

他们为冰城市民免费

诊脉

如何饮食能防病?得了慢性病咋治? 17-23日 他们为冰城市民免费

生活报讯(记者周琳文/摄)“我这半年只吃蔬菜和水果,血脂怎么会高呢?”“我怀孕了,做检查显示血糖高,现在吃怕血糖控制不住,不吃怕营养不够孩子长不好,这可怎么办?”……17日,在黑龙江省医院义诊现场,很多哈尔滨市民排队咨询。记者获悉,省医院临床营养科再度联合《中华糖尿病杂志》举办第七届“全民营养周”活动,义诊首日,共有120名市民参与咨询。



生活报讯(记者周琳文/摄)“我这半年只吃蔬菜和水果,血脂怎么会高呢?”“我怀孕了,做检查显示血糖高,现在吃怕血糖控制不住,不吃怕营养不够孩子长不好,这可怎么办?”……17日,在黑龙江省医院义诊现场,很多哈尔滨市民排队咨询。记者获悉,省医院临床营养科再度联合《中华糖尿病杂志》举办第七届“全民营养周”活动,义诊首日,共有120名市民参与咨询。

线上线下多科“强强联合”为慢性病等“顽疾”患者义诊

“我有高血压病史,平时应该注意什么?”“我感觉有时胸闷气短,浑身没劲儿,这是咋回事?”17日9时许,哈尔滨市市民李阿姨早早来到省医院门诊一楼阳光大厅排队咨询。在和李阿姨的简单交谈中,记者得知李阿姨平日一个人生活,孩子都在外地工作,最近她总感觉胸闷气短,正好了解到省医院有义诊活动,立刻前来咨询。在得到相应的答复后,李阿姨表示这样的活动很便民,应该多组织。

据了解,17日-23日的“全

70岁行动不便阿姨正欲排队 “路过”专家主动上前问诊

“阿姨,您最近感觉气儿够不够使?血压多高?”10时许,在门诊大厅排队处,一位医生的问诊引得很多市民围观。记者走近了解到,70岁的刘阿姨最近腿肿得厉害,血压也有些不正常,由于行动不便,正想着休息一下再排队咨询,没想到引起了路过参加义诊活动的心血管内四科田学峰主任的注意。田主任当即对刘阿姨进行了问诊,并针对刘阿姨的情况给出了建议。事后,刘阿姨高兴地说,她的身体状况不方便排队,没想到正好遇到了专家,



肿瘤能饿死?想瘦吃蔬菜就行? 这些误区要注意

活动现场,多名专家对市民的很多认知误区进行了解读。比如,肿瘤患者担心吃得不好,会把肿瘤养得更大,于是不敢吃有营养的东西,想饿死肿瘤,其实这种理解是有误区的。肿瘤的“饥饿疗法”指的是通过药物或其他方法来“饿”死肿瘤,并非让病人挨饿,想通过减少进食来饿死肿瘤的想法是没有科学依据的。省医院临床营养科李雨泽主任介绍,很多人以为测健康只是单纯地测试卡路里的摄入,其实这也是不科学的,测试健康要根据个人的身高、重量、体脂等多方面进行衡量测试。

另外,还有市民问只吃水果和蔬菜是不是就会瘦?答案是这样的方式不科学。省医院心血管内四科田学峰主任介绍,不吃油、蛋、肉,只吃蔬菜和水果,一段时间下来是会变瘦,但会令体内营养不平衡,长期如此,体内无法摄入蛋白质,只能燃烧自带的蛋白质,久而久之,会引起脂肪肝、高脂血症等疾病。

“此次义诊活动主要针对未病先防、有病怎么治进行指导,通过提高传播科学营养知识,倡导健康生活,提醒市民怎样通过营养膳食来治病、防病。”省医院临床营养科的李雨泽主任介绍,简单来说,就是通过这种方式提醒市民,没病时如何饮食能防病,得了病怎样通过对基体进行筛查和评估后,根据个性化需求制定基体方案,进行膳食指导,加速病情康复。



