

健康

假如给你三天黑暗

今天是国际残疾人日,郑州轻院大学生体验“盲人”的世界 茫然中大家的帮助点亮了世界,但残疾人公共设施仍不到位

今天(12月3日)是“国际残疾人日”,郑州轻院昨日开展“灵魂互换”活动,分4组“盲人”分别完成去超市采购、乘公交、办理手机卡、去图书馆借书4个任务,体验黑暗世界,之后用文字、图片、视频记录等方式让更多人了解残疾人的生活,呼吁大家关怀残疾人。

郑州晚报记者 张竞映 通讯员 段秀秀 张志恒 文/图



活动参与者在工作人员协助下通过马路

体验 “只能选择信任这个世界”

昨天下午2点,体验者分4组准时出发,每组2名“盲人”,若干志愿者陪同。

“黑乎乎的,太没安全感了!”小高刚被蒙上双眼就感慨。黑暗世界中,小高对身边的一切都特别敏感,坐立行走格外谨慎,他挪着小碎步前行,平时简单的上台阶、拐弯变得很吃力,他只能紧握导盲棍。

“体验者”们用导盲

棍敲着,有车路过他们就会停下来判断能不能移动。过马路时,他们茫然地默立了十几秒后求助:“谁来帮我过马路。”选购商品时,他们只能接受他人推荐。等公交更需要路人和车长提醒自己上下车。

“所有的活动都要他人帮忙,我觉得盲人只能选择去信任这个世界。”体验者小王感叹。

温暖 大家的热情帮助点亮了世界

对盲人而言,社会的关注度和关心度决定着他们的生活质量。半天的“盲人”体验让学生感受到:在这个看似冷漠的世界,温暖从未缺席。

活动中,无论是中老年人还是年轻人,都会主动询问体验者是否需要帮助。“小心前面有台阶,把脚抬高。”“这是找您的零钱,

请收好。”“来来,坐我这儿。”……

一路上,大家纷纷投来关注的目光,伸出援助的双手,让“盲人”心中泛起阵阵暖意。

“挺感动的,我的任务是到超市买牙膏,一路一共有3个人帮助我。”小郭说虽然眼前一团漆黑,但大家热情的帮助点亮了世界。

尴尬

盲道或损坏或被占压

一个下午的体验,“盲人”们有一个共同感受:道路上设置的盲道完成了“障碍”,有的盲道严重损坏,有的盲道上停着车,路上的行人也没有给盲道让出空间。在公交车上,老弱病残专用座被个别乘客占用。

“假如给你三天黑暗,你的生活会是什么样?在这个世界上,有一群人可能永远都看不到太阳,希望我们成为他们的太阳。”体验者小郭说,这个社会对残疾人的公共设施还不到位,希望大家更多地关爱残疾人,让他们的生活更正常化。

链接 我国是世界盲人最多国家之一

为促进人们对残疾问题的理解,动员人们支持维护残疾人,1992年10月12日至13日,第47届联合国大会举行了自联合国成立以来首次关于残疾人问题的特别会议。大会通过决议,将每年的12月3日定为“国际残疾人日”。

盲人,是残疾人中一个庞大的群体。全世界有8402万盲人,我国盲人占世界盲人总数的18%,是世界盲人数量最多的国家之一。



关注郑州名医馆
扫一扫

应微友邀请,本周五妇科专家再次坐诊名医馆
盆底功能障碍不容小觑,产后妈妈看这里

前十名提问微友 可免费得专家号

昨天,“郑州名医馆”第10期妇科专家在线坐诊消息一发出,医馆君就收到了不少粉丝留言。本周五王鲁文教授将一对一私密解答大家的问题。除了常见的妇科病,不孕不育、产后疾病、私密整形等妇科疑难杂症也可以悄悄告诉我们哟。

郑州大学第三附属医院(河南省妇幼保健院)妇科盆底重建病区主任王鲁文介绍,盆底功能障碍是女性的常见病,妊娠和分娩不可避免会对盆底肌肉造成损伤,导致盆底功能障碍,如果受损的盆底肌肉不及时进行锻炼,轻者可出现阴道松弛、性生活质量下降、小腹坠胀、尿频及便秘等症状,重者可出现尿失禁、子宫脱垂、膀胱脱垂等疾病。

