

# 广州卫生

创办于 1976 年 2 月

2016 年 9 月 14 日星期三 第 17 期(总第 1069 期) 半月出版 本期 4 版 E-mail:edit@gzhe.org

## 健康广州 共建共享

### 广州市举办“健康中国行”广州主题暨广州市建设健康城市宣传活动

**穗卫讯** 9 月 8 日,“2016 健康广州 共建共享”广州市建设健康城市主题宣传活动在流花公园举行。活动以倡导健康生活方式为重点,宣传健康城市理念和内涵,展示建设健康城市阶段性成果、普及公民健康素养知识和技能。

活动由广州市健康城市办主办,广州市健康教育所、越秀区卫计局承办。市卫生计生委欧阳文副主任、市团委王娟娟副书记、省卫生计生委宣传处高明副处长、省健康教育中心钟奕副主任出席活动,并为我市首批省级健康单位代表授牌,为“我爱弟弟妹妹”儿童绘画比赛颁奖,同时启动“健康广州 共建共享”第三届健康城市摄影比赛。

#### 健康城市建设

##### 落实健康中国战略之重要举措

“没有全民健康,就没有全面小康”。党和国家一直高度重视人民健康工作。十八届五中全会首次提出推进健康中国建设。“健康中国”上升为国家战略。8 月 19-20 日在京召开的全国卫生与健康大会上,习近平总书记发表的重要讲话从战略和全局高度对建设健康中国等重大任务作了深刻阐述,他强调,要把人民健康放在优先发展的战略地位,以普及健康生活、优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境、发展健康产业为重点,加快推进健康中国建设,努力全方位、全周期保障人民健康,为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦打下坚实健康基础。

开展健康城市建设是落实健康中国国家战略的重要举措。2013 年,我市印发了《健康广州“十三五”规划(2011-2020 年)》,全面启动“健康广州”建设工作,十二五期间,我们围绕“营



上左:健康单位代表接受授牌。上右:市卫计委欧阳文副主任为健康单位授牌。



广州市建设健康城市工作联席会议办公室领导、各成员单位负责人以及各单位代表出席现场活动,数十家单位现场设点共同开展宣传咨询服务。



丰富多彩的现场活动吸引了众多市民的踊跃参与。

## 全省联动开展“健康中国行”广东省主题宣传周活动

据广东省卫生计生委 9 月 5-11 日,广东省卫生计生委在全省范围内组织开展“健康中国行”广东省主题宣传周活动。宣传周期间,全省围绕“健康生活 我在行动”主题,通过组织现场活动、制作传播材料、开展媒体报道等各种形式,广泛传播健康知识,强化公民健康理念,倡导健康生活方式,为健康工作营造良好氛围。

“健康中国行”是国家卫生计生委组织开展的大型健康传播活动,2013 年启动,旨在通过开展丰富多彩的健康促进活动,提高人民群众健康素养水平,促进全民健康。今年活动的

内容更加丰富,形式更加灵活,采取“接力”宣传的方式,从 3 月中旬开始,依次经过东北、西北、西南、华北、华南、东南地区,每个省份按照既定时间开展为期一周的集中宣传。上海作为第九届全球健康促进大会举办地,将于 11 月中旬接过活动的最后一棒,将活动推向高潮。根据国家的统一部署,广东省主题宣传周安排在 9 月 5-11 日,是“健康中国行”第 23 站。

“健康中国行”广东省主题宣传周由省卫生计生委主办,动员了省健康教育中心、省结核病控制中心、省计生宣教中心、人之初杂志社等多个单位

参与,先后举行宣传周启动仪式、开展“每天一万步 健康我做主”倡议行动、“万步健走”活动、发布健康素养趣味科普动画视频、开展广东省志愿者结核病防治知识现场传播活动和全省健康知识系列宣传活动等,确保“天天有活动 天天有高潮”。各地在执行“万步健走”活动等全省统一行动外,积极加入自选动作,丰富活动内容。广州市的“建设健康城市宣传月活动”、深圳市的“第二届健康素养促进月活动”、梅州市的“细哥姐妹(健康生活我倡导)活动”等都颇具特色。

