅极大提升了我院的诊疗能力,也让安阳的老百姓在家门口就能享受到名院优质的诊疗服务。此次天津市儿童医院专家团队来我院巡诊授课,是两院合作的进一步深化,我们将以此活动为契机,不断提升自身服务能力,更好为安阳市的儿童健康保驾护航。”安阳市妇幼保健院副院长安慧萍说。

此次免费巡诊和授课活动,既是京津冀医疗协同发展战略的生动实践,也是天津市儿童医院和安阳市妇幼保健院深化合作、互利共赢的具体体现,更是一场惠及安阳及周边地区患儿家庭的民生实事。不仅为我市患儿带来了优质、便捷的医疗服务,更通过学术交流实现了“输血”与“造血”相结合,有效提升了本地儿科诊疗水平,为儿童健康事业高质量发展注入了新活力。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

“今天,我院的专家团队来到安阳市妇幼保健院开展巡诊活动,主要目的是落实推动京津冀协同发展国家战略,推动优质医疗资源下沉,解决患儿及家长的急难愁盼就医问题,让患儿能够舒适、便捷地享受优质的医疗资源,这是我们两家医院共同的使命和责任。在之前的合作中,我们已经派驻专家在这里长期为患儿及家长服务,今后,我们将持续深化两院合作,把优质医疗服务不断延伸,为安阳的患儿提供更优质、更全面的健康保障。”天津市儿童医院副院长郑继萍表示。

# 弘扬传统文化 助力全民健身

## 北关区老年人舞蹈艺术协会开展健身秧歌专项培训活动



培训现场(王红霞 摄)

本报讯(记者 张武杰 通讯员 王红霞)为深入贯彻落实全民健身国家战略,推动科学健身理念融入群众日常生活,弘扬中华优秀传统文化,近日,北关区老年人舞蹈艺术协会精心组织开展了第九套健身秧歌规定套路专项培训活动。

本次培训严格遵循国家体育总局推广的规范标准,特别邀请国家级社会体育指导员王慧担任主教练,国家级社会体育指导员赵小萍担任助教,通过系统化、专业化的教学方式,为学员呈现秧歌舞的独特魅力与健身价值。培训中,两位教练以深厚的专业素养和丰富的教学经验,从动作分解、节奏把控到队形编排,逐一进行细致

讲解与示范,确保每位学员都能精准掌握技术要领。

活动现场,伴随着悠扬的旋律与轻盈的舞步,学员们精神饱满、热情高涨,在教练的耐心指导下,逐步领悟秧歌舞刚柔并济的韵律之美。通过反复练习,大家不仅提升了舞蹈技巧,更在舒展筋骨的过程中体验到传统民俗文化的活力,感受到集体运动的快乐与温暖。

此次培训不仅为北关区老年群体搭建了交流技艺、增进健康的平台,更进一步推动了健身秧歌这一传统体育项目的创新发展,为全民健身事业注入新动能。未来,协会将持续开展形式多样的文体活动,助力构建更高水平的全民健身公共服务体系。

# 古韵悠扬强体魄 科学健身乐悠悠

## 北关区曙光路街道老年体协开展八段锦健身活动

本报讯(记者 张武杰 通讯员 尚晶)为丰富辖区老年人文体生活,倡导科学健身理念,提升老年群众身心健康水平,4月17日上午,曙光路街道老年体协组织辖区老年居民开展八段锦健身练习活动,让老年人在家门口就能锻炼身体、愉悦身心。

八段锦动作舒缓、简单易学,非常适合老年人日常养生锻炼。活动现场,在专业老师的带领指导下,老年朋友们精神饱满、整齐列队,跟随音乐认真练习每一个招式,一招一式动作舒展,配合呼吸

调理身心,大家认真学习动作要领,相互交流练习心得,现场氛围和谐融洽。

通过练习八段锦,不仅有效锻炼了身体,也增进了邻里感情,丰富了老年人精神文化生活。大家纷纷表示,街道组织的活动贴心又实用,锻炼之后身心舒畅,希望以后多开展类似健身活动。

下一步,曙光路街道老年体协将持续关注老年群体健身需求,常态化开展各类老年文体健身活动,不断提升老年人幸福感和获得感,营造健康养老、快乐养老的良好氛围。

# 丰富文化生活 传播健身理念

## 滑县老年体协乒乓球专委会举办2026年“提升健身技能”专项培训

本报讯(记者 张武杰 通讯员 程风琴)为丰富中老年群体体育文化生活,推广乒乓球运动项目,传播科学健身理念,切实提升中老年乒乓球爱好者的理论素养与实战技能,4月19日至20日,滑县老年体协乒乓球专委会2026年“提升健身技能”专项培训在滑县职工乒乓球活动中心举办,吸引了60余名乒乓球爱好者参加。