据最新调查数据显示,女性1次分娩患盆腔器官脱垂的概率为12.8%,2次为18.4%,3次

以上为24.6%。发达国家早在二三十年前就已开始重视女性盆底功能障碍问题,普及了盆底肌肉的生物反馈电刺激训练和治疗,对产后妇女进行常规盆底肌肉训练,大大减少了产妇盆底功能障碍性疾病的发生。建议产妇在分娩后42天最好做一次盆底功能检查,尽早发现问题及早治疗。

本周四上午9点半王鲁文教授将微信坐诊郑州名医馆,大家有关盆底健康等妇科问题,都可以微信留言提问,不必担心病情被泄露。为便于专家更准确地诊疗,提问请尽量详细,包括年龄、病史、曾经接受过哪些治疗或者吃过哪些药等。

周五当天,前10名提问的微友还能获得王鲁文教授专家号一个,无需排队预约,直接就能看病。

郑州晚报记者 邢进 谷长乐



专家介绍

王鲁文 主任医师、教授、医学博士、硕士生导师、妇科盆底重建病区主任,国家医学会妇产科学分会盆底专业组委员、中国整形美容协会女性生殖整形分会理事、河南省盆底专业首席专家、河南省医学会妇产科分会委员、中华医学会河南省妇产科学分会盆底学组第一副组长。擅长腹腔镜、妇科盆底手术、镜下或开腹手术治疗子宫肌瘤、子宫内膜异位症、卵巢囊肿、子宫或输卵管异常所致不孕等各种手术以及妇科疑难杂症的处理。

《百岁老中医醋疗降压大揭秘》首次出版,5000册免费发放开始啦! 不花一分钱,教你用醋降血压

很多中老年人都听说过,醋能软化血管,还能降血压!但为什么有的人不仅顿顿都吃醋,还有醋泡花生,甚至天天喝醋,为什么还是难以达到理想效果呢?

原来,醋能治病,自古在《本草纲目》、《千金·食治》、《医林纂要》等诸多医学名著中就有记载,醋能“破血运,消痈肿,散水气,杀邪气”。但不是所有的醋,都有治病的功效!

近日,用醋疗治愈了上万例心脑血管病患者的神医,被誉为醋疗第一人的山西百岁老中医许三思老人就特别指出:吃醋降血压,还得有诀窍!

许老先生指出,醋能降血脂,软化血管没错,但要说醋能降血压,必须泡着吃才行,而且用的醋,泡的食物都很有讲究。像民间流传的醋泡花生、醋泡黄豆、醋泡鸡蛋,效果都不太明显。主要原因,是泡法和选料不对!

多年来,许老先生一直用他特制的祖传秘方——老醋汤方,让近万例高血压患者摆脱了西药的依赖,

并拯救了数以千计的脑出血,脑中风患者,他的“醋疗”绝技,也在当地十里八乡被广为流传,妙手回春的口碑妇孺皆知。

为了将这一中医瑰宝发扬光大,专门编撰出《百岁老中医醋疗降压大揭秘》一书。该书图文并茂,语言简单易懂,不仅对“醋疗”方法进行了细致介绍,更有大量真实康复患者的采访记录。实为广大中老年高血压病人的健康长寿的养生宝典。

为弘扬国医,遵照许老先生意愿,现公开向全国免费发放5000本,先到先得!

书刊号:ISBN 978-988-15700-5-5 无需任何费用
免费领取电话: 400-870-6679 免费送到家!

看书学妙方

为什么尿频、尿急、尿不尽反复折磨您?为什么吃药打针很多年仍无济于事?为什么大把花钱、大把吃药、多次手术前列腺疾病仍难以治愈?

这一切的疑问您都可以从科普新书《妙方巧治前列腺》找到答案!在书中,您可以了解到很多以前不知道的治病小妙招、小窍门,而且一看就懂,一学就会;在书中,您还可以从众多真实康复患者的心得体会中吸取经验,少走弯路,轻松战胜了前列腺疾病,过上了健康人的幸福生活。

ISBN 978-7-5369-6153-1

巧治前列腺

北京读者:看完《妙方巧治前列腺》,一下子就明白我这尿频尿急的老毛病怎么治了!

上海读者:别人吃药打针,我看这本书,几个月下来,浑身畅快!秘诀啊,全在这本书里!

重庆读者:这本书确实是正规书,我专门查过,作者等都是真的,我信它!……

现在拨打400-857-1188,您就可以免费得到这本备受推崇的前列腺疾病康复宝典,不收取任何费用!真实有效,免费快递到家。

索取电话:

400-857-1188