



56 个家庭，郑州同济医院过节

5月14日，是一年一度的母亲节。来自全省各地的56名郑州同济宝宝回到他们的“娘家”郑州同济医院，用灵巧的小手制作了精美的蛋糕，为到场的同济妈妈们送上了一份节日礼物。与此同时，河南省扶贫助孕同济宝宝成长基金正式成立。56个同济宝宝作为首批受益者，现场每人得到价值近3000元的成长大礼包。这预示着，郑州同济医院不仅将公益助孕视为己任，更是在关心同济宝宝茁壮成长

上迈出了坚实的脚步，让我省医疗精准扶贫不孕不育援助项目再一次得到升华。

河南省扶贫开发协会副会长吕峰，上海同济医院妇产科主任、资深不孕专家杨仲娟，同郑州同济医院的专家代表一同见证了这一激动人心的时刻。

另外，杨仲娟将携手同济助孕专家团，联袂接力我省医疗精准扶贫，为我省不孕不育家庭带来福祉。5月14日~21日，凡到院治疗的不孕不育患

者，将由河南省医疗扶贫不孕不育专项基金提供价值389元的不孕不育检查套餐一次。每天30个名额，可拨打电话提前预约。项目包括：彩超、妇检、阴道镜、尿常规、HCG、白带常规、细菌性阴道病、支原体药敏、衣原体、TCT、精液常规。通过检查子宫内膜、卵巢及卵泡情况，有效查找输卵管粘连病因，排除由于感染所造成的胎儿畸形和习惯性流产，为制订诊疗方案提供精准依据。蒋晓蕾

健康快讯 全民营养周 倡导全谷物营养

为切实提高全民素质，日前，2017年全民营养周活动在郑启动。今年全民营养周活动主题为“全谷物，营养+，开启营养健康谷物新时代”。

调查显示，目前我国超过80%的成年居民全谷物摄入不足，导致人体B族维生素、矿物质和膳食纤维缺失。河南省营养学会理事长张丁建议，每人每天摄入的食物要多样，以谷类为主，每天的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果类、畜禽鱼蛋奶类、大豆坚果类等食物，平均每天需摄入12种以上食物、每周需25种以上。此外，要吃动平衡、饮食合理，保持健康体重；多吃蔬菜、奶类、大豆；鱼、禽、蛋和瘦肉摄入要适量，建议优先选择鱼和禽。少吃肥肉、烟熏和腌制肉食；少盐少油，控糖限酒，培养清淡饮食习惯。

韩新宝



公益援助 郑州益圣哮喘医院 世界哮喘病日公益援助活动启动



5月12日，由河南省扶贫开发协会主办、郑州益圣哮喘医院承办的2017年“世界哮喘病日”公益援助活动启动仪式暨河南省医疗扶贫救助哮喘定点医院授牌仪式在郑举行。原卫生部副部长孙隆椿携北京三甲医院哮喘病专家团来到郑州益圣哮喘医院，助力哮喘病公益会诊活动。

活动期间，除邀请北京大学首钢医院丁彦、北京同仁堂医院特聘专家孙亚琴会诊外，中国中医科学院高绿纹5月30日也将莅临会诊。河南中

中小学生的饮水健康问题，一直是困扰学校和学生家长的大问题。如何呵护学生手中的那杯水？5月12日，由碧水源携手中国志愿服务基金会和碧水春天基金联合发起的“饮水思源”全国中小学生饮水健康公益活动，来到了郑州市人和路小学，为这里的上千名师生送上了既能有效去除水中有害物质，又能保留有益矿物质元素的纳滤净水设备，提前为孩子们送去了一份有意义的六一儿童礼物。

据了解，碧水源除了开展“饮水思源”系列捐赠公益活动外，还同时启动“我有一杯水”话题互动，即网友只要写上对孩子们温暖鼓励的话，就能参与到“饮水思源”全国中小学生饮水健康公益活动中来。

