

# 传递生命温暖 守护母婴安康

## 市妇幼保健院开展“5·5国际助产士日”系列活动

本报讯(记者 朱亚芳)今年的5月5日是第三十三个国际助产士日,主题是“助产士:气候问题解决方案的关键一环”。为庆祝国际助产士日,4月28日,市妇幼保健院特别策划了专家义诊、助产瑜伽、产房参观等一系列准妈妈体验活动,关爱准妈妈、促进自然分娩的同时,强调助产士在维护母婴健康中的重要作用和贡献,让更多人感受到助产士对母婴健康的责任和关爱。

在活动现场的专家义诊区,资深的产科专家、麻醉医师、助产士为前来咨询的准妈妈们提供了专业的医疗建议和解答。不少准妈妈借此机会向专家咨询了孕期保健、分娩方式选择等问题,收获满满。

除了义诊活动,市妇幼保健院还特别安排了助产瑜伽课程体验活动,邀请专业瑜伽教练带领准妈妈们进行舒缓的瑜伽练习。这些瑜伽动作不仅有助于缓解孕期身体的不适,还能增强体力和柔韧性,为分娩做好充分准备。在手工DIY区,市妇幼保健院准



助产士为妈妈们讲解自然分娩过程(本报记者 朱亚芳 摄)

备了各种材料和工具。准妈妈们通过亲手制作艾草经络锤,感受传统中医养生的独特魅力。

活动期间,市妇幼保健院还特别安排准爸爸、准妈妈走进产房,目睹助产士忙碌而有序的工作场景。在

助产士的讲解下,大家了解了助产、生产相关内容,理解了助产士的职责和辛苦,也对自然分娩充满了信心。“市妇幼保健院举行的‘国际助产士日’活动非常丰富。通过体验,让我们这些准妈妈减轻了焦虑感,我觉得这个活动特别好。”准妈妈董女士说。

为了让准爸爸们更加深刻地感受到母爱的伟大和不易,市妇幼保健院还举行了分娩疼痛体验活动。通过专业的分娩模拟设备,准爸爸们亲身体验了分娩过程中的疼痛与艰辛。不少准爸爸在体验后表示,将更加珍惜和爱护自己的妻子和孩子。

“通过丰富多彩的活动,不仅让准爸爸、准妈妈更加了解助产士在保障母婴健康、迎接新生命过程中的重要作用,也进一步提升了公众对母婴健康的认识和重视,同时,激励广大助产士继续发扬‘南丁格尔’精神,为母婴健康事业贡献自己的力量。”市妇幼保健院产房护士长刘国红表示。

内黄县

## 举行“我要上全运”门球联赛

本报讯(记者 张武杰)4月27日,由内黄县老年人体育工作委会、内黄县门球专委会主办的庆“五一”“我要上全运”门球联赛在该县老年人教育活动中心落下帷幕。

此次比赛为期3天,共有38支队伍参加,实行五人制团体赛,采用全场10秒计时制,整个比赛过程紧张激烈。

4月26日,第一阶段比赛结束,各小组第一名产生。4月27日上午,8个小组的第一名进入第二轮

比赛。比赛更加紧张激烈,各代表队充分展示了内黄县门球技战术的实际水平,吸引了众多门球爱好者前来观摩交流。最终,该县电业局一队以扎实稳定的技战术实力获得第一名。本次比赛检验了该县门球队队伍的技战术水平,提升了整体技战术质量。

2025年第十五届全运会上,门球将成为正式比赛项目之一,门球界精英为拿到全运会的门票而努力。

## 同心向党颂华章 唱响劳动中国梦

### 北关区灯塔路街道霍家村社区开展庆“五一”老年文艺汇演

本报讯(记者 张武杰 通讯员 张利)为丰富辖区老年人的精神文化生活,增强社区的凝聚力和向心力,进一步弘扬劳动精神、邻里互助精神,4月29日,北关区灯塔路街道霍家村社区举办了“同心向党颂华章 唱响劳动中国梦”庆“五一”老年文艺汇演活动。

文艺汇演在欢快的舞蹈中拉开了序幕。演员们身着节日盛装,以饱满的热情投入表演。一曲《上春山》带领大家踏上春山之旅,寻觅绿意盎然,沐浴春光融融,尽享山川秀美。

整场节目由社区老年人自编、自导、自演,节目形式多样,包括舞蹈、歌曲、戏曲等,每一个节目都充分展现了劳动者的风采和社区的和谐氛围。在演出过程中,观众不时爆发出热烈的掌声和欢呼声,为演

员们的精彩表演喝彩。特别是歌曲联唱中的《我们工人有力量》,更是引起了观众的共鸣。劳动装点着祖国的繁荣,劳动描绘了美好的前景,大家纷纷表示,要更加珍惜劳动成果,共同为社区的和谐稳定贡献自己的力量。