民营营养周”义诊活动包括线上义诊及线下义诊。“相对于线下,线上的专家团队要更丰富些,由临床营养科联合老年病医院、心血管诊治中心、妇科等多个科室组成了八个多学科专家小组,市民有老年病、消化系统疾病、脂肪肝等问题都可以来咨询。”据了解,义诊期间,还会向市民赠送《中国老年糖尿病诊疗指南(2021年版)》及《中国健康生活方式预防心血管代谢疾病指南》抽印本,提高市民对营养的认知。

会上,国家儿童医学中心主任、首都医科大学附属北京儿童医院倪鑫院长与哈尔滨医科大学附属哈尔滨儿童医院与国家儿童医学中心(首都医科大学附属北京儿童医院)心脏中心合作项目步入新阶段。哈尔滨儿童医院孙新刚院长致辞表示,北京儿童医院在小儿心脏外科领域处于全国领先水平,心脏中心合作项目将极大助力哈尔滨市儿童医院小儿心脏疾病诊疗水平的提升。两院将紧紧抓住这一全新的发展机遇,利用好优质医疗卫生资源,创造优质服务平台,为龙江先心病患儿带来福祉。

会上,国家儿童医学中心主任、首都医科大学附属北京儿童医院倪鑫院长表示,心脏中心合作项目是一个起点,今后将逐步建立更多合作关系,发展符合地区儿科疾病的需求、符合服务省内儿童需要的引领专科以及符合医院整体发展布局的学科。会后,倪鑫院长还来到耳鼻喉科病房,对住院患儿进行查房会诊。此次心脏中心项目的合作,是我省相应落实公立医院综合改革、建设分级诊疗政策要求的一项重要重要举措。



会上,国家儿童医学中心主任、首都医科大学附属北京儿童医院倪鑫院长表示,心脏中心合作项目是一个起点,今后将逐步建立更多合作关系,发展符合地区儿科疾病的需求、符合服务省内儿童需要的引领专科以及符合医院整体发展布局的学科。会后,倪鑫院长还来到耳鼻喉科病房,对住院患儿进行查房会诊。此次心脏中心项目的合作,是我省相应落实公立医院综合改革、建设分级诊疗政策要求的一项重要重要举措。

会上,国家儿童医学中心主任、首都医科大学附属北京儿童医院倪鑫院长表示,心脏中心合作项目是一个起点,今后将逐步建立更多合作关系,发展符合地区儿科疾病的需求、符合服务省内儿童需要的引领专科以及符合医院整体发展布局的学科。会后,倪鑫院长还来到耳鼻喉科病房,对住院患儿进行查房会诊。此次心脏中心项目的合作,是我省相应落实公立医院综合改革、建设分级诊疗政策要求的一项重要重要举措。

声明

姓名:马镇太,身份证号:230102195310260419,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街136号7栋2单元6层1号,使用面积54.61平方米。

声明人:马镇太

姓名:安国英,身份证号:230104195604172345,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋2单元3层2号,使用面积21.19平方米。

声明人:安国英

姓名:姜伟,身份证号:230102196503021910,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街371号11栋3单元2层1号,使用面积42平方米。

声明人:姜伟

姓名:刘秋娟,身份证号:230102195709263224,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街180号13栋4单元1层2号,使用面积23.76平方米。

声明人:刘秋娟

姓名:李淑香,身份证号:230102198201191922,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋5单元6层1号,使用面积42平方米。

声明人:李淑香

姓名:王确,身份证号:230105197309170510,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街371号11栋2单元4层3号,使用面积29.52平方米。

声明人:王确

姓名:郑志华,身份证号:230102197612162119,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋4单元7层3号,使用面积29.43平方米。

声明人:郑志华

姓名:刘斌,身份证号:230104195507030214,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋3单元7层3号,使用面积30.98平方米。

