

老人免费体检将覆盖狮山4个管理处

打通健康养护的“最后一公里”



3月14日，一大早就有大批老人聚集在狮山城区湖景湾。有商家搞优惠？非也，这是狮山镇社卫中心的体检现场，老人们都是来参加免费体检的。为保障老年人身体健康，让辖区老年人切实享受到基本医疗保健服务，从2015年起，狮山镇每年都大规模开展老年人免费健康体检。

2019年的体检工作现已开始，至今年8月底，老年人免费体检将走进狮山4个管理处覆盖多个社区和村居。有需要的街坊，请密切留意最新时间安排。

老伯每年坐高铁来体检

14日这天，75岁的林朝生（化名）早早就来到湖景湾体检现场，这是他连续第三年在狮山参加老年人免费体检，这次他还是专程坐高铁从茂名赶过来。“我小儿子就住城区，居委打电话告诉他有体检服务，就通知我回来了，我就对狮山的体检服务有信心。”林伯说。体检结束后，林伯在现场领了早餐，因为体检有抽血项目，必须保持空腹。

“抽血前必须保持空腹，否则会对血检结果产生影响，导致医生判断病情不准确，所以大家在体检之前最好连水都不要喝。”工作人员解释道。

像林伯这样“热衷”体检的人其实不在少数，据统计，截至目前，狮山镇社卫中心老年人体检日均检查150人，最高峰时

达248人，足见狮山老年人对健康的注重。“我们希望，每个符合要求的长者都能来享受免费体检，让医生掌握真实的健康信息，并建档跟踪，也让长者自己能及时发现身体健康问题。”狮山镇社区卫生服务中心公共卫生科副科长陈雪玲告诉笔者。

检查项目较医保体检多

老年人健康管理是政府免费提供的14项国家基本公共卫生服务项目之一，其体检对象是狮山镇常住（户籍及非户籍）65岁及以上老年人。符合条件的老年人只需携带身份证及村居派发的通知单即可参加。

相比于医保体检的血常规、血脂、体格检查等常规项目，老年人健康体检多了心电图、腹部B超等项目，狮山还在此基础上增加了尿常规项目，检查老年人尿酸指数。“所有检查项目都是针对老年人常见病和多发病，希望通过健康干预，提高老年人生活质量。”陈雪玲表示。

为了让长者体验更人性化的体检服务，狮山镇多措并举，不断加强体检现场的人性化服务。“我们会加强志愿者对现场老人的分流，同时提前预估体检人数，加派体检医护人员，并根据各村居实际情况增加凳子供应。”狮山镇卫计局副局长吴辉表示，下一步还将探索分时段分批安排体检，减少老人排队等候时间。

此外，对于某种病症（如肥胖、高血压、糖尿病等）比较集中的社区，镇社卫中心也会针对性开展健康宣教，送课进村居、社区，做实做细做优老年人健康管理，真正解决老年人健康养护“最后一公里”。



老年人健康体检，打通长者健康养护“最后一公里”。

4月19日前狮山老年人健康体检时间安排

负责站点	体检村居	体检地点	体检日期	咨询电话	体检时间
狮西门诊部	狮西	洞田洞东祠堂	2019/4/9	86695818	8:00-11:00
		狮西幸福院	2019/4/10		
			2019/4/11		
狮北社区卫生服务站	狮北	狮北榄东祠堂	2019/4/12	86680354	
		狮北黄边祠堂	2019/4/16		
		狮北南三祠堂	2019/4/17		
		狮北坑田祠堂	2019/4/18		
		狮北社区卫生服务站	2019/4/19		
马鞍岗社区卫生服务站	黎岗	马鞍岗社区卫生服务站	2019/4/1	85887503	
			2019/4/2		
象岭社区卫生服务站	象岭	象岭湖西文体活动中心	2019/4/3	85809895	
新风社区卫生服务站	新和	新和村委会	2019/4/9	85809108	
			2019/4/10		
南浦社区卫生服务站	南浦	南浦社区幸福院	2019/4/11	81192196	
			2019/4/12		
大榄社区卫生服务站	永和	永和官东村祠堂	2019/4/15	85887591	
		永和村幸福院	2019/4/16		
			2019/4/17		
桃园南	山南	鹤园南公馆	2019/4/1	85224193	
		塘北文体楼	2019/4/2		
		松岗乡府（松岗计生）	2019/4/3		
		荷溪文体楼	2019/4/4		
松夏社区卫生服务站	显子岗	显东隐廊厅 （显东村街前中段）	2019/4/8	85224192	
			2019/4/9		
高边社区卫生服务站	高边社区	高南文化楼	2019/4/10	8556201	
			2019/4/11		
			2019/4/12		
兴贤社区卫生服务站	兴贤社区	兴贤社区卫生服务站	2019/4/16	81181252	
			2019/4/17		
			2019/4/18		
			2019/4/19		

撰文/摄影 杨世聪 供稿/许晓洁

《榜样的力量》火热报名中

活动报名至3月29日截止

你是一个害羞的人吗？你希望自己能够在众人面前侃侃而谈吗？你想直面电视台编导锻炼自己吗？即日起，由佛山星火教育联合佛山电视台共同举办《榜样的力量》节目，正式招募榜样少年啦！扫描二维码报名，在舞台上从容自信展现风采。

细心的家长可能会发现，孩子随着年龄的增长，胆量反而变小了，甚至越来越害羞了。其实，害羞是一种很普遍的现象。斯坦福害羞研究曾

对5000人进行了调查，结果显示，80%的人均表示曾经害羞过、正在害羞或者经常害羞。其中，40%的人认为自己现在正在害羞，也就是说，我们每遇到10个人，就有4个人可能正在遭受害羞的困扰。大部分害羞的人都认为害羞的性格阻碍自己的正常社交，自己正生活在“自我施加的心理监狱”里，希望自己不要害羞，或者只是稍微改善一下。

害羞的人像蜗牛，动辄就缩进壳里，白白错过了很多风

景和机遇。所以，家长要有意识的培养孩子的社交能力，锻炼孩子的交往应变能力，让孩子学会坦然地、积极地对待学习和生活。

在日常生活中，首先不要打击孩子的表演欲望。孩子有爱表现自己的天性，此时如果被家长呵斥，会变得不爱展示自己。其次多鼓励孩子。或许他还有很多缺点，但表扬比责骂更能够让他记住。第三，多带孩子参加活动。孩子怕生会影响将来的人际交往，

所以要从小培养孩子落落大方的气质，让他面对陌生人交流的时候不是吞吞吐吐，而是大大方方。

为了激发孩子们的学习力，给孩子更多正能量，达到良好的社会活动效果，佛山星火教育联合佛山电视台即将举办的《榜样的力量》节目开始招募榜样少年啦！

如果你有弯道超车的经验；如果你有令人叹为观止的才艺；如果你有超凡的学习力；如果你有独树一帜的学习

方法……那就赶紧来报名吧！

报名方式：扫描下方二维码下载报名表，填写完成后发送至邮箱 xinghuoFS@126.com 报名，截止时间：3月29日。

整理/邓丹凤 供稿/李展浩

