

幸福社区居民免费查体啦

还可领取限油壶限盐勺

晚报讯 (记者 王正 摄影报道)“健康成年人每天食用油摄入量不应该超过25克,盐的摄入量不宜超过6克,但我市市民饮食习惯往往偏咸、油大,盐或食用油摄入量大大超过限量标准,影响居民身体健康,因此,高血压、心脏病、糖尿病等慢性病患病率逐年上升。”近日,在市中区幸福社区小广场上,发放限油壶限盐勺的塔塔埠社区卫生服务中心的王桂兰主任说。

在幸福社区小广场,社区卫生服务中心的20名医护人员挂上宣传横幅,摆好血压计、听诊器、血糖仪、体重秤,迎接辖区居民前来健康体检、健康咨询,发放限油壶限盐勺,宣传国家基本公共卫生服务项目活动。

当天的绵绵细雨给炎热的夏季带来难得的清凉,醒目的宣传海报,吸引了众多的辖区居民前来询问。医护人员为他们测量血压、血糖、身高、体重,详细讲解限油壶限盐勺的使用,进行用药及健康生活

方式指导,讲解建立居民健康档案、记载健康信息的意义,尤其是实行家庭医生签约服务为居民健康带来的保障意义等等,同时还讲解了日常医疗卫生知识、疾病防治知识、健康生活习惯等。

“看到盐勺,就想到了少吃盐;看到了油壶,就想到了少吃油!”在测量完血糖,拿到限油壶限盐勺后,家住幸福小区的李大妈感慨地说,“平时免费查体我都来,这次不一样,还给居民发放限油壶限盐勺,真是挺好的。”

“这是限盐勺,一个人一天不超过三勺;这是限油壶,一人一天只能用一个格,这是标准用量,长期这样就能保证饮食健康。”一位医护人员正在对居民讲解限油壶限盐勺的使用方法。这次宣传活动共发放限油壶限盐勺60余套,接受咨询120余人,测量身高体重50余人,测量血压80余人,测量血糖60余人,发放宣传资料500余份,新建居民档案5人,家庭医生签约20余人。



17处电梯消防开关保护罩遭破坏

物业修复换新 提醒居民要爱护

晚报讯 (记者 寇光)“妈妈,你快看,这个红色按钮有什么作用呀,按下去会有什么事情发生呢?”近日,家住高新区远航领秀城小区的徐女士带着孩子经过单元楼内的电梯时,孩子对电梯轿厢一旁的红色按钮起了好奇心,想要看看按钮有何作用。徐女士马上阻止了孩子顽皮的行为,并教育孩子不要轻易去碰未知的按钮。

事后徐女士也对这个红色按钮起了好奇心,本着多学一些知识的想法,徐女士上网查询了一番后,庆幸多亏自己制止了孩子的行为,因为这个按钮正是电梯的消防报警开关。“这个按钮发生火情的时候才能用到,平时误碰的话会给业主带来极大的不便。”徐女士说。

不过令徐女士感到奇怪的是,网上说电梯消防开关的外面

通常会有一层保护罩,这层保护罩的作用就是防止误触的。然而徐女士却并未在电梯旁的消防开关上看到保护罩。“难道是被破坏掉了?”徐女士这样猜测。

小区物业负责人张经理表示,早在上个月,他们就发现了小区的电梯消防开关保护罩有损坏的现象,得知这一情况后他们马上联系相关单位进行修补。“一共17处电梯消防开关有损坏现象,全部更换完毕后,我们又在小区的业主群内提醒广大业主,不要蓄意破坏。”张经理说。

“电梯的消防按钮是发生火灾时使用的,一旦启动,电梯将会全面停运,并自动迫降到首层。”张经理表示,普通电梯是不具备消防功能的,发生火灾时禁止人们搭乘电梯逃生。因为当其受高温影响,或停电停运,或



着火燃烧,必将殃及搭乘电梯的人,甚至夺去他们的生命。“因此告诫广大业主,不要因为一时好奇去误触电梯消防开关,看管好自己的孩子,不要让其破坏开关外层的保护罩。一旦发现保护罩有损坏的现象,应立刻上报给物业。”

白天凑合吃 半夜加餐吃零食

假期作息不规律姑娘患肠炎

晚报讯 (记者 杨舒 实习生 董焕楠)家住薛城区光明花苑的刘女士最近很犯愁,原因是在江苏某高校读大二的女儿目前放假在家,过着昼夜颠倒的生活,晚上玩手机电脑到深夜,每天睡到接近中午才起床。

