

护佑夕阳幸福龙江 共筑防骨松公益防线

本报读者日 千人参与人气火爆



活动现场

本报讯(见习记者 王禹心/文 康佳滨/摄)3日9时,“护佑夕阳,幸福龙江”——老年日报大型读者日暨龙江防骨松干预行动主题公益义诊活动在黑龙江省哈尔滨市中央大街举行。此次活动由老年日报社与哈尔滨市第五

医院联合举办,旨在提高公众对骨质疏松问题的认识,并为中老年人群提供健康咨询与义诊服务。

9时许,活动现场已是人头攒动,众多老年读者慕名而来,他们或由亲友陪伴,或结伴同行。其中,来自哈尔滨市南岗区爱心志愿者联盟的志愿者们尤为引人注目,他们人数众多,秩序井然地排队参与义诊,展现了老年群体对健康的密切关注与积极态度。

活动还设置了丰富的互动环节。老年日报为读者朋友们精心准备了小礼物,包括报纸、环保袋及水晶杯等,以表达对他们的关怀与感谢。当得知本报老人热线记者和养生健康专栏记者也在现场,读者们纷纷上前合影留念,现场气氛温馨热烈。

活动吸引了包括98岁高龄的刘重文老人在内的众多忠实读者参与。刘重文作为《老年日报》的长期订阅者,对报纸的健康养生内容赞不绝口,认为它对自己的健康很有帮助。他的现身说法更是激发了现场读者的共鸣与热情。

活动现场,义诊区域成

为焦点。哈尔滨市第五医院的骨科专家团队为前来咨询的市民提供了专业的骨密度筛查、肌骨冲击波治疗等服务,并针对骨质疏松的危害性、预防及治疗措施等问题进行了耐心解答。

读者们纷纷表示,通过此次读者日不仅学到了很多实用的健康知识,还深刻认识到骨质疏松对老年人生活质量的影响,表示将更加注重日常保健,积极预防骨质疏松。

哈尔滨市第五医院副院长那辉提醒,老年人随着年龄增长骨质流失较快,易导致脱钙,容易增加骨折几率,要积极调整生活方式,加强阳光照射及运动,科学补钙、

定期监测骨密度,以有效预防骨质疏松及骨折。

随着活动的深入进行,越来越多的市民加入到义诊咨询的队伍中来。从几岁孩童到百岁老人,当天有上千人参加活动,他们纷纷向专家咨询骨质疏松相关问题,并领取了宣传手册和免费筛查卡等资料。

此次公益义诊活动不仅为市民提供了便捷的健康服务,还进一步增强了公众对骨质疏松问题的认识与重视。老年日报将持续举办读者日及义诊活动,为老年人的晚年生活保驾护航。

健康养老促进项目 在京启动

日前,由中国妇女发展基金会发起,中国家庭教育学会、中国老年人体育协会、中国老年保健协会提供支持的“健康养老促进项目”在京启动。

未来3年,该项目将围绕增强老年人的获得感、幸福感、安全感,开展养老照护培训、关爱服务、数字及金融赋能、文体健身、孝老陪伴等公益活动,预计覆盖全国100个城市,为发展老龄事业贡献公益力量。 钟雨

■导读

三伏天 治疗鼻炎事半功倍

详见3版

不畏考验 坚守一线

近日,南京禄口国际机场停机坪上,中国东方航空机务人员在地表温度超过50℃的停机坪对飞机进行航前、短停和航后维护工作,他们穿梭于飞机的各个重要区域,不畏“烤”验确保飞机的飞行安全。 洪波



我国国家公园建设取得重要成果

国家林业和草原局消息,在各方共同努力下,我国国家公园建设取得重要成果,重点工作有序推进。2023年第一批5个国家

公园总体规划发布实施,明确了各国家公园建设目标任务。国家公园生态保护成效明显,旗舰物种种群数量得到恢复,生物多样性稳定增

加,生态功能持续向好。首批国家公园探索了保护优先、合理转型的机制模式,近5万社区居民参与生态管护公益岗位。任敏

洪涝灾害后注意皮肤卫生

近期,多地出现暴雨洪涝灾害,专家提示,皮肤长期浸泡在水里,加上周围高温高湿环境以及饮食、情绪等多种因素影响,人们易出现皮肤问题。要进行科学应

对,注意皮肤的防护和卫生。“常见的皮肤问题,如皮肤感染,包括细菌感染和真菌感染。”中国中医科学院西苑医院副院长宋坪介绍,细菌感染往往易导致皮肤出现

红肿热痛症状,在保持皮肤干爽的基础上,可涂抹红霉素软膏等;真菌感染往往会导致皮肤出现红斑丘疹等,可用抗真菌药膏治疗。 新华社

标题新闻

社会

- ★我国降雨将呈现“面弱点强”特征
- ★我国最大淡水湖鄱阳湖水位退出警戒线
- ★海南获得首批16头体细胞克隆猪
- ★41.9℃ 杭州打破历史最高气温纪录

医疗

- ★新研究:中药芪苈强心胶囊可降低心衰患者死亡风险
- ★首个中医康复国际诊疗中心在尼泊尔设立

国际

- ★天太热 日本中暑相关保险热卖

宠物航班要来了? 携宠出行成风尚

据了解,为方便远道而来的观众携宠出行,上海博物馆和东航正在积极尝试推进宠物航班上线。

近期计划前往上海参加“奇喵夜”活动的观众,可以通过宠物托运的方式先行抵达。另外,博物馆周边还有不少宾馆酒店提供宠物友好服务,近期查询预订量明显增长。尚辛

今日微推荐

扫码更精彩



老年日报 微信

即将立秋 警惕“秋后一伏”



龙健康

这5种食物 再饿也别空腹吃