## 登革热防控完成第二次综合督导检查

**穗卫讯** 8 月 16-25 日,市突发公共卫生事件应急指挥部办公室(设在市卫生计生委)组织市卫生计生委、市教育局、市林业和园林局、市城管委和市住建委等成员单位分 6 个督导组,按照既定安排完成了对各区登革热防控工作情况第二次综合性督导检查。

从督导检查的总体情况来看,各区均高度重视,能根据第一次督导检查发现问题及时整改,并按照《广州市登革热防控工作实施方案》要求继续开展本辖区疫情监测、蚊媒监测预警和疫情处置等工作。各区和大多数街(镇)围绕市委、

市政府“干净、整洁”总体部署,并以迎接国家卫生城市复审为契机,落实属地责任,积极开展环境卫生整治工作;发生疫情的荔湾、白云、越秀、南沙、天河、海珠等区加强了组织领导和工作部署,积极组织辖区各街镇和各职能部门规范开展疫情处置工作。

在检查过程中发现各区不同程度存在重视化学药物消杀成蚊而忽视孳生地清理、部分疫点处置质量不佳、职能部门所辖系统单位的防控工作有待加强等问题,督导组均及时反馈并针对性地提出了工作要求和下一步工作意见。

## 全省突发中毒事件卫生应急处置技能竞赛 广州市代表队勇夺第一名

**穗卫讯** 8 月 23-26 日,广州市代表队在广东省卫生计生委举办的“全省突发中毒事件卫生应急处置技能竞赛”中脱颖而出,以总分第一的成绩荣获本次竞赛第一名。

为检验我省卫生应急队伍处置突发中毒事件能力,提升各类突发中毒事件卫生应急处置水平,广东省卫生计生委决定开展 2016 年广东省突发中毒事件卫生应急处置技能竞赛。广州市卫生计生委高度重视,从广州市第十二人民医院(广州市职业病防治院)、广州市疾病预防控制中心选拔出 6 名业务熟练、能力优秀

的同志组成广州市代表队,同时安排全市流行病学调查、实验室检测、中毒现场调查检测、中毒救治等方面的专家对参赛队员进行集中训练、分类指导,提升选手的理论和实践操作能力。

在本次竞赛中,广州市代表队表现十分优异,经过盲样考核、闭卷考试、技能操作、桌面推演四个竞赛环节的紧张比拼,最终在全省 22 支代表队中独占鳌头。国家职业卫生中毒控制所和广东省卫生计生委的专家领导对我市代表队在本次竞赛中的表现给予了高度肯定和表扬。

## 洋专家走进农林社区分享抗癌经验 ——农林街推进健康家庭、幸福家庭建设侧记

《广州卫生》(通讯员 蔡嘉辉)这天上午,农林街道办事处礼堂不时爆发出阵阵会意的笑声,美国专家 Steve Farr(史蒂夫·法尔)在会场来回踱步,用丰富的肢体语言和抑扬顿挫的英语幽默地讲述自身的故事,南方医科大学国际教育学院曹山鹰副院长在同步翻译的同时也忍俊不禁。

其实,这里分享的不是有趣的家庭生活,或者奇闻异闻,而是史蒂夫·法尔作为胰腺癌患者的抗癌经历,一个沉重的话题。史蒂夫·法尔,美国著名百年学院卫斯理安学院副院长,于 5 年前被确诊为胰腺癌,并被告知最多还有一年生命。后来,经历了两次手术,5 个器官被进行了部分切除。史蒂夫·法尔经历了否认、愤怒、祈求、沮丧之后,选择了接受,并开始积极与癌症作斗争。

他担任了美国癌症协会会长,并成立了一个名为“风雨同舟,并肩作战”的国际性网站,为癌症患者提供专门的支持与帮助。他还先后在美国、南美、俄罗斯和中国等地进行宣讲。此次是史蒂夫·法尔先生首次在广州走进社区分享他的抗癌经验。

