

# 空巢老人

# 特别报道 之二十七

## 关注空巢老人

## 大家共同努力

“出门一把锁,进门一盏灯”已成为空巢老人生活的真实写照。空巢老人问题已不仅是个人问题,而是全社会的痛。当越来越多的儿女为了生活四处奔波,顾不上到父母面前嘘寒问暖,当越来越多的父母独守空巢,静静守候远方的儿女如候鸟般归来,有谁知道空巢老人的所思所想?有谁牵挂空巢老人的生活冷暖?

本报陆续推出的关注空巢老人系列报道引起了很大社会反响,如果您身边有这样的老人,或者您就是这样的孤独老人,或者您愿意为空巢老人做点实事,请您拨打电话67655531、67655053,或发邮件至sh123456s@163.com,或来信寄:郑州市陇海西路80号郑州晚报区域新闻中心,告诉我们,让我们大家共同努力,为空巢老人做点什么。

主办单位:郑州市卫生局 协办单位:郑州市第九人民医院 全程媒体支持:郑州晚报

# 偏瘫老人在优美的音乐声中康复

### 每周很多医院讲健康知识,今年我市共有720场“健康大讲堂”



医护人员正在教偏瘫老人做康复操

郑州市第九人民医院等很多医疗机构每周都开展“健康大讲堂”活动,免费为老人进行体检和健康知识讲座。郑州市第九人民医院还创新形式,举办丰富多彩的“功娱活动”。老年人对“健康大讲堂”活动很感兴趣,不少人拿着卫生局发放的“健康大讲堂”活动指南,到各活动现场“走穴”听讲座,一些老人还成了小区里的“专家”。据了解,今年,我市将举行720场“健康大讲堂”。

晚报记者 王军方 刘路/文 张翼飞 实习生 李袁洋/图

### 偏瘫老人在音乐声中做康复操

“甜蜜蜜,你笑得甜蜜蜜,好像花儿开在春风里……”7月10日下午,郑州市第九人民医院老年病房楼大厅里音乐悠扬,护士们将偏瘫的老人用轮椅推到这里,20多个老人围成一个大圈,这一天的“功娱活动”开始了。

护士小王向老人们提问:“冠心病是人类第一杀手,那么有什么不良习惯会诱发冠心病呢?”“吸烟。”“好,答对了,恭喜您。”小王说着,拿出一块西瓜作为奖励,送到老人手中,老人满脸喜悦。在一系列健康知识问答之后,小王又带领老人们开始做偏瘫患者肢体操。

“我们每天下午都会安排老人参加这种功娱活动,对偏瘫老人的康复作用还是比较明显的。”郑州市九院老年科主任岳梅枝说,“功娱活动”就是把病人功能康复和娱乐结合在一起,用优美的音乐和简单的问题刺激病人的大脑,让老人不至于丧失一些功能,这对偏瘫病人的康复有重要的作用。

怎样让偏瘫老人在炎热的夏天得到较好的护理,郑州市九院老年科护士长卞雅萍说,夏季最重要的就是饮食护理,“要选择营养丰富、清淡可口的食品,荤素搭配,食物温度适中,无刺,无骨,易于消化。喂饭时,应口放小、速度慢,饭宜稠不宜稀。喂水时,应侧脸喂,保持颈部部直立,避免体位性误吸。”

### 老人“走穴”听讲座成了“专家”

家住省测绘局家属院的张云金老人,今年已74岁了,他经常到几家医院去听“健康大讲堂”。7月11日,张云金老人又来到郑州市人民医院听讲座。

“刚开始的时候,女儿阻拦我,担心我知道的多了,对自己的身体状况产生恐惧感。”张云金说,他有一本《郑州卫生健康大讲堂讲座服务指南》,上边有郑州市各医疗机构的讲座时间、地点,他就根据这本小册子按图索骥去挨家听讲座。

### 今年将开展720场“健康大讲堂”

“炎热的天气可使血粘度增加,诱发脑中风,气温升高时,一定要采取相应的防范措施。经常喝大蒜黄豆汤,可有效抑制血栓形成。”7月10日上午,新城路社区卫生服务中心护理部主任马秀玲,在惠龙社区为辖区的老人们做了关于“脑血栓康复治疗”的健康讲座。