幸运的网友还有机会到活动现场写下祝福或绘制出蕴含感动的画，并集结到饮水



思源特制水杯上，让孩子们在喝上安全健康好水的同时，还能感受到这杯水背后的温暖和鼓励。

“我们希望纳滤技术呵护更多青少年、造福更多家庭，呵护他们的饮水健康。看到孩子们喝上甘甜的纳滤健康水、绽放出春花般的笑脸，更加坚定了我们继续前行的决心。”碧水源相关负责人表示。

蒋晓蕾

家门口赶大集 可买到“三同”产品

为积极响应国家供给侧改革，按照国家出口食品企业内外销“同线同标同质”（下称“三同”）工程的统一部署，5月20日、21日，中原福塔、河南出入境检验检疫局、“三同”商务平台河南甲方乙方、天泰、永达、思念等出口企业，将共同启动“三同”产品进万家活动。届时，30家企业的上百个出口产品将与市民见面。现场微信扫一扫，还能领取“三同”产品，享受更多实惠。郑州市消费者家门口就能买到出口港澳地区及欧美等地的产品。

蒋晓蕾

青露新语谜 重新定义面膜

面膜，大家都不陌生。最初的补水功能，也随着时间的演变和市场的变革，多了美白、淡斑、抗皱、祛痘、修复等功效。其实，在专家看来，皮肤问题包括黑色素沉积、肤色暗、有斑、皮肤松弛、产生皱纹、过敏等，都源于一个原因，那就是皮肤缺水。

要想皮肤好，就得让皮肤喝足水。青露新语谜面膜采用三重玻尿酸补水技术，面膜精华液富含小分子、中分子、大分子3种玻尿酸成分。小分子直达皮肤真皮层，透皮吸收，有效补水；中分子玻尿酸滋养表皮层和角质层；大分子玻尿酸有效锁水，真正做到补水更锁水。

蒋晓蕾

中华慈善总会泰瑞沙 慈善援助项目在郑启动

日前，由中华慈善总会发起的“泰然新生”泰瑞沙慈善援助项目在郑启动，该项目旨在帮助我国晚期非小细胞肺癌患者获得先进靶向药物治疗。河南省肿瘤医院肿瘤内科主任杨树军表示，肺癌已成为我国高发率和高死亡率的恶性肿瘤，非小细胞肺癌约占我国肺癌病例总数的80%~85%。因此，泰瑞沙慈善援助项目意义重大。今年3月，第三代肺癌靶向药品泰瑞沙通过国家食品药品监督管理局批准，再次为患者带来希望。泰瑞沙慈善援助项目将面向符合泰瑞沙适应症的晚期非小细胞肺癌患者提供药品援助。其中，低保患者将免费获得药品援助直至疾病进展；而非低保患者可在使用的泰瑞沙4个月后提出申请，获得批准后第一阶段最多可获得8个月的援助药品，此后再连续使用泰瑞沙3个月，可继续申请援助。

邢进

安全用药 类风湿性关节炎患者 切勿随意减药、停药

类风湿性关节炎是一种慢性、炎症性自身免疫系统疾病，可引发包括关节疼痛和肿胀等一系列症状。日前，由中华医学会、中华医学会风湿病学分会主办的“中华医学会第二十二次全国风湿病学学术会议”在郑举行。与会专家称，治疗不规范、疼痛减轻即减药停药，严重制约我国类风湿性关节炎疾病缓解率的提升。

中华医学会风湿病学分会主任委员、北京协和医院风湿免

疫科主任曾小峰称，我国90%以上的患者没有得到很好的诊断与治疗。中华医学会风湿病学分会委员、郑大一附院风湿免疫科刘升云强调，患者出现关节软组织疼痛症状后，应首先去风湿病科就诊，排除风湿病后再去其他科就诊，以免延误治疗。目前，类风湿性关节炎的主要治疗药物包括非甾体抗炎药、慢作用抗风湿药等，能阻止炎症反应的JAK抑制剂等也已成为治疗类风湿性关节炎的新策略。邢进