作为这次活动的主办方,农林街道办事处近年来着力推进健康家庭发展计划,高度重视居民的健康教育,针对不同年龄、不同健康类别的居民组织不同专题的健康教育活动。今年以来,已先后就关爱孕妈妈、再生育能力与风险、中医和女性健康、骨质疏松合理用药、老年膳食平衡、应对癌症疾病等专题开展讲座,希望通过讲座和义诊,逐步推广健康理念,提升居民健康素养,促进家庭健康,建设和谐幸福农林。

## 科技快讯二则

### 侯凡院士重大发现: 空气污染增加慢性肾脏病的发病风险

《广州卫生》(通讯员 李晓娟)南方医科大学侯凡院士的研究团队近期在肾脏病学权威杂志 J Am Soc Nephrol 上发表的显示,长期暴露于高水平的 PM2.5 可以增加慢性肾脏病——一种自身免疫性慢性肾脏病的发病频率。从而首次证实,空气污染除导致呼吸系统疾病之外,还可能损伤免疫系统功能,增加慢性肾脏病的发病风险。研究并显示,在空气中 PM2.5 水平高于 70µg/m3 的地区,PM2.5 每增加 10µg/m3,慢性肾脏病的发病风险增加 14%。研究结果于 2016 年 6 月 30 日在线发表后,立即被美国肾脏病学学会机关刊物作为重要发现发表在学界推荐。该研究结果同时被美国、印度等国家的数十家媒体争相报道。

### 妇幼保健分子遗传医学研究专项计划落户番禺

《广州卫生》(通讯员 李政)日前,中国疾病预防控制中心中心妇幼保健中心“妇幼保健分子遗传医学研究专项计划”项目(GTP)在何贤纪念医院(番禺区妇幼保健院)启动。双方 GTP 合作协议涉及围产期保健、儿童发育生长、妇科肿瘤、代谢性疾病、老年性疾病等专业。据悉,自 2012 年起中国疾控中心妇幼保健中心

在全国妇幼保健系统内组织实施 GTP 项目,以推进分子遗传医学在我国妇幼保健系统的应用为基本目标,重点支持降低出生缺陷、妇女儿童常见病多发及乳腺癌、宫颈癌的早期筛查和干预等领域的研究开发与应用示范。此项目在何贤纪念医院落户,将为推动番禺地区妇幼保健工作提供更有力的技术支撑。

## 政策信息进农家 农村广播帮大忙

### 增城区卫计局利用农村广播系统有效传播卫计信息

《广州卫生》(通讯员 汤松汉、张振华)“坚持计生国策,造福老龄群众。大家好,又到了计生政策信息讲解时间。在接下来的 10 分钟里,我将和大家讲解需要注意的几个计生工作事项……”上午 11 时 30 分,增城区仙村镇西南村广播站准时开播,村广播站广播员严庆燕如常来到设在村委大楼里的广播室,熟练地打开广播主机,开始了当天上午的广播。

建设农村公共广播系统是增城区去年民生十件实事之一。到去年底,全区 11 个镇街,272 个村完成了农村公共广播系统建设,广播系统成为了农村宣传的重要平台。增城区卫计局充分利用这个平台开展卫计政策宣传、信息传播工作,取得了良好的效果。

#### 卫计信息定时听,随处听

说起农村小广播的作用,增城区仙村镇竹园村妇女主任阮秀梅也感触颇深。竹园村全村共有 11 个合作社,人口达 2800 多人,是仙村镇的一个大村。去年村里安装农村广播系统后,在区卫计局、仙村镇的指导下,阮秀梅利用村

中的广播开展计生宣传工作,工作效果明显改善。每当有新政策,她就到广播站里“动动嘴”,报读由区卫计局和仙村镇提供的政策解读文件,村民无论在家中或是在田里工作,都能清楚地听到。