此次文艺汇演为居民带来了一场欢乐的文化视听盛宴,赢得了居民阵阵掌声,现场热闹非凡,充分展示了社区老年人老有所学、老有所乐、老有所为、健康向上的精神风貌和艺术风采。

霍家村社区将继续坚持党建引领,整合社区文化资源,开展更多老年人喜闻乐见的活动,打造亲民、惠民、与时俱进的群众文化,让居民在活动中感受到更多的幸福感和归属感,为辖区老年人的生活增添色彩和欢乐。



4月29日上午,市委老干部局银龄志愿服务队一行50余人走进北关区豆腐营街道向阳社区,和社区党总支共同举办庆“五一”文艺演出活动,抒发爱劳动、爱劳模情怀。此外,志愿者们还现场开展了义诊、理发、修车、传承剪纸技艺、法律咨询等志愿服务活动,为强市建设和“五星”支部创建赋能助力。

(本报记者 张武杰 摄)



4月29日,文峰区西大街街道南门西社区干部申思源在河南省人民医院成功捐献了造血干细胞,为一名素不相识的血液病患者送去“生命种子”。今年1月,他与一名血液病患者初步配型成功,随后进行了高分辨、体检等相关流程。成功捐献后,他成为我市第三十四位、文峰区第七位造血干细胞捐献者。

(李英 摄)

## 让老年人乐享丰富的体育活动

### 滑县召开全县老年体育工作会议

本报讯(记者 张武杰)4月28日,滑县老年体育工作会议在滑县县委大会议室召开。会议传达了省、市老年体育工作会议会议精神,回顾总结了2023年该县老年体育工作,并安排部署了2024年老年体育工作。

去年,滑县老年体育系统坚持以全心全意为老年人健身服务为宗旨,面向基层,面向全体老年人,积极开展老年体育活动,老年体育工作取得

了较好成绩。老年体育组织建设取得了突破性进展,培训活动获得了明显效果,促进了健身项目全面发展,比赛交流展演活动广泛开展,推荐运动员外出交流比赛成绩优异……2024年,滑县老年体育工作将继续加强组织建设,加大宣传力度,搞好培训工作,不断丰富老年体育活动,努力协调活动场所,进一步完善工作机制,重视自身建设。

会议对荣获2023年老年体育工作先进单位的留固镇、牛屯镇、老庙乡、焦虎镇4个老体协,太极拳、乒乓球、台球、健身瑜伽、棋牌、健步走(持杖健走)6个专委会,2023年支持老年体育工作的8个爱心单位和5名爱心人士进行了现场颁奖;为70名先进工作者颁发了荣誉证书。留固镇老体协、太极拳专委会、乒乓球专委会在会议上作典型发言。

下一步,滑县将牢牢把握老年体育工作的正确方向,继续将老年体育工作摆在重要位置,不断扩大老年体育工作的社会影响;全面落实“党政主导、部门尽责、协会组织、社会支持、重在基层、面向全体”的总要求,通过建立多种类型的老年人体育组织,进一步发挥社会体育指导员队伍作用,提升老年人健身组织的活跃度和影响力。

## 专家话健康

### 儿童铅中毒的危害及预防

□王琬

儿童铅中毒是指儿童血铅水平超过100微克/升的高铅血症。铅中毒是一个严重的问题,威胁到儿童的健康和未来发展。

日常生活中,什么情况会导致铅中毒,铅中毒对人体特别是儿童的危险有多大?

铅是一种常见的重金属,有很好的延展性和韧性,首饰生产过程中可能会有添加。国家相关法律对饰品中的铅含量有明确的规定,但不正规厂家的产品可能存在铅含量超标的风险。临床中没有发现婴幼儿因为啃咬银质饰品导致铅中毒的情况,但需要注意的是,婴幼儿乳牙萌出时,刺激牙床发痒,会通过咬东西缓解不适,长期啃咬银质饰品可能把重金属吃到体内,所以,一定要在正规商店买合格的饰品。另外,不建议婴幼儿佩戴小铃铛、小坠子

等饰品,避免误吞风险。

长期接触或摄入过量的铅确实会引起铅中毒,给人体带来严重的危害,特别是儿童,由于生长发育尚未成熟,其铅中毒的风险更高。那么,什么是儿童铅中毒,铅中毒的主要成因有哪些,会对儿童造成什么危害,应该如何避免儿童铅中毒呢?

