

齐鲁晚报大篷车进社区

主办: 齐鲁晚报·今日淄博
漱玉平民大药房

齐鲁晚报大篷车走进张店城中社区免费为居民体检

“项目多查得全，大篷车很及时”

15日，齐鲁晚报大篷车走进张店城中社区，联合漱玉平民大药房为居民进行免费健康查体。本次活动提供测量血压、吸氧、检查维生素和矿物质，以及进行白内障检查等多项服务，赢得了居民的一致好评：“咱这活动不走形式，项目多查得全，而且全都是免费的，大篷车活动很及时，对老百姓很有帮助。”



本报记者 张汝树 见习记者 刘光斌

免费吸氧受心肺病患者欢迎

虽然体检上午10点才开始，但不到9点就有几十名居民早早来到了现场。记者看到，由于是周末，除了老年人之外，还有很多孩子和家长一起前来参加活动。

本次体检，针对患有心肺病的居民提供了免费吸氧的体验。社区居民宫德秀看到吸氧设备，主动提出体验一番。她告诉记者，去年她住院时便经常吸氧，医生告诉她，吸氧有利于改善血液中供氧不足，

缓解心肺疾病带来的胸闷、气喘。吸氧5分钟之后，宫德秀说，她感觉呼吸通畅了不少，胸中没有那么憋闷了。

据漱玉平民大药房的工作人员介绍，坚持经常吸氧，不仅可以帮助心肺病患者有效缓解心肺疾病造成胸闷等情况，对身体健康的人来说，也可以起到缓解疲劳、改善睡眠的作用；而且还能对人体的亚健康状态起到一定的调节作用。

多数老人都想查查眼睛

在活动现场，很多来体检的老人都提出了检查白内障的要求，希望检查一下眼睛是否健康。

“根据您描述的眼睛出现黑影的症状，建议您去医院进一步检查。平时可以多吃一点海带和紫菜，缓解一下症状。”莎普爱思厂家工作人员宋丽霞给来检查眼睛的老人说。

宋丽霞说，现在60岁以上的老人，很多都存在白内障的情况。但有些老年人根本不注意，平常自己也很少去检查。

“刚才一位老人眼睛已经是白内障中期了，却因为平时不在意，老人还不知道眼睛已经出了问题。”

据了解，白内障一般病程缓慢，早期症状是视力减退，看东西发生重叠，眼前出现大小黑点或条索状影子等。“引起白内障的原因有很多，但根本来说还是器官老化导致的。”宋丽霞说，除了器官老化，与生活习惯也有关系。“平常生活上要有规律，看书和看电视不要太多，注意休息。”

检测缺啥元素，回家对症补一补

此次体检，漱玉平民大药房还专门准备了为居民检测体内维生素及矿物质含量状况的仪器。居民们踊跃参与，想检测一下自己缺什么，然后对症补一补。

童女士带着自己5岁的儿子来到体检现场，她告诉漱玉平民大药房的工作人员：“儿子有些挑食，身体也比较弱。”经过检测，童女士儿子身体缺乏一些微量元素铁和锌，“小孩子缺铁从脸色及指甲的颜色上也能看出来，一般脸色苍白，指甲没有血色，而且伴有手脚冰凉，就说明需要补充一下铁等元素

了。”工作人员建议童女士给孩子采用食补的方式，多食用动物内脏及豆类食品等。

来自城中社区杜女士经过检测得知自己缺钙，“我今年80岁了，明显感觉这身子骨没以前硬朗了。”杜女士告诉记者，她一直在坚持服用钙片，工作人员向杜女士建议，平时多食用海鱼、动物肝脏等富含维生素D的食品以促进钙的吸收。

除了维生素及矿物质等微量元素的检测之外，漱玉平民大药房还为居民进行了免费血压检测，并为居民提供了相应的膳食及医疗建议。

百份免费报半小时被抢阅一空

本次大篷车进社区活动，本报与漱玉平民大药房合作，免费向社区居民赠阅100份报纸。活动刚开始不到半小时，这100份报纸就被来参加体检的居民抢阅一空。

社区居民卢华女士手拿一份齐鲁晚报，一边翻阅，一边排队等候体检。“我很喜欢看报纸，尤其喜欢报纸上那些跟老年人有关的政策、新闻及养生知识。”今年已经70岁的卢华告诉记者，现在的生活比较安定幸福，但自己仍很关注

社会的发展和一些新政策；报纸上的一些养生知识，也让她养成了良好的生活习惯以保持健康的体魄。

而同样来参加体检的鲁凤兰女士也领到了一份报纸，她告诉记者，不仅她喜欢看齐鲁晚报，家人都喜欢看。“咱们的报纸办得很好，不仅我们老两口喜欢看，孩子们也喜欢。”鲁凤兰还告诉记者，她很喜欢最近报纸上有关消费者维权的报道，她想多了解一些以免自己上当受骗。

周到细心服务 打动社区居民

15日活动现场，天气晴朗，阳光比较强烈。由于体检场地缺乏挡光设施，给很多仪器的读阅带来困难。但漱玉平民大药房的工作人员克服各种困难，为居民们提供了完备的体检服务，细心的服务获得了居民们的一致称赞。

“今天阳光比较强烈，仪器上显示的信息看不太清楚。”在为居民检查维生素和矿物质的一名工作人员说，这个项目在进行检测时，必须看清居民手掌和手指中显示的信息，一点点小小的区别可能就意味着缺少不同的维生素等。

虽然读阅信息比较困难，但工作人员的热情一点没受影响，只要有居民坐下来检查，他们就尽量将眼睛贴近仪器，认真地观看仪器上显示的信息；往往检查过几位居民之后，工作人员就得停下来休息一下眼睛。在体检过程中，为了方便居民检测，漱玉平民大药房的工作人员还主动用报纸为市民遮挡阳光，这一细心地举动受到了在场居民的赞许。

城中社区邀请 再办一场活动

参加完此次体检后，城中社区的居民都感到满意。“大夫们的检测很细致，建议也很中肯，回家后我一定多注意，按照大夫的建议调理饮食。”李女士告诉记者，工作人员经过检测发现她胆固醇较高，平时饮食应该节制蛋类等富含胆固醇食物的摄入。

此外，漱玉平民大药房的工作人员也在现场为微信用户推出了“微大夫”服务。据一位工作人员介绍，居民只要扫描一下漱玉平民大药房的二维码，点击关注，便可以享受到在线“微大夫”健康咨询，实时与漱玉平民的工作人员沟通，获得更多医疗养生建议。

对于此次体检活动，城中社区居委会党支部书记肖俊振告诉记者，他感到非常满意，“居民对健康体检都有很大需求，漱玉平民工作人员细致、负责的建议对居民的健康确能起到很好的促进作用。”肖俊振书记还表示，由于社区比较大，这一次体检只是通知了活动现场附近的一些居民，若有机会，欢迎大篷车继续走进城中社区，为社区其他区域的居民带来更为全面的体检及相应的健康建议。



工作人员告诉市民从“微大夫”上获知健康咨询的使用方法。 本报记者 王鸿哲 摄



居民等待查体时，看漱玉平民大药房免费提供的报纸。

本报记者 王鸿哲 摄



漱玉平民官方微信。