#### 内容信息多样,适时更新

增城区卫计局在卫计信息广播内容制作和更新方面起着主导作用。目前,农村广播系统的卫计信息主要来自四个渠道,一是由区里统一制作并通过喜马拉雅网络电台统一配至 284 个村广播站的广播素材;二是由各镇街结合自身实际向辖区各村下放的素材;三是由区卫计局或其下属各医疗机构制作下发至各村村的素材;四是各村结合自身实际由村广播员收集的素材。除提供宣传题材外,区卫计局还积极参与全区统一广播素材的制作过程,负责区级素材中的卫计信息版块制作。同时,该局还定期或不定期指导各镇街和村广播员更新适合本地区实际的广播素材,防止素材落后僵化。

通过农村广播系统传播的卫计信息多种多样,除计生政策信息外,还包括公

共卫生、传染病防治、健康服务资讯、惠民举措等。“我们会在传染病高发期的前两周,通过广播系统向村民发布防御信息,指导村民做好传染病防治工作。我们还定时督促村广播员播放卫计惠民政策,确保每一个符合条件的村民都享受到优惠。”区卫计局相关负责人介绍。

#### 宣传卫计政策,农村广播帮大忙

通过农村广播,村民们了解到更多卫计政策和信息。“卫计政策和信息能深入农村,深入千家万户,农村广播系统帮了大忙。”对增城区卫计局而言,广播内容质量的提升和广播机制的建立和完善是关注的重点。该局相关负责人表示,目前,增城区卫计局已成立了农村广播宣传工作领导小组,统筹开展农村广播卫计信息传播工作。接下来,区卫计局将进一步完善卫计信息广播工作机制,投入更多力量制作更多高质量的卫计信息广播素材供广播使用,同时,实行暗访巡查制度,每月不定期对卫计信息广播情况进行实地暗访抽查,确保各类卫计信息有效传播给村民。

## 关爱成长,让星星亮起来

### 广州市社区医院首个试点孤独症专科培训基地启动

《广州卫生》(通讯员 陈靖思、马钰行、陈伟芳)8 月 29 日,广州市社区医院首个试点孤独症专科培训基地在昌岗街花新村广场举行启动仪式。至此,由昌岗街社区卫生服务中心与广州市孤独症儿童服务者协会联合推出的“融合治疗,医教结合”社区融合治疗方案正式落地,昌岗街社区卫生服务中心也正式成为了广州市首个针对孤独症儿童进行康复治疗和社区卫生服务中心。

据相关数据显示,我市 0-6 岁精神残疾的儿童有 10.4 万人,其中大部分为自闭症儿童,平均每万名儿童中就有 10 多个自闭症儿童,而这—数字还在以每年

10%的速度递增。对于随班就读的自闭症儿童,通常他们是孤立的,很难真正融入班集体之中。昌岗街社区卫生服务中心主任陈劲表示,中心此次联合广州市孤独症儿童服务者协会及爱心企业、社会慈善协会一起发起的“融合治疗,医教结合”社区融合治疗方案,就是让更多的孤独症少年儿童在关爱、平等、自立中成长。让有特殊需要的孩子,跟同龄孩子一起在常规学校接受教育,使他们适应主流学校的校园生活,发挥潜能,让其身心均能得到全面的发展。何劲介绍,昌岗街社区卫生服务中心现有心理治疗室、沙盘室、感觉统合训练室、康复理疗室等心



中心工作人员在指导患儿进行感统训练。

理相关治疗场地,同时正在不断加强各方面的建设,努力办成一所社会满意、家长放心的社区卫生服务中心。

壹宝货、广东狮子会慈善服务队、广东狮子会关爱服务队作为关爱孤独症儿童爱心企业代表、爱心慈善协会代表及社区居民代表受邀参加启动仪式。活动现场进行了爱心企业捐款、爱心志愿者服务队授旗等仪式。仪式结束后由出席嘉宾共同参观了社区医院的孤独症专科培训基地。







