

## 泉 社区记者团

历下区:殷亚楠  
市中区:林媛媛  
天桥区:董从哲  
槐荫区:陈伟  
历城区:尹明亮

社区热线: 967061 26  
社区QQ群: 60918759  
社区邮箱: qwbbsq@163.com

## 社区 黑板报

### 解放路街道 提升社区环境

加强商贩管理、清除小广告、修复文化墙、开展绿化……近日,解放路街道开始对辖区各小区环境展开综合整治。

针对社区小广告,解放路街道组织城管队员对墙体、电线杆、车站站牌进行了全面清理。

为充分发挥文化墙美化城市环境、提升城市品位的作用,解放路街道组织人员对七家村泉城老巷文化墙等进行了修复。

目前,解放路街道已累计清理社区小广告60余处,已修复文化墙1935平方米,预计整个环境提升工作将在近期结束。(尹明亮 李琳)

编辑:朱頔 组版:五军

# 社区活动室能否再大点

## 有的居委会甚至只能把办公地点兼做居民活动室

文/片 见习记者 陈伟

4月1日,本报以《大爷大妈,您晨练能否小声点》为题,报道了省城部分老人在社区小广场晨练时,对部分上班族的休息造成一定影响的事情。

对此,不少老人纷纷表示他们也很无奈,因为去健身俱乐部成本太高,而居委会的社区活动场所又实在太小。记者调查发现,省城不少社区的居民活动场所面积非常有限,有的甚至只能把居委会的办公地点兼做活动室。

### 活动室太少太小 居民想活动没地方

4日傍晚,在位于省城西部的槐荫广场上,正在健身的市民王先生告诉记者,他基本上每天都会来这里休闲锻炼,唱唱歌或者是打打拳,“来这里玩的老年人很多,大家三个一群,五个一伙,非常热闹,比闷在家里强多了。”

然而,由于槐荫广场周边不仅有居民楼还有医院,市民来此休闲锻炼,势必会对附近居民和病人的正常休息造成一定影响。对此,王先生也有些无奈。“我们也想找室内的活动场所,既不影响别人,又没有风吹日晒,可实在不好找啊!”王先生说,他们也想过去健身俱乐部锻炼,可是去那里的成本太高,办个健身卡一般都得上千元,而且俱乐部里没有几个

健身项目适合老年人。

社区里有没有室内活动室呢?“我们居委会本来就不大,也就几十平方米,再除去办公场所和会议室等,哪里还有活动室让我们锻炼呢?因此我们是迫不得已,才去广场锻炼的。”王先生表示。

### 居委会面积有限 会议室兼做活动室

随后,记者走访省城部分社区发现,不少社区的活动场所面积都非常有限,部分甚至只能把办公场所兼做居民活动室。

纬十路社区居委会的面积非常小,一楼的办公地点只有20多平方米,2楼的会议室稍大些,但也只有30多平方米。居委会主任许爱丽告诉记者,居委会开会议的时候,一般都在2楼的会议室召开。如果不用开会,2



室内活动场所有限,部分居民只能在户外活动。

楼一般都被当成居民活动室,比如每周五居民可以来这里听听歌、聊聊天。但是由于会议室比较小,每次也只能容纳二三十人,远远满足不了社区居民休闲娱乐的需求。

为了能让尽可能多的社区居民锻炼休闲,丁字山社区则给能容纳近百人的居民活动室排上了“课程表”。居委会主任盛莉说,以前整个社区里只有一支舞蹈队,而且成员也不多,这个小活动室刚刚够用。但随着社区里退休居民越来越多,居民的活

动热情也越来越高涨,如今社区里的文艺队伍已增加到七八支,人数也增加到近百人。为此,居委会开始为活动室不够用的问题犯起了愁。

“后来有位居民找到居委会,提出了一个想法,给活动室设置‘课程表’,让不同队伍错开时间使用。由于没有更好的办法,我们也只能这么做了。”盛莉说,虽设置“课程表”在一定程度上缓解了活动室扎堆使用的问题,但社区里的大部分居民还是没法到活动室来锻炼休闲。

### 人大代表 建议出台政策 保障社区活动用地

在今年的济南市两会上,部分人大代表专门针对保障社区活动用地的问题提出了相关建议。济南市人大代表、和平路社区居委会主任刘永海表示,现在不少社区居委会的办公场所只有几十平方米甚至更少,根本就没有多余的地方建社区居民的活动场所。因此,他建议济南市应加大对社区硬件设施的建设,让居民能有更多的活动空间。

