

有啥“爱眼”问题，可问问专家

17日，本报义诊活动第二站将在辽河社区举行



本报8月15日讯(记者 崔磊)
吕增霞) 17日，本报联合济南市第二人民医院东营眼科分院共同举办“权威眼科进社区”大型系

列义诊活动第二站将走进辽河社区，为辽河社区的老年人免费进行眼病普查，为社区的老年人们送健康。届时，老年人们有什么不懂的

眼科健康问题可以问问眼科专家们。

7月30日，本报义诊活动第一站在东营区新区社区卫生服务中心举行。经过多日的努力，眼科专家们为数百名老年人进行了免费的眼病普查，对老年人们的日常眼部保健提出了建议，并为老年人建立了健康档案，深受老年人的欢

迎。七十多岁的王先生表示，在家门口就能进行眼部检查，方便了老年人，也让老年人更加踏实。

为了让更多的市民受益，本报联合济南市第二人民医院东营眼科分院、辽河社区居委会将走进辽河社区，举行本次义诊第二站活动，将为辽河社区的老年人进行免费的眼病普查和眼部健康

知识指导，欢迎市民们参加本报义诊活动。

济南市第二人民医院东营眼科分院的工作人员介绍，医院将继续派出多名资深眼科医生为居民进行义诊，进行眼部健康知识的普及，把方便带到老百姓身边。据悉，本次义诊活动第二站将于17日上午8时30分，在辽河社区居委会举行。

临产孕妇扎堆，床铺一位难求

本报8月15日讯(记者 吕增霞 崔磊) 近期东营各大医院的产科门诊里到处都是挺着大肚子的孕妇，病房的床铺也是满满的，根本没有空铺。临产孕妇扎堆导致医院的床位一铺难求。很多医院开设孕妇课堂，讲授孕期知识，并且鼓励孕妇顺产，提高床位的周转率。

13日，记者来到了东营市人民医院，刚到妇产科门诊，记者就见到了很多挺着大肚子的孕妇在等待做产检，彩超大厅里也是很多孕妇。“排队的人比较多，有时候做个

彩超能等上一个小时呢。”孕妇王女士告诉记者，今年的孕妇特别多，床位都不好预订，很担心到临产时候没有床位。

东营市人民医院副主任助产师聂秀娟告诉记者，近期临产孕妇更多了，每个月至少有300个婴儿出生，病房里已经是满满的，即使加床也满足不了需求。同样的，胜利油田中心医院产科每月至少有170个婴儿出生。现在多家医院都开设了生命摇篮俱乐部、孕妇讲座，面向准妈妈讲授孕期知识，并

多鼓励孕妇顺产，提高床位周转率，缩短住院时间。“顺产有很多好处，通过我们的讲解，现在很多孕妇接受顺产，剖宫率下降了百分之二十呢。”聂秀娟说。

很多医院表示，虽然提高床位周转率，尽量缩短产妇住院时间，但是医院会加强出院随访，提供咨询服务。同时很多医院为了减少孕妇检查排队的时间，增设了门诊窗口，孕妇也可提前打电话预约门诊。

市卫生局组织急救应急实战拉练

本报8月15日讯(记者 吕增霞 通讯员 边霞 张玉峰) 为检验全市院前急救系统实战工作能力，不断提升院前急救工作水平，近日，市卫生局组织对全市院前急救系统开展实战应急拉练，进行现场督导检查。

此次拉练活动在中心城区启动。检查组电话模拟病人突然晕倒、神志不清，向120指挥中心报警，请求救援。120指挥中心接到报警后，下达出警指令，先后调集胜

利油田中心医院、东营区人民医院、胜利石油管理局胜北医院急救车单元，赶往病人所处位置。到达现场后，急救人员按照实战条件和要求，迅速展开徒手心肺复苏、心脏除颤、开通静脉通路、监护转运等一系列现场抢救项目操作。检查组现场对各医院抢救过程进行分析点评。同时，对各医院急救人员进行了急救理论、突发事件处置、医患沟通等相关知识问答，对各急救车单元的人员配置、着装标识、

药械装备进行了全面检查。本次活动还依次对垦利县、河口区、利津县、广饶县分别进行拉练，采取实地呼救报警、指挥调度、接警出动、现场抢救的形式，检验各院前急救站点救援单元设备、人员、标识、反应速度、救治质量、网络应用和突发事件处置等情况。通过此次拉练活动，进一步强化了院前急救流程管理，检验了120规范处警、快速反应及现场处置能力。