## “我爱弟弟妹妹”儿童绘画作品获奖作品展走进广图—— 看看孩子们眼中的“两孩”世界

为进一步做好“全面两孩”政策的宣传,营造良好的社会舆论氛围,广州市卫生和计划生育委员会和共青团广州市委员会联合举办了“我爱弟弟妹妹”儿童绘画比赛。比赛自2016年6月11日开放报名以来,作为此次比赛唯一报名入口的“生育百视通”微信公众号共收到作品2200余幅。截至8月11日,微信投票及展示页面的阅读量总计达68万余次,投票人数总计达43万余人次,在社会上产生了广泛影响。

7月底和8月初,主办单位聘请的5位专家严格按照评选标准,经过初评和复评,从2200余幅作品中精心评选出一、二、三等奖、优秀奖及入围奖等奖项。作为此次绘画比赛的延伸,9月9日,部分精选获奖作品(共70幅)将在广州图书馆儿童与青少年部展出,展览将持续到9月30日。

一幅幅画作,见证着暖暖的手足情;一段段文字,抒写着内心的小确幸。可爱的孩子们,他们是在用心作画,以独特的视角再现手足间的有爱瞬间;他们是在用想象创造,以恣意的笔触憧憬手足间的欢乐日常;他们是在用情感写意,以纯真的热情展现手足间的相守相伴。他们稚拙出位的灵性创造,为现场的观展者带来感动,让他们真真切切的无穷遐想,为观展者带来沉思。

展览期间,“我爱弟弟妹妹”儿童绘画比赛承办单位之一的广州市计划生育宣传教育中心还将与广州图书馆合作开展“阅创空间·青少年艺术坊”活动,活动包括“我爱弟弟妹妹”主题拼贴画、“两孩故事分享会”及“生育百视通”微信推广等。9月11日的“纸艺拼贴画”是“我爱弟弟妹妹”主题拼贴画活动的第一场,由广东省妇女儿童活动中心的陶艺老师黄金凤手把手教授孩子们如何用彩纸、彩笔、尺子制作一幅漂亮的拼贴画。孩子们兴致很高,跃跃欲试,都想把对弟弟妹妹的爱展现在画中。有和弟弟妹妹一起完成的,有教弟弟妹妹怎么制作的,有一家四口齐上阵的,画面温馨而美好。后续还将有超轻黏土拼贴画和手绘拼贴画等活动。据悉,9月17日的“两孩故事分享会”还将邀请到广东电视台少儿频道主持人雷君君为孩子们讲故事,分享两孩相处的快乐。

“我爱弟弟妹妹”儿童绘画作品获奖作品展不仅是宣传“全面两孩”政策的有力平台,也是关注儿童健康发展的良好窗口。通过观看展览不仅有助于孩子建立分享的概念,而且有助于推动家长“换位思考”,充分关注孩子的心理和情感诉求。

附:“我爱弟弟妹妹”儿童绘画比赛获奖作品展览系列活动方案。  
(广州市计生宣教中心 张思思 广州图书馆 方筱盈)

### 观展贴士: “我爱弟弟妹妹”儿童绘画比赛获奖作品展。

- 1.展出时间:2016年9月9日-9月30日
- 2.展出地点:南三楼
- 3.展示内容:获一、二等奖作品共70幅

### 【阅创空间·青少年艺术坊】“我爱弟弟妹妹”主题拼贴画系列活动。

- 第一期:纸艺拼贴画
- 1.时间:9月11日(周日)10:15-11:30
  - 2.地点:南三楼东区
  - 3.活动对象/人数:6-12岁儿童/30人
  - 4.主讲人:黄金凤(广东省妇女儿童活动中心老师)
- 第二期:超轻黏土拼贴画
- 1.时间:9月16日(周五)10:15-12:00
  - 2.地点:南三楼东区
  - 3.活动对象/人数:6-12岁儿童/30人
  - 4.主讲人:太史晓勇(手舞传奇创意艺术坊主讲老师)
- 第三期:手绘拼贴画
- 1.时间:9月25日(周日)10:15-12:00
  - 2.地点:南三楼东区
  - 3.活动对象/人数:6-12岁儿童/30人
  - 4.主讲人:严海欣(乐贤坊小学老师)