乒乓球运动兼具健身性与趣味性,是中老年人强身健体、愉悦身心的优选。为保障培训的专业性与高质量开展,本次活动特邀乒乓球

国家一级裁判员、国家二级运动员李晨浩担任主讲教练,并由乒乓球国家三级裁判员、河南省二级社会体育指导员杨继社全程协助开展教学工作。培训期间,滑县乒乓球协会会长、乒乓球国家一级裁判员、国家三级社会体育指导员郭传海也应邀加入教练团队,全程陪练答疑,精准破解学员训练中的各类难题。

本次培训立足参训学员技术水平参差不齐的实际,严格遵循因材施教、分层教学原则,量身定制科学教学大纲,循序渐进开展精细化指

导。教学内容全面系统,重点突出:基础环节,从发球、接发球入手,细致讲解平击、下旋、侧旋及逆旋转等发球技巧,拆解接发球的判断方法、回接要领与推挡动作细节;针对中老年爱好者普遍存在的步法短板,重点教学并步、滑步、交叉步及组合步法衔接技巧,通过现场标准示范,逐一纠正学员不规范姿势;进阶环节,系统传授正反手转换、摆速控制、搓球、摆短等核心技术,深入指导落点控制、侧身抢攻、弧圈球打法等实战技战术,并结合双打项目,讲解配合技巧、

走位轮换等实用内容,全方位助力学员提升球技。

此次培训不仅有效提升了中老年乒乓球爱好者的运动技能,更丰富了大家的精神文化生活,圆满实现了强身健体、以球会友的双重目标。下一步,滑县老年体协乒乓球专委会将持续紧盯中老年群体健身需求,常态化开展各类技能培训,积极探索“以赛代训”新模式,大力推广科学文明的健身理念,持续推动乒乓球运动在中老年群体中广泛普及,为滑县老年人体育事业发展、体育强县建设注入源源不断的活力。

# “烟火气”里送健康 ——市疾病预防控制中心开展健康宣传活动见闻

□本报记者 周俊英 文/图

暮春四月,艳阳高照。2026年4月25日是第40个“全国儿童预防接种日”,4月26日是第19个“全国疟疾日”,4月的最后一周也是第24个全国《职业病防治法》宣传周。4月24日,市疾病预防控制中心在易园西门开展健康宣传活动。

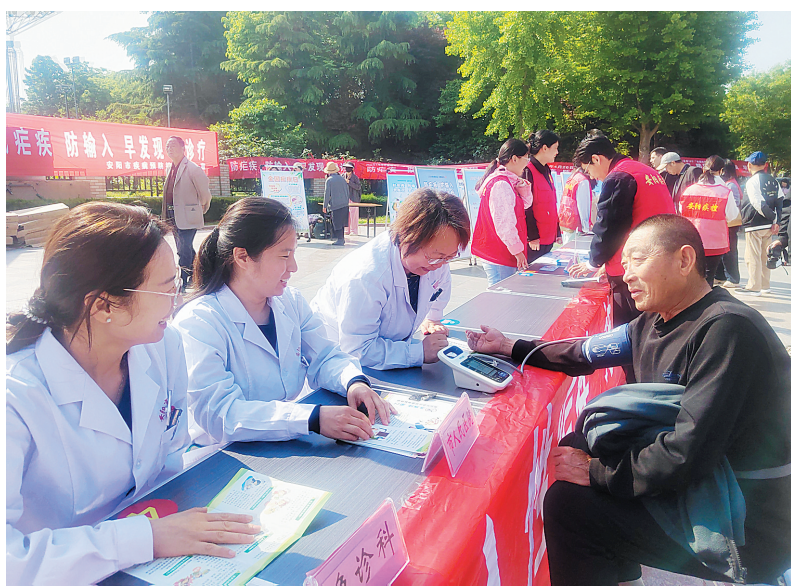
## 为全生命周期护航

上午9时,在“预防接种,苗助健康,全民行动”主题宣传活动现场,记者看到,咨询台前围了不少群众,工作人员发放手册和现场答疑,重点讲解免疫规划程序和疫苗漏种补种的重要性。

一位年轻妈妈抱着孩子问:“我家宝宝满月时忘打第二针乙肝疫苗,现在还能补吗?”“可以补种。”年轻妈妈听完松了一口气。

旁边,一位六十多岁的老年群众走过来,工作人员一边递上宣传页一边问:“大爷,您打过流感疫苗没有?”大爷摇摇头:“那个要打吗?我觉得没必要。”工作人员笑着说:“您这个年龄段最好还是打一下。”

据了解,此次“预防接种,苗助健康,全民行动”主题宣传活动,进一步引导公众充分认识疫苗接种的重要作用,着力提升全民主动接种意识,守护群众全生命周期健康。



活动现场

## 健康知识融入百姓生活

易园西门南侧,一块块图文并茂的疟疾防治展板吸引了不少群众驻足观看。这里正在开展一场以“防疟疾,防输入,早发现,早诊疗”为主题的健康宣传活动。

“你知道疟疾主要通过什么虫子传播?”“得了疟疾会有哪些症状?怎样才能不得疟疾?得了疟疾怎么治疗?”……市疾病预防控制中心工作人员通过展板认真向群众讲解有关知识,将防病知识融入百姓日常生活。

