

老爸老妈俱乐部开展剪纸活动

秀一秀“指尖上的技艺”



 六院在线

别让自闭症夺走孩子的幸福

儿童孤独症又称自闭症，是一种常见的脑发育障碍性疾病，以社会交往障碍、沟通交流障碍和兴趣狭窄，刻板重复的行为为主要特征，被称为“星星的孩子”。为了让更多人能够正确认识、早期发现这个特殊群体，市六院儿童康复科主任陈素环呼吁全社会关注、关怀自闭症儿童及家庭，并就童孤独症的相关常识讲解如下。

应尽早到专业医院，找拥有丰富的临床经验，尤其是在儿童发展障碍（孤独症）领域方面有经验的医生进行评估，以免耽误孩子早期诊断及最佳干预治疗时机。
王丹

孤独症的临床表现有三大类症状，即：社会交往障碍、交流障碍、兴趣狭窄和刻板重复的行为方式。一是社会交往障碍。患儿回避目光接触，对人的声音缺乏兴趣和反应，不愿与人贴近。虽无听力障碍但呼之常无反应，对父母不产生依恋，缺乏与同龄儿童交往或玩耍的兴趣。二是沟通交流障碍。患儿言语交流方面存在明显障碍，包括：语言理解和非语言沟通（肢体语言）不同程度受损，常以哭或尖叫表示他们的不舒适或需要。言语发育迟缓或不发育，也有部分患儿2~3岁前曾有表达性言语，但以后逐渐减少，甚至消失。三是兴趣狭窄及刻板重复的行为方式。该症患者对一般儿童所喜爱的玩具和游戏缺乏兴趣，而对一些通常不作为玩具的物品却特别感兴趣，如车轮、瓶盖等圆的可旋转的东西。有些患儿还对塑料瓶、木棍等非生命物体产生依恋行为。行为方式也常常很刻板，并常会出现刻板重复的动作和奇特怪异的行为。如果孩子出现上述表现，

简介



陈素环，市六院儿童康复科主任，毕业于新乡医学院医疗系，我市

儿科学术带头人，是河南省残疾人康复协会孤独症康复专业委员会常务委员；曾先后在北京医科大学第一医院、北京协和医院、北京宝篮贝贝早产儿早期干预及脑瘫康复中心进修；擅长早产儿、高危儿的早期干预及脑瘫的早期诊断和康复治疗。该科是市卫计委命名的市级重点专科。

电话：18739550309

百姓看得起病的城市二级医院
漯河市第六人民医院
 **相约六院 健康常伴**
地址：漯河市八一路东段83号
急诊科：5962087 病人服务中心：5966002

本报讯（记者 刘彩霞）剪纸是我国传统的民间艺术之一。即使在现代，每到逢年过节之时，许多人仍保留着贴剪纸的习俗，承载着对民间艺术文化的热爱。1月28日下午，漯河日报社老爸老妈俱乐部举办剪纸活动，众多老爸老妈跟随剪纸老师一起感受“指尖上的技艺”。

本次活动特邀河南省美协会员、我市剪纸艺术非物质文化遗产传承人孟少雄为在场的30多名老爸老妈们现场教授剪纸。老爸老妈俱乐部工作人员也在现场协助老师授课。

活动中，孟老师首先简单讲解了剪纸的发展历程和所需的工具，随后教大家剪了一个能立起来的“春”字和平面的“雪花”。通过老师一步步的剪纸操作示范，老人们之间互相探讨着用铅笔在纸上画出形状。在老师的指导下，每位参与者由生疏到熟练，一把把金色的剪刀、一张张艳丽的红纸、一双双巧手上下飞舞，寥寥数剪，形状各异的剪纸作品呈现在每一位老爸老妈的手中。

在剪纸过程中，69岁的詹慧展现出了对传统文化热爱，只见她拿着剪刀不紧不慢地剪着，享受着剪纸带来的快乐。另一边的张大爷则深有感触，“现在逢年过节贴窗花的习俗已经很少有家庭在开展了，我们家这两年也是在小孙女的要求下，每年都买剪纸窗花贴在窗户上，增添了不少年味。”

此次一个半小时的剪纸活动充分调动了老爸老妈们的动手能力和积极性，大家都非常开心地展示自己的得意作品。一些没有报名加入老爸老妈俱乐部会员的老人们在亲身参与到活动中，感受愉

悦欢乐的氛围后，纷纷在活动结束后询问俱乐部工作人员会员报名事宜。

剪纸活动既动手又动脑，对于老年人而言是一项有益身心的活动，也是亲身感受传统文化的魅力和精华。此次活动不仅让



孟少雄，河南省美协会员、市级非物质文化遗产剪纸传承人、漯河小学老师，作品《丝绸印象》入选首届中国丝绸之路民间剪纸艺术精品展。



老爸老妈们简单掌握了非遗技艺——剪纸技巧，让他们在日常生活中增添了一项兴趣爱好，在“老有所乐”中，实现“老有所为”。

（图片均由本报记者 刘彩霞 范子恒 摄）

俯仰呼吸 利胆消炎

慢性胆囊炎患者饮食稍不注意，就会使胆囊炎复发，出现腹胀或右上腹不适、胃灼热、嗝气、吞酸等一系列消化不良的症状。如不及时治疗，不仅导致胆囊功能减退，还会引发胰腺炎、肝炎等。因此，慢性胆囊炎患者最好常做运动来利胆消炎。

1.端坐床沿或椅子上，臀部着座一半，两腿分开，双手按揉腹部，顺时针、逆时针各25圈。

2.做深呼吸1次，呼吸结束时，上身前俯，头部低于双膝，同时双手紧按小腹，使横膈膜上升，将肺内余气尽量排除。双手放松，头引颈向前伸，缓缓做深呼吸，并慢慢将上身抬起，恢复原坐位姿势。慢慢呼气，同时头及上身再缓慢下俯，尽量将余气排出，如此反复做8次~16次。

3.上式结束后，站立，双腿交替抬高10次~20次，再进行7次~8次下蹲运动。

据健康网