### “我爱弟弟妹妹”两孩故事分享会

- 1.时间:9月17日(周六)14:30-16:30
- 2.地点:南二楼小剧场
- 3.活动对象/人数:3-12岁儿童/30人(6岁以下儿童需要家长陪同)
- 4.主讲人:雷君君(广东电视台少儿频道主持人)
- 5.活动流程:  
(一)主持人介绍到场领导和主讲嘉宾。  
(二)君君姐姐与小读者互动,派发小礼品。  
(三)君君姐姐讲故事,并邀请小朋友参与角色扮演。  
(四)君君姐姐与小读者合照,活动结束。

**主讲嘉宾介绍:**  
雷君君,女,广东电视台少儿频道主持人,广东十佳明星主持人。主持《快乐连线六点半》、《岭南开心果》、《故事大王》等。雷君君除主持少儿节目外,还擅长讲故事,其将故事与表演、歌舞融为一体,无论是简单的绘本故事,还是长篇多人物的童话故事,都能讲得绘声绘色,从而培养孩子们听故事、讲故事的兴趣,锻炼孩子们的表达能力和表演能力,让孩子们在自信中成长。



## 中秋的月光

每年的中秋,天气渐渐凉爽起来。入夜,举头望月,月光如碎银似地泼洒在屋前的青石坪上,泛着幽幽的冷光。瞧着这无边的夜色,一股浓浓的乡愁,潜滋暗长地从心底弥漫开来。



中秋的月光,蓄满了思念。月下,晚风习习,蛙鸣阵阵。一个人踱到桂花树下,浓郁的花香让我陶醉。深吸一口气,香喷喷、甜丝丝的,像极了家乡的味道。月光如水,轻柔地泻在我身上,思念的大堤一下被浓浓的乡情决了大口。故乡的山,故乡的水,故乡的人,涨潮似地辉映在眼前,仿佛如昨,依然那么熟悉、亲切。

中秋的月光,饱含着祝愿。无论是千里之外的父母,还是天各一方的恋人,抑或是相距遥远的亲朋,都在这花好月圆之时,相互传递着良好的祝福。温馨的短信,唤醒了压抑已久的乡情。熟悉的乡音,温暖了几乎淡忘的亲情。“但愿人长久,千里共婵娟。”自古以来,这美好的情愫,就一直流淌在人们的心中,也让中秋的月色愈加地美丽动人。

中秋的月光,包含了缱绻的诗心。秋天的夜晚,静谧的时分,仰望那轮浑圆的银盘,心底兀自涌起佳句妙联。“月上柳梢头,人约黄昏后。”年轻时缠绵的爱恋,总是那么浪漫迷人。“海上生明月,天涯共此时。”雄浑壮阔的意境背后,是默默的怀想和憧憬。“明月松间照,清泉石上流。”空灵悠远的景色带给人的永远是满目的明净和清澈。

中秋的月光,流淌了亿万年。从古长城到天山下,从阿里山到呼伦贝尔大草原,从黄河之滨到桂林山水,这融融的月色,如涓涓细流,静寂无声地漫过这一山一水一草一木,给辽阔的中华大地平添了几分曼妙和隽永。

中秋的月光,是最美的风景。清幽澄澈的银辉,丝丝缕缕地抚过大地,投下斑驳的碎影。万物如镀上了一层熠熠的光泽,朦胧而婉约,曼妙而悦目。听,远处高楼传来了悠扬的笛声,那是谁家少年手拿竹笛,吹响了赞美的和声。田里的蛙也被这月光从梦中唤醒,睁着一双突兀的大眼,敞开着嘹亮的歌喉,以特有的方式,唱响了清亮婉转的月光奏鸣曲……