铅中毒的成因主要包括:环境污染,主要源自受污染的土壤、水源、大气及周围环境中可能存在的铅污染物;食物或水,例如摄入受到铅水管、铅陶瓷器具等污染的食物或水;颗粒污染,一些生活用品和建筑材料中可能含有铅,例如老旧的油漆、陶瓷制品等。

铅中毒的危害主要有:神经系统受损,铅中毒会对儿童的神经发育产生不良影响,导致智商下降、学习能力下降、行为异常、记忆力和注意力问题及成年后的犯罪行为;生长发育受阻,铅中毒还会影响儿童

的身体发育,导致生长迟缓、身高不达标及骨骼和肌肉发育异常;免疫系统受损,经常接触铅会削弱儿童免疫系统功能,使其更容易感染疾病;铅中毒还可能引起肾脏损害、消化系统问题及造血系统问题等。

总结起来,铅对儿童危害的最主要方面是对脑发育的影响。血铅过高和智力发育迟缓、小儿多动症、心血管功能下降、注意力不集中、学习困难、攻击性行为等有密切关联。

那么,生活中如何预防铅中毒? 饮食卫生:保证饮食安全,选择新鲜食材,避免食用过期或不干净的食物。定期清洗水果和蔬菜,减少对含铅食物的摄入。

室内环境卫生:定期清除室内灰尘,避免家中积尘;使用无铅油漆和没有铅的建筑材料。 替换老旧水管和陶瓷器具:如

果家中存在老旧的水管或陶瓷器具,及时更换为无铅材质。

健康检查:定期带孩子进行健康检查,特别关注铅中毒的风险。

了解铅中毒的成因、危害及预防方法对于减少儿童铅中毒的发生至关重要。

通过向公众普及预防铅中毒的知识,提高大众对铅中毒的认识,特别是教师、家长和儿童。

保护孩子健康成长是社会的责任,我们应该共同努力预防铅中毒的发生,为孩子创造一个安全健康的环境。

(作者系安阳市疾病预防控制中心理化检验副主任技师)

## 加强健康知识宣传 提高人民健康水平

### 密闭场所 更要警惕二手烟

在日常生活中,吸烟及二手烟的危害已经逐渐被大众所重视,但二手烟的危害却仍然鲜为人知。一项研究发现,家长在室外吸烟,其家中婴儿体内的尼古丁含量仍比不吸烟家庭的婴儿高出7倍。

二手烟指的是吸烟之后,残留在家具、物品、衣物、皮肤上以及长时间停留在室内空间的有害物质。二手烟在室内停留的时间相当长,特别是在通风不畅的空间可以持续污染数月之久。人们常说的吸烟者身上的烟味,实际上是吸烟者身上的二手烟残留。所以,即使家长从不在孩子面前吸烟,但二手烟也会通过多种途径影响到孩子。

由于婴幼儿体重低,免疫系统较弱,吸入这些有害物质后,最直接的后果就是引起呼吸系统问题,如急性支气管炎、哮喘等。儿童同样容易受到二手烟的危害。环境中的烟草残留物会对儿童的神经系统、呼吸系统、循环系统等造成不小的危害。因为儿童的体重比成人低,同样水平的有害物质对儿童造成的危害更大,又因为其活动特点,更容易近距离接触残留在环境中的有害物质。

由于婴幼儿和儿童的免疫系统更脆弱,更容易暴露在二手烟的危害中。因此,简单地将孩子与吸烟产生的烟雾隔离,并不能真正保护孩子。儿童处在生长发育的特殊时期,其对有害物质的抵抗能力远比成人低。因此,环境中的

烟草残留物,包含铅和砷等有毒物质,对儿童的神经系统、呼吸系统、循环系统等均可造成不小的危害。儿童暴露在烟雾微粒环境中的时间越长,其阅读能力越差。即使烟雾中微粒含量极低,也依然有可能导致婴幼儿出现神经中毒的症状。

相对于二手烟能看到的吞云吐雾现象,二手烟的隐蔽性则更强,更不易被人察觉。当前社会,电梯、车厢内的二手烟成为公害。很多市民常常有这样的感受,走进饭店包间、KTV包间、棋牌室等通风不太好的场所,有时会感到头晕、恶心,甚至会出现眼睛流泪的情况,造成这种现象的一个重要原因就是沉积在屋内墙壁、家具、衣物等表面的二手烟。

二手烟对婴儿危害最大,家中有婴幼儿在家别抽烟,更要尽量减少在吸烟场所逗留的时间,尤其是少年儿童、婴幼儿及体弱多病等特殊人群。无法戒烟者家中如有婴幼儿等敏感人群,最好别在家中吸烟,回家后马上换衣服、漱口、洗头。减少二手烟的危害,除了以上方法外,还要避免婴幼儿与吸烟者的衣服、皮肤、头发亲密接触。吸烟者的衣服、皮肤、头发上均有二手烟,一旦与之密切接触,势必会给婴幼儿身体健康带来损害。

还是那句老话,为了您和他人的健康,请尽快戒烟。

(本报记者 朱亚芳 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

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办