五里堡社区卫生服务中心的工作人员来到棉东社区,提醒老人如何在夏季科学预防高血压的发生。在紫荆山南路社区卫生服务中心,众多老人被“夏季如何预防冠心病”的健康讲座所吸引。

据了解,作为市卫生局今年的“十件实事”之一,“郑州卫生健康大讲堂”活动正在全市各家医疗机构进行。除了市卫生局每月聘请全国、省、市著名的健康教育专家进行一次大型集中宣讲外,市属各家医院,包括42家社区卫生服务机构,每月都安排一次卫生健康知识讲座。计划全年举办720次“健康大讲堂”活动。

www.totyou.net 教育 广告热线:63396000 67655128 24小时广告热线 63399000

**新高一暑期衔接班火热报名中...**  
**新高二高三暑期班7月13日正式开课**  
**全名师一对一个性化辅导火爆预约中...**  
**流碧高考教育 --- 专业高中文化课补习学校**  
 文化宫校区:66683170 60206965  
 农业路校区:69131356 13903820944

**高度决定视野 态度决定人生**  
**——青少年MBA特训 给家长成功的希望**  
 北京亚伟教育与郑州比速教育联合打造中原青少年精英的奇迹!!!!  
**MBA招生对象:12-15岁 限额:40名**  
**青少年MBA创始人亲临授课**  
 全球精英必备——  
 成功赋予有准备的人!!!!!!  
 另:中小学课外辅导 1对1,1对多 **暑假小班热招中**  
**授课地址:财经学院 电话:0371-66616617 61281760**

www.dashanwaiyu.com 咨询电话:63311999  
**大山中学生8天特训班**  
 最精华的课程 最专业的师资 最立竿见影的效果  
**到清华学预科 直通美英加澳国际名校! 详情咨询 60973596**  
**全能新概念 星级一对一VIP 外教口语 大学预科**  
 名师主讲、听说读写全面升级 一个团队辅导一个学员 咨询专线:60973598 外教专家授课,纯正、标准、地道 金牌名师授课 轻松规划大学生活  
**词汇提高班 名师数理化 高分阶梯特训 王牌多语种**  
 初、高中、四、六级、核心词汇速记 名师授课·团队辅导·成绩快速提高 初中·高中英语提前掌握,轻松应试 韩语日语法语·德语西班牙语  
**新高一预科特训班 二期限额热招中.....**  
 紧密衔接初高中知识,让孩子赢在高考起跑线!  
 致七街总校:63311999 南阳路校区:63732467 东关校区:66332337 金城校区:65071151 城二校区:66628520 西区总校:67628910  
 农大校区:63558396 老鸦陈校区:66069504 南关校区:66213778 东开校区:63336005 铁路高校区:68244733 中原西路校区:67611730

## 揭开世罕泉稀有珍贵神秘面纱

世罕泉天然苏打水投入市场以来,为对消费者和产品的真实性负责,在全国某著名水营养专家的主持下,多家研究检测机构对世罕泉水源水质的化学、物理指标等进行了调查和评定,并出台了《世罕泉矿泉水水源及产品科学评价》报告,揭开了世罕泉天然苏打水的神奇、独特、稀有和珍贵的面纱——

经测定世罕泉水龄距今年代为18650±160年,是世界上水龄最悠久的天然苏打水。它的水源丰富,流量稳定;水质及矿物质的含量常年稳定,无污染,是稀有珍贵的水源;它的水温在3-5℃属冷泉水源;它口感润滑、甘甜是与其它矿泉

水的显著区别,它的PH值8.4属于弱碱水,对调解保持人体正常酸碱平衡起着重大作用;此外它还属于天然活性小分子团水——它的分子簇成品为60,使水的生物利用率高,细胞易吸收;最后,它氧的含量是国内发现的氧含量最低的水。

通过评定工作,不但为世罕泉水源地的开发利用奠定了科学基础,而且为水源地全方位评定开了好头,丰富和完善了今后水质科学评定的研究工作。摘自《中国食品质量报》

世罕泉天然苏打水专线:0371-65939968  
地址:郑州市纬四路政七街交叉口北10米