声明人:刘斌

姓名:陈利,身份证号:23010319570331244X,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街136号7栋4单元3层4号,使用面积31.21平方米。

声明人:陈利

姓名:王志娟,身份证号:230106196606152329,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街321号9栋1单元8层3号,使用面积32.55平方米。

声明人:王志娟

姓名:王茹珍,身份证号:230102195912262120,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街373号12栋1单元4层6号,使用面积35.92平方米。

声明人:王茹珍

姓名:赵志勇,身份证号:230102197610102041,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街180号13栋1单元1层1号,使用面积30.92平方米。

声明人:赵志勇

姓名:魏成文,身份证号:230102195312153254,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋1单元4层1号,使用面积30.85平方米。

声明人:魏成文

姓名:董玉群,身份证号:230102195305052113,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋4单元4层2号,使用面积21.27平方米。

声明人:董玉群

姓名:郑宝兴,身份证号:230102195712291912,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街136号7栋4单元8层2号,使用面积33.92平方米。

声明人:郑宝兴

姓名:孙月英,身份证号:230102195710301961,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街138号7栋4单元8层1号,使用面积21.03平方米。

声明人:孙月英

姓名:王丽娟,身份证号:230102197503025250,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街321号9栋2单元7层3号,使用面积51.01平方米。

声明人:王丽娟

姓名:杨晶梅,身份证号:230107197009080620,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋5单元7层3号,使用面积21.97平方米。

声明人:杨晶梅

姓名:殷晓凤,身份证号:2301071964101312020,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋3单元1层1号,使用面积28.55平方米。

声明人:殷晓凤

姓名:汤艳丽,身份证号:230102198111282125,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街180号13栋3单元6层4号,使用面积22.54平方米。

声明人:汤艳丽

姓名:李洪志,身份证号:230102195605302129,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋3单元4层2号,使用面积22.36平方米。

声明人:李洪志

姓名:黄桂兰,身份证号:230102194105032121,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋4单元5层2号,使用面积38.05平方米。

声明人:黄桂兰

姓名:马晓红,身份证号:232125197301105025,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋3单元6层2号,使用面积22.88平方米。

声明人:马晓红

姓名:高凯,身份证号:230102198207282138,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街373号12栋3单元2层4号,使用面积42.98平方米。

声明人:高凯

姓名:李海容,身份证号:23010219700327342X,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街321号9栋1单元6层3号,使用面积32.59平方米。

声明人:李海容

姓名:曹慧敏,身份证号:2301031960071328267,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街373号12栋2单元4层1号,使用面积42平方米。

声明人:曹慧敏

姓名:孔繁军,身份证号:230102197107124134,本人承诺,哈尔滨市道里区安心街138号7栋3单元5层2号,使用面积33.31平方米。

声明人:孔繁军

姓名:李秀云,身份证号:23010419521228062X,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋5单元6层2号,使用面积21.14平方米。

声明人:李秀云

姓名:裴磊,身份证号:23118119850103051X,本人承诺,哈尔滨市道里区抚顺街341号10栋1单元7层1号,使用面积30.97平方米。

声明人:裴磊

以上声明人声明:上述房产承租人为声明人本人,无任何产权纠纷,且主张放弃承租权,承租权材料,申请变更手续,提供申请资料均真实有效,并自愿承担由此产生的一切相关后果和法律风险,现面向社会公示,如有异议,请在公示之日起五个工作日内持异议书面材料送到辖区。送达地址:抚顺社区:安和街25号 电话:87621376

2021年5月18日

声明注销 通知寻人

业帮办理中心 89682777 15504651777

黑龙江省博物馆

5.18 博物馆日 “解锁” 省博网红教育

生活报记者 吴海鹰 王雪莹

近年来,随着“博物馆热”的逐渐升温,博物馆不再是沉闷的文物陈列所,而是变得愈发生动活泼起来。黑龙江省博物馆更是在提供基本陈列、专题陈列等文化服务的同时,再结合馆藏资源,为龙江青少年精心策划了各种内容丰富的教育活动。包括相约龙博、志愿者服务队、小小讲解员培训班、环球自然日、流动博物馆、微型博物馆六大板块。