“以前觉得疟疾是小毛病,听了讲解才知道要命。如果以后去非洲、东南亚等地区,一定要做好防蚊。”带着孩子来参加活动的王甜感慨道,“这种宣传活动接地气,我们听得懂、记得住。”

据了解,全国虽已消除疟疾,但传播媒介依然存在。此次“防疟疾,防输入,早发现,早诊疗”主题

宣传活动,旨在引导全社会树立“每个人是自己健康第一责任人”的理念,特别是往返非洲、东南亚等疟疾高发区人员,须时刻绷紧防护这根弦。

## 职业健康理念入脑入心

不远处的“守护职业健康,共建健康中国”宣传周活动现场,长条桌拼成“咨询台”,桌上整齐码放着宣传资料,群众陆续围拢过来,有的翻看《中国劳动者职业健康素养》折页,有的直接坐下咨询。

“我长期在粉尘环境里工作,怕患上职业病。”一位群众问道。“您可以做个肺功能初筛,平时一定要规范佩戴防尘面罩……”咨询台前,工作人员耐心解答。不到半小时,咨询台就接待数十位群众。

据了解,宣传周期间,市疾病预防控制中心除开展此次宣传外,还组织“进企业、进校园”活动。同时,为做好职业健康工作,疾病预防控制中心开展职业病危害因素检测、职业健康检查、职业病诊断等服务,一方面引导广大劳动者认清职业危害,掌握防护技能、依法维护自身权益,切实减少因职业病致残、致残的风险。另一方面督促企业知法守法、主动落实主体责任,从源头做好职业健康防护,有效降低工伤及职业病相关成本。

# 加强健康知识宣传 提高人民健康水平

## 科学接种疫苗 守护孩子健康

在人类与传染病的漫长抗争中,疫苗就如同守护宝宝身体健康的“小卫士”,能悄悄抵御病菌的侵袭。婴幼儿阶段孩子的免疫系统尚未发育成熟,易受到传染病的侵害。接下来就带大家全面了解儿童疫苗相关知识,做到科学接种,为孩子的健康成长保驾护航。

### 为什么儿童一定要接种疫苗?

接种疫苗,是目前预防传染病最科学、最经济也最高效的手段。宝宝的免疫系统正处于发育完善阶段,抵抗力低下,极易被各类传染病病菌感染。疫苗进入人体后,能温和刺激免疫系统产生特异性抗体,当真正的病菌入侵时,体内的抗体就能快速识别并中和病菌,从根源上阻止疾病发生。

疫苗所能预防的传染病,大多具有高传染性、高致残率甚至高致死率,按时接种疫苗,既能守护孩子自身的生命健康,也能有效阻断传染病在人群中的传播与流行,守护更多孩子的安全。

### 疫苗分为两类,双重守护孩子健康

根据《中华人民共和国疫苗管理法》相关规定,我国疫苗主要分为两大类,共同为儿童健康保驾护航:

一类疫苗,就是我们常说的“预防接种”,是国家规定居民必须按照要求接种的疫苗。现阶段,适龄儿童需要接种的免疫规划疫苗共12种,所有适龄儿童都依法享有免费接种的权利,家长务必按时带孩子完成接种。

非免疫规划疫苗:是指由居民自

愿、自费选择接种的其他疫苗。常见的有水痘疫苗、EV71疫苗、轮状病毒疫苗、肺炎疫苗等。这类疫苗同样能有效预防高发传染病,是免疫规划疫苗的有益补充,家长可根据孩子的身体状况和需求合理选择。

### 接种前后,这些关键细节务必牢记

接种前要带好宝宝的预防接种证,穿宽松柔软衣物,避免宝宝饥饿、过度疲劳,如实告知医生宝宝的健康状况,了解疫苗相关信息并签字确认。

接种后要留观30分钟再离开,让宝宝多休息、多喝水,避免剧烈运动,注意接种部位干燥清洁,饮食避开过敏原和刺激性食物。

### 接种后出现不适,这样科学处理

孩子接种疫苗后,可能会出现低热、接种部位轻微红肿、硬结等常见不良反应,这属于正常现象,家长无需过度担心。孩子低热时,可让其多进行物理降温;接种部位红肿早期可进行冷敷,缓解不适,同时避免孩子抓挠。如果孩子出现持续哭闹不止、高热不退、呕吐、精神萎靡等异常情况,一定要及时前往医院就诊,切勿拖延。

疫苗是开启孩子健康成长的“金钥匙”,更是抵御传染病的“坚固守护盾”。家长们要树立科学的接种观念,按时带孩子完成疫苗接种,主动学习接种相关知识,用科学、规范的方式为孩子筑牢健康防护线,守护孩子平安、健康茁壮成长。

(本报记者 郭凡 整理)

# 传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办