中秋的月光,是温馨的色彩,团圆和美永远是它不变的主基调。中秋的月盘是大大的调色板,把亲情、友情、爱情,一一揉进温柔的光波里。这夜,银辉闪闪,月色溶溶,歌声缥缈,深情款款,仿佛在诉说一个优美动人的传奇故事。故事总是以大团圆收场,拨动人们的琴弦,让寂静的天地也变得温情起来。这夜,普天之下的人们,总会以各种不同的方式,互致问候,送上祝愿,遥寄相思,让真情温暖月色下的每一寸土地,让咫尺天涯的人们共度这美轮美奂的团聚时分……

中秋的月光哟,总是那么动人心魄,让人辗转难眠,回味无穷!  
(刘昌宇)

## 爱在中秋 情暖六榕

2016年9月9日,秋风送爽,丹桂飘香,在这一年一度的传统中秋佳节到来之际,广州市越秀区六榕街计生办、六榕街东风康园站、广州侨联义工队在彭家巷社区联合举办了“爱在中秋,情暖彭家巷”社区共融活动,增进邻里情,促进幸福家庭建设,增强社区的凝聚力。

活动首先由六榕街东风康园站学员与侨联义工精心准备的动感小球操表演开场,还邀请了净慧体校学生进行搏击操表演,精彩的表演吸引了很多社区居民驻足观赏。随后,活动以游园会形式进行,包括老少皆宜的灯谜游戏、考验手眼协调的趣味羽毛球、乾坤小挪移、听音乐估歌仔等摊位游戏;以及法律咨询、计生咨询、禁毒宣传等咨询服务;活动还特别安排了月饼DIY摊位,在义工的巧手下,将揉捏成团的馅儿揉进冰皮中,然后将其放入模具中按压制成手工的冰皮月饼,吸引了孩子与家长围观,参与到手工制作月饼的活动中来。

通过举办这样的庆祝传统节日活动,既为居民展示才艺提供机会,搭建居民之间相互交流沟通平台,增进“邻里情”,同时让社区居民更充分了解社区文化和社区计生服务项目,流动人口均等化服务等,使辖内居民更热爱本社区,增强了社区的凝聚力、向心力,营造出一种团结奋进、文明和谐、喜庆祥和的浓郁氛围。

活动结束后,六榕街计生办还将一部分月饼送到社区计生特殊家庭,提前为他们送去节日的祝福,在社区营造浓浓的生育关怀氛围。  
(周丽霞)



## 童心融合 益游广州

——记广州市红十字会医院烧伤儿童城市印象体验夏令营活动

孩子,是生命对于自身渴望而诞生的冒险家,始终对大千世界充满期待。八月的孩子,在艳阳捎来的热风里纵情呐喊,在绿荫底下嬉戏玩耍,偶尔闹着父母要去游乐场,他们精力旺盛,对未知事物感到好奇。生活如探险游戏,教会他们成长,带着他们与生俱来的童心,不断探索着这个世界,以及憧憬着未来。

为了帮助烧伤儿童城市印象体验和面向社会和未来,广州市红十字会医院医务人员志愿者联合广州市政府购买试点服务项目医务社工和烧伤义工队志愿者于2016年8月13日至14日举行了“童心融合·益游广州”——烧伤儿童城市印象体验志愿服务活动。

**专家病友齐出动,增长知识又开心**

8月13日上午,广州市红十字会医院第一期烧伤儿童病友夏令营在院外外科示教室举行了开营仪式。在医院烧伤整形科治疗并康复出院的五位患儿及其家属、烧伤整形科医护人员代表、骨科专家莫子丹副主任医师及社区、社会志愿者,医院工作人员齐聚一堂,对即将开始的团结融合之旅充满了期待。开营仪式上,广州市红十字会医院团委茹文龙书记及广州同心社工服务中心服务总监冯剑波发表致辞,希望通过此次活动帮助患儿及其家庭走出困境,让孩子们体验自我成长的机会,以更开放式的接纳自我、乐观的面向社会和未来。