今天,是第45个“5·18”国际博物馆日,让我们一起“走”进黑龙江省博物馆,去看看这座“藏”满了标本跟文物的殿堂,是如何通过新鲜手段让沉睡的文物“活”起来的吧。

“相约龙博”七岁啦 线上线下带孩子学历史 自然 民俗

作为省博物馆的“王牌”活动,“相约龙博”第二课堂如今已经七岁啦!六年来,课堂共开设了近200个课程项目,累计课时近500节,5000余名少年儿童参与其中。“历史的记忆”、“动物大联盟”、“走进传承”、“玩艺坊”、“小花匠的植物王国”、“物质世界的真相”、“瓷画龙江”都成了孩子们心中的新晋网红。

“相约龙博”课程,大多是根据博物馆馆藏资源来设计的,主要面向6至12岁的孩子。内容覆盖历史、自然、非遗、民俗、中国传统工艺等,活动形式包括讲解、展厅实践、实地观摩、手工DIY、亲子互动等。每节课丰富多彩,力求最大程度地让孩子们在欢乐中收获知识。目前,“相约龙博”线上、线下均有授课哦。



“小小讲解员”寒暑假报到 700多个孩子成“社交达人”

小小讲解员,是省博物馆的一个品牌教育项目。自2012年起,每年寒暑假,黑龙江省博物馆都会举行小小讲解员培训班活动。目前,该活动已开设15期,培训了700余人。小小讲解员培训班成立的目的是,为了丰富青少年的假期生活,同时提高孩子们的语言表达能力跟临场应变能力。此活动自开展以来,一直受到广大家长及小朋友的欢迎。接下来,省博物馆还将继续丰富培训内容,在原有的讲授自然、历史知识的基础上,增设非遗、艺术等内容。希望以多元化的学习形式和内容,吸引更多的龙江学子加入其中。



承办“环球自然日”年年给力 龙江赛区在全国都出名

黑龙江省博物馆承办的“环球自然日”——青少年自然科学知识挑战活动,在龙江青少年心中也分量极高。该活动是中国唯一具有国际背景,同时兼具34年成功经验的自然科学类活动。

“环球自然日”最初通过展览与表演相结合的方式展示,期间又加入了绘画和故事播报的形式。起初,哈尔滨市各学校对此项活动不是很了解,省博物馆的馆长便带队一所学校接着进行一所学校的进行推广,使得这项活动逐渐得到了校方的认可和大力支持。值得一提的是,在全国的承办赛区当中,黑龙江赛区报名人数始终名列前茅,取得的成绩也十分可喜。每年,黑龙江省博物馆都会荣获“优秀组织单位”的殊荣。



省博成孩子“第二课堂” 将以更趣味的艺术化方式走近青少年

“5·18”国际博物馆日来临之际,每位博物馆人都感慨颇深。黑龙江省博物馆馆长佟国波表示,作为公众教育的重要机构,博物馆是学校教育的延伸。对于学生各方面素质的培养,博物馆教育可起到有益的补充作用。尤其是近年来,传统的“亮宝式”展览和“说教式”讲解,已不适应信息时代大众的需求。博物馆需要探索更现代、更趣味的艺术化方式,让历史文化走近公众和广大青少年。黑龙江省博物馆在这些丰富的教育活动发展过程中,灌注了省博物馆社教人的努力跟期望,也一次次提升了大家对博物馆社会教育的理解深度和进行博物馆社会教育的能力。佟国波表示,接下来,省博物馆的社教人员将继续取长补短,积极探索,设计出更多更优质的文化教育活动,让广大青少年“学在其中,乐在其中”,彰显出省博物馆在社会文化中的价值。