

漯河日报社“老爸老妈俱乐部”

会员招募火热进行中

■见习记者 刘彩霞

近日,漯河日报社“老爸老妈俱乐部”会员招募的消息在报纸上刊登后,不少老年人拨打电话3170858咨询。

今年70岁的孙大爷是《漯河晚报》的忠实读者,他在报纸上看到“老爸老妈俱乐部”会员招募的消息后,随即拨打电话咨询,跟老伴一起报了名。孙大爷告诉记者他平日喜欢看报,老伴喜欢绘画、种花。他们想加入俱乐部与更多志趣相投的老年人成为朋友。一些子女也积极为父母报名,希望父母能在“老爸老妈俱乐部”里老有所乐。

与其他俱乐部不同,“老爸老妈俱乐部”的活动贴近会员的日常生活,为会员量身定制如微信使用、家史创作、书法篆刻、手工制作等十多种专属课程。会员可根据自身的兴趣爱好,选择课程参加学习。

除了订制课程外,俱乐部还将不定期组织户外活动,如参观企业、旅游、联谊会、社会公益活动等。

会员还将享受免费建立健康档案,享受我市医疗界权威专家咨询团队的服务。依托漯河日报社的平台资源,俱乐部将不定期举办健康养生、名家讲坛等各类免费讲座,丰富会员的健康养生知识。

为了让每一位会员都能够享受到最优质的服务,漯河日报社安排了专职人员接待俱乐部会员,针对会员的意向社团及时通知会员参加收藏、养生、美食、摄影等相关类别的活动。同时专职人员还将协助会员将其演出图片、书画作品、摄影作品、各类文章等刊登在《漯河晚报·老年专刊》和“老爸老妈俱乐部”微信公众号平台上。

会员分为普通会员和金牌会员,会员有效期均为一年,

入会时老年朋友还可根据身体状况和会员等级选择加入一个或多个社团,不同会员享受不同权益。

如果您的年龄在55岁~75岁之间,身体健康且愿意参加各种集体活动,欢迎您加入漯河日报社“老爸老妈俱乐部”。在这里,能让您的老年生活充实而有趣,能让您结识更多志同道合的朋友,我们将是您倾诉、分享、学习的最佳平台。快快拨打电话3170858预约报名加入吧!



护心从御寒保暖做起

气温持续下降,冠心病进入高发期。寒冷的季节,冠心病患者该如何护心呢?

冠心病患者由于原有血管的内壁较厚、管腔狭窄,加上有大量的脂类沉积使血液流通受阻,局部组织缺氧,很容易使冠状动脉供血不足或者中断,使心肌梗死的概率增加。尤其是老年人抵抗力较弱,对外界环境变化比较敏感,冬天寒冷,引起身体其他疾病如风湿病、过敏性疾病、呼吸道疾病、皮肤疾病等的发作,都会增加心脏的负担,更容易出现冠心病的突然发作。

医生建议,冠心病患者应随时注意天气变化,及时增添衣物,避免感冒,特别要注意手、头、面部的保暖,外出时戴上帽子和围巾;还应避免用冷水洗脸,以免冷水的突然刺激诱发心绞痛。洗衣、洗菜时,不要长时间把手泡在冷水,应用温水。还有,冬天不要频繁在空气不流通的浴室洗澡。

医生提醒,心衰的早期症状只是喘气,容易与哮喘混淆,因此出现喘气症状时一定要到医院检查,

查明是心源性还是支气管性的。此外,感冒后输液时,滴速一定不要太快,以免加重心脏负担,临床上因为输液太快导致心衰急性发作而抢救的患者很常见。

另外,冠心病患者早晨起床不应过快,醒来以后,先在床上轻轻地活动手脚,用手在心前区按摩10分钟,待感觉舒适后,再慢慢起床。可以选择上午、下午日照充足的时候,打太极拳、乒乓球、健身操、散步等,尽可能每周不少于3次,每次坚持20分钟至40分钟。不过运动要量力而行,使全身气血流通,以不过分增加心率为宜。