女儿作息不规律,一日三餐也不准时准点,大多数早餐不吃,中午一顿饭顶早午两餐的。晚餐后由于睡的晚,还要靠很多不健康的零食充饥。刘女士说,“女儿平时在校时候和我通电话就说过在学校压力比较大,有学业的压力,还有很多学生工作要处理。自己心里也想着回家让她好好休息,回到家这半个多月,早上我就没有叫过她吃饭,都是让她睡到自然醒,她睡醒了就自己吃点零食或面包充饥。”

7月29日早上,女儿起床后就告诉刘女士说自己肚子不舒服,有点头晕。当时刘女士也没在意,以为就是女儿睡觉

时间少,晚上玩手机玩的晚的缘故。“那天我让女儿去厨房拔下电锅的插座,我在洗衣服,她拔完插座之后就说头晕,接着就坐在了旁边的椅子上了。我过去一看她就瘫在那里了,手都垂下来了,吓得我也不敢乱动她,就一直掐她的人中,过了大约两分钟,我女儿才慢慢睁开眼,完全不知道发生了什么。”刘女士事后回忆起来还是很害怕。

等女儿醒过来,冒了一身冷汗,刘女士一扇扇子,女儿还打寒颤。过了一会儿慢慢才缓过劲来。刘女士随后又给她测量了血压,第一次什么也没测到,第二次测量结果是高压90,低压40。刘女士吓坏了赶紧把女儿送到医院了。

医生检查后说是急性肠炎,引发的头脑不适,才造成了短暂的昏厥。刘女士的女儿说,“当时完全没有意识,不知道发生了什么,眼前一片黑,



妈妈把我叫醒了之后,眼睛还是看东西很模糊,慢慢的视线才清晰。现在想起来真的很害怕,万一妈妈不在身边真的不知道会怎么样。”

医生提醒,夏季高温来临,饮食更需注意,切忌贪凉贪冰,要合理膳食,同时还要注意作息规律,只有这样才能身心放松,度过一个快乐、健康的假期生活。

狗狗寄养男友家竟被弄丢 撒谎隐瞒实情小情侣分手

晚报讯 (记者 张琛)狗狗是人类的朋友,特别是一些爱狗人士更是把狗狗当做好朋友好伙伴。从小喜欢狗狗的小王最近得知她的狗狗被男友弄丢了,一气之下和男友分了手,有人说小王的做法不理智欠妥当,但是小王有自己的说法。

家住市中区白马庄园的小王养了一只萨摩,是个调皮的“小男孩”。小王的男友虽然不是特别喜欢狗,但是也没有表现出特别的厌恶,一直和狗狗和平相处。

前几日,小王家里有事父母都不在家,她平时工作特别忙没有时间照顾狗狗,男友主动提出把狗狗带回家照顾,谁知狗狗没照顾几天就被弄丢了,更让小王气愤的是男友竟然撒谎骗她。

上周末,小王去男友家看狗狗,男友说狗狗不在家,父母嫌狗

狗太吵,于是把狗狗关在租的房子,小王要去出租屋看狗狗,男友一再推脱,一会儿说吃了饭再去,一会儿说狗狗被朋友牵回家玩了。小王感觉不对劲,一再逼问才得知狗狗已经不见两天了。

狗狗不见没去找,反而装着什么事都没有发生,小王越想越生气,回到家后赶紧发动朋友们找狗狗。找了几天没有任何线索,小王打电话问男友狗狗到底是怎么丢的?在哪里丢的?男友却支支吾吾的说不出来,一气之下小王提出了分手。

狗狗还没找到,小王怀疑是被男友送人了,几次打电话给男友,男友是什么都不说,只说狗狗丢了就丢了让她别难过。小王说,男友可以不爱狗,但是他的这种态度和撒谎的表现,让她实在无法忍受。

拐角安装凸面镜 出入安全又方便



晚报讯 (记者 李帅 摄影报道)“我们小区北区从南门进去之后,往东走有连续两个近乎直角的拐角,导致来往的车辆视野盲区较大,现在这两个拐角都装上凸面镜了,能看到对面路况,我们居民出入方便多了。”近日,家住市中区翡翠城小区的王女士说。

几个月前就有该小区的居民抱怨小区内的这两个接近九十度的拐角,由于没有采取任何措施,导致小区居民经过时都必须小心翼翼地,不仅存安全隐患还给居民的出行带来极大不便。

近日,该小区的居民高兴地

在社区居民微信群里说道,两个拐角都安装了凸面镜,通过凸面镜对面的路况看得特别清楚。记者来到该小区南门,刚进入南门就能看到一面凸面镜立在拐角处,走近拐角通过凸面镜,对面的情况看的一清二楚。来到第二个拐角,同样的凸面镜立在这里。

“这两个凸面镜是前一段时间安装上的,装上后真是方便了很多,不用再像以前一样一到这个拐角恨不得先伸出脑袋去看路,有了凸面镜也更安全了。”该小区居民孙先生说。