## 《2010年糖尿病监测统计报告》近日公布:

# 糖尿病患者实现免口服免注射

《报告》公布了这样一组调查数据:40岁以上的中年人,长期服用急性降糖药的死亡率高达45.3%;65岁以上的老年患者死亡率达到了74%;70岁以上为85.4%!北京医院的临床大夫不无忧虑地指出:“血糖高导致低血糖而死亡的病例近年来成倍增加,而有些患者不吃降糖药,往往活得更长久。”

大夫回答说:之所以叫化糖,是因为它是打通人体足底穴位的药贴,贴在涌泉穴,不用打针吃药,就能让糖尿病人的血糖明显下降。

济南的一位张姓大爷电话咨询:我吃了十年降糖药控制血糖,总是忽高忽低不靠谱,如果一停降糖药换用新疗法害怕更不靠谱,并且我都七十岁了,这病还能治好吗?

我省化糖康复指导中心的刘燕大夫回答说:化糖不吃药是一个逐渐的过程,一开始还需要少量用药,当化糖贴逐渐恢复你的胰岛功能之后,不管是60岁、70岁、80岁,糖尿病都能治好!

### 新型疗法进驻我市

2010年有6000名患者停药

我国著名糖尿病专家张国强教



授说:要想保持血糖长期平稳,仅仅靠口服药肯定是不行的,必须激活人体自身化糖本能,把人体多余的血糖转化为人体所需的能量、营养,所以此时化糖疗法的推出可以说是一个划时代的成就。

中医化糖疗法进入我市两年多的时间里有很多糖尿病患者有幸停

用了化糖疗法的实际效果,据济南某电视台跟踪调查的结果,首批的体验者中,已经有6000名患者实现了停药停药,过上了敢吃敢喝的幸福生活。

据使用过的患者反映:相对于传统的降糖药物,中医化糖疗法的优势非常显著:

- 不打针、不吃药、不住院,轻松治疗糖尿病!
- 不进入肠胃、不伤肝肾,安全无药害!
- 能吃能喝不忌口,使用后浑身有力、饭量增加;睡眠好转,小便次数减少;眼睛明亮;瘙痒麻木消失;血糖逐步平稳。

### 我市糖尿病书籍免费发放 大力推广中医化糖疗法 济南地区仅限2000本

糖尿病患者想要实现免口服免注射的健康治疗,近日,由中医古籍出版社出版的《糖尿病的革命》一书,详细介绍了糖尿病患者如何摆脱药物依赖,最后靠自身化糖本能战胜糖尿病的医学知识,这本书由国内10余位糖尿病权威共同编撰,市场零售价28元,一上市便居各大书店的畅销榜首。

目前,为了配合化糖疗法在济南地区的推广,此书将面向读者免费发放,济南地区仅限2000本,部分医院医生也建议患者仔细阅读这本书,请需要的患者尽快拨打电话,以免错过机会。 邮购热线:0531-66907612 66907712

## 不打针不吃药,不遭罪 敢吃敢喝身体棒



济南历下区 胡庆中 61岁

十多年的糖尿病,每天都是大把大把地吃药,虽然我也知道降糖药副作用大,但不吃不行,明知是毒药也得往下咽,直到碰到化糖贴之前,我真没想过能把降糖药停下,化糖贴不仅使用方便,直接贴

在脚底涌泉穴就行,而且效果非常好,贴了一个半月后,我的血糖从16降到了7.9,而且身上也有劲了,看东西也清晰多了!贴了三个周期化糖贴,不仅停了药,而且能吃能喝了,现在逢年过节,我也敢吃点水果点心了,真是舒服啊。

### 权威部门对化糖贴的意见

由北京医院临床半年公布的临床数据表明:化糖贴对长期平稳血糖和并发症总有效率高;糖化血红蛋白达标;并发症大面积消退,逐渐停药停药,国家权威部门非常认可化糖贴的显著效果,由北京药监局批准为:京药监械(准)字2008第2260360号(更),并作出明确批示:适用于常规治疗效果不理想的II型糖尿病患者,这在国内是第一个。



### 化糖热线:0531-66907612 66907712

授权药店:华东大药房(大观园十字路口向北30米路东),神农大药房(黑虎泉西路151号,邮政大厦东邻),广济堂药店(文化西路省中医东门诊对面),科信大药房(101路终点站,甸柳庄泉城医院对面),惠好大药房(玉皇庄统一泰超市西邻路南),长清惠好大药房(长清五峰路原供销社大厦南30米路东),高河老百换医药超市(共幼幼保健站西80米),济阳馨香堂药店杨建仓诊所(共中医院西临,好又多超市对面)