王琳



专家简介



周清,市中医院内科主任医师,毕业于河南医科大学医疗系,从事西医内科临床工作三十余年;擅长冠心病、高血压、糖尿病、各种肝病、肺部疾病、胃肠道疾病的诊治;曾在上海中山医院和河南省人民医院进修;是漯河市消化内科学会委员,漯河市医疗事故鉴定委员会专家成员。

郑州大学吞咽障碍研究所临床科研基地

落户漯河柳江医院

本报讯(见习记者 刘彩霞)11月22日,漯河柳江医院举行“郑州大学吞咽障碍研究所漯河柳江医院临床科研基地”授牌仪式。

据了解,郑州大学吞咽障碍研究所是目前我国唯一一所

以研究和治疗吞咽障碍为主的省级科研机构,特别是吞咽障碍治疗技术已经处于世界领先水平。郑州大学吞咽障碍研究通过与市、县级医院合作成立协作单位等方式,进一步提高医务工作者吞咽障碍康复治疗

适用技术和临床科研水平,临床科研基地落户柳江医院,标志着该院的康复专业医疗技术迈上了一个新台阶,也将有力推动该院乃至全市吞咽障碍康复技术的进一步提升,给广大吞咽障碍患者带来健康福音



传播华夏五千年优秀文化

中医中药

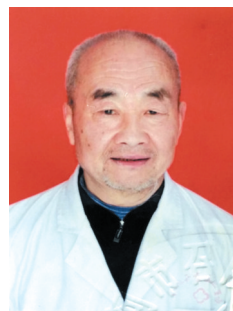
本栏目上版电话:13663958567 13839593178



贾长明,出生于中医世家,2012年,被漯河市卫生局授予“民间知名中医”称号,行医40年

擅长:子宫腺肌症、子宫异位症、月经不调、顽固性痛经、子宫肌瘤、多发性子宫及卵巢囊肿、久婚不育、输卵管粘连、卵泡发育不良及孕后滑台等各种妇科疑难杂症。

咨询电话:13839502229



柴森,1947年出生,2008年,当选河南省中西医结合烧伤专业委员会委员;2012年,被漯河市卫生局授予“民间知名中医”称号

擅长:外科——烧烫伤、电烧伤、化学烧伤、烧伤溃疡、疤痕、瘙痒及溃疡面长期不愈等疾病。

内科——浅表性胃炎、糜烂性胃炎、萎缩性胃炎、胃食管反流性胃炎及结肠炎和溃疡性结肠炎等疾病。

咨询电话:13939537099



大参林 3000 店庆

11月24日~12月6日积分超值换,20积分换10元券,100积分换50元券,即换即用,特价商品除外;积分超值换,100积分换2kg恩莱美洗衣液1桶,300积分换哈尔斯真空旅游壶或优质棉被1个,500积分换电饭煲1台;另消费满68元送银鸽纸1提,满128元送紫丁香调味盒三件套;满398元送5L福临门调和油1桶;更有众多商品折后再用券:大宝龙系列加8元多1件,汤臣倍健系列2件7.5折,养生堂系列2件7.5折,态立方系列加29.8元多1件,钙尔奇2件7.5折等,以上商品折后可再用券。福牌阿胶2件6折,桂龙药膏买1送30元折扣券,冬虫夏草系列10克起8折,紫云轩袋装汤料系列3件8折,维C银翘片0.1元/袋。众多商品超值特惠。

医 讯

新乡医学院第一附属医院曹永贺博士将于2017年11月25日到漯河市中医医院坐诊,欢迎广大患者咨询、就诊。

坐诊地址:漯河市中医医院门诊部二楼东

咨询电话:0395-2139611



曹永贺:主任中医师,中医博士。擅长运用中西医结合治疗以下疾病:类风湿性关节炎、强直性脊柱性、痛风、干燥综合征、多发性皮炎、白塞病、系统性红斑狼疮、硬皮病、脂膜炎纤维肌痛综合征及各种血管炎。先后在各类期刊上发表专业论文20余篇。