简单的开营仪式后,骨科专家莫主任为到场的烧伤病友科普四肢烧伤恢复的注意事项,莫主任深入浅出地讲解了烧伤后行之有效的康复治疗,让患儿及其家属,在场的志愿者及工作人员都能更深入地了解烧伤儿童的康复之路,这有利于提高大家对烧伤的关注。

接着,医务社工带领病友及志愿者们到烧伤整形科,对住院患者进行慰问,小伙伴们热心地提着礼物到每间病房探访,不时从床榻间传来的欢声笑语。每个天真活泼的笑脸都给静默的病房带来一缕阳光,给每个患者都带来希望。



**户外拓展锤炼身心,新get技能乐满营**

8月14日,在南沙永乐农庄开始了活动的城市之旅。在刺激紧张的真人CS之后,大家饥肠辘辘。野炊是一项既能get到厨师技能,又能一饱口福的活动。小伙伴们主动帮忙择菜洗菜。饭桌上,一派其乐融融的景象。炎炎夏日,西瓜可是绝佳的消暑圣物。在蕉树的环绕中,大家啃着香甜爽脆的西瓜,围桌畅聊。

下午,闭营仪式结束,大家依依不舍地踏上返程之路。通过此次夏令营,烧伤患儿与同龄病友、小朋友的亲密接触,彼此感受温暖和关怀,提高了社会对烧伤患儿的关注。



**DIY作坊玩不停,功能锻炼增感情**

下午,亲子联动彩绘工作坊在外科示教

## 秋季饮食四要素

进入秋季,由热转凉,气候干燥。秋季饮食调养要贯彻《黄帝内经》提出的“秋季养阴”即养肺的原则,以滋阴润燥、清润甘酸为主。尤其是老年人与体弱多病者,秋季饮食养生更应遵循以下要素。

**适时适量,不要暴饮暴食** 进入秋季,由于气候宜人,食物丰富,人的胃口大开,食欲大增,往往进食过多,热量过剩,就容易转化成脂肪堆积起来,致人发胖,即俗话说的“长秋膘”。因此,天高气爽的秋天,饮食要注意适时适量,切不可放纵食欲,大吃大喝,以为“夏吃苦秋来补”而暴饮暴食,以防“饮食不节,则形累而寿损”。

**清肺滋阴,少吃燥热辛辣** 中医学认为,五味入五脏,辛入肺,酸入肝。秋季饮食要贯彻“省辛增酸”的原则,少吃辛辣刺激食品,如尖辣椒、胡椒、葱、姜、蒜和油炸食品,以利补养肝气,滋阴润肺。适当多吃些酸味食物,即新鲜蔬菜、瓜果如冬瓜、茄子、萝卜、西红柿等,以增加肺脏功能,达到改善肺脏、滋阴润肺和补虚祛燥之目的。

**适其寒温,不吃过冷食品** 初秋时节,仍然是湿热交蒸,以致脾胃内虚,抵抗力下降。中医养生学家主张秋季应注意调其饮食,适其寒温,不要多食生冷食品,以免罹患消化道疾病。尤其是老、弱病者,要喝热茶、吃温食,早餐吃些粥类是大有益处的。明代李挺认为:“盖晨起食粥,推陈致新,利膈养胃,生津液,令人一日清爽,所补不小。”

**补而不峻,切勿乱补滥补** 秋天,人的阳气脏于外,而阴气伏于内,精气开始封藏,这时候适当进补,对健康有益。尤其到了晚秋更是中老年人和体弱者食补的大好时机。需要注意的是,切不可有病乱补和虚实不分滥补,要做到进补适量适当,忌以药代补。要选用“补而不峻”、“防燥不腻”的清补、平补之品,如莲子、桂圆、黑芝麻、红枣、核桃以及鸡鸭肉、禽蛋、鱼类等。对脾胃虚弱、消化不良患者,可进补山药、芡实、银耳、扁豆等,以达到健脾补肾、生津益气之功效。  
(张远桃)