妇幼保健院新添骨密度测定项目

本报8月15日讯(记者 吕增霞) 近日，市妇幼保健院儿童保健中心新添骨密度测定项目。儿童系统化保健服务一直是市妇幼保健院一项特色服务。

儿童时期是骨骼发育的关键时期，人一生中50%~80%的骨量和骨强度都是在儿童或者青少年时期累积的。研究表明，老年性骨质疏松症实际上是一

种影响老年生活重大疾病，它开始于少年，植根于青年，发生于老年。少儿时期的“脆弱骨骼”是导致晚年骨质疏松的重要原因，并且，骨强度偏低还将带来骨折风险的增加。所以，小儿时期的骨骼发育状况将会影响他的一生。

妇幼保健院新增设的骨密度测定项目，通过新引进了

Sunlight公司的Omnisense7000P型骨强度测定仪，运用超声在不同骨强度的骨骼中传导速度不同原理，监测小儿骨强度是否正常。可早期检测出骨强度低下，为临床和家长提供小儿骨骼发育的指标，针对不同病因及时治疗。该设备为无创的超声检测设备，对儿童无损伤和痛苦，目前已测定56例，受到儿童家长的一致好评。

忠实读者与本刊分享养生之道： 多吃生姜有很多好处

本报记者 吕增霞

“我的胃病就是多吃生姜吃好的，生姜有很多好处，值得我们科研人士深度开发。”本刊的忠实读者胡光泽先生告诉记者，因为自己有胃病，所以一直爱看体育健康的栏目，多年来也一直订阅有关健康读物，看到本刊创刊之后，就想和广大读者分享自己的养生经验。

今年60岁的胡光泽告诉记者，年轻的时候曾在南方当兵，由于训练紧张，加上饮食不规律，落下了胃病的老毛病，“后来检查一看是胃糜烂，一直进行药物治疗，但是效果不是太好。”胡光泽说，之前几乎每天都去医院，有时一天去好几次，也曾经去过青岛、烟台疗养，但没有什么效果。

“得病时候的我，非常瘦，

1米73的个头才110斤，现在好了，我已经140斤了。”胡光泽告诉记者，他记得小时候家里很穷，生了病之后，家人就煮生姜水，出出汗就好了。“又加上之后我看了很多有关健康知识的书籍，我发现生姜绝对是个宝。”胡光泽说，在胃不舒服的时候他就吃点生姜，平时在饮食上也加大生姜的量，“我现在已经有十多年不去医院了，药也不吃了。”胡光泽说，可以说就是生姜治好了他的胃病，有时候老伴牙痛的时候，吃点生姜也很管用。

胡光泽说，他一直觉得生姜是一个宝物，希望科研人士能深度开发利用，充分发挥它的作用。此外胡光泽也建议，吃东西最好“顺其自然”，尽量不要吃反季节的食品。



本刊忠实读者胡光泽先生与我们分享他的养生经验。本报记者 段学虎 摄

**健康路上，
期待你的关注**

齐鲁晚报·今日黄三角《东营健康》创刊以来，得到了广大读者的喜爱，今后的路上更希望您一如既往地支持与鞭策。希望让这个栏目真正地成为您的贴心朋友。

为此我们设置了《东营健康》联系方式，您对我们的专刊有哪些意见和建议，您有哪些“绝妙”的养生知识，您有哪些疾病困惑，您对医患关系有哪些看法，您对医改有哪些自己的意见，都可以来电、来信与我们交流。健康路上，我们同行。

联系人：吕女士
电话：13589443794 邮箱：
xiatian00122@163.com

鸡眼大王祖传秘方

●专治鸡眼肉刺、脚疔、脚垫刺瘊等，当面拔掉，绝活无痛。解除您的痛苦与烦恼，随治随走，不影响正常工作和生活千里行走，始于足下。●地址：东营西城百货大楼对面友谊服装城一楼南门老商业街。●联系人：王先生 ●电话：7869205 15166293456

金银花、菊花、绿茶各30克用水煮沸，过滤后的茶水中加入黑豆100克，山楂30克煮熟后，马齿苋1000克与芹菜叶300克炒干去水分后(约浓缩40倍)加入到黑豆汤中，继续小伙煮。分三次服用。此方为老军医程华独创，12小时轻松软排便。经科学证明，该方天然无毒，能增强肠道肌力指数，让肠子“有劲”，一般老便秘患者当日即可松软排便，不含泻药，绝不腹泻，孩子、女人、老人、孕妇都能用。

目前，这一快速治疗老便秘的小偏方经

良后又加入了平衡人体酸碱的海藻和人体必需的膳食纤维，更适合非常顽固的老便秘，经国家批准制成成品命名为“御品膳食通”。老便秘患者服用“御品膳食通”数日便可彻底告别药物依赖，不吃任何药物，每天不费任何力气顺畅排出正常大便。

总经销：西城·胜中中药房(北二路与西三路交叉口南200米)、黄河口大酒店(百货大楼南20米)、东城同康药店(辽河西区西首)

咨询电话：13376476868