

11月1日，本报携手中心城区医疗卫生机构、街道、社区共同举办的第七场“健康大南阳 医到家门口”活动走进高新区百里奚街道黄岗社区麒麟首府小区。市中医院、市眼科医院、安雅口腔门诊部组织医疗专家团队为居民免费提供疾病诊断、健康体检、科普宣教等服务。



口腔诊疗

爱护眼睛 关注眼健康

活动现场，市眼科医院义诊团队耐心地与每位前来诊治和咨询的居民进行交流，详细解答大家提出的问题，并提供视力检测、裂隙灯检查等服务，结合检查结果与用眼习惯，提出有针对性的改善建议。

“医生，我早上起来看东西模模糊糊的，是不是得了眼病？”刘女士问。

“你是眼睛老花了，需要验配老花镜。”市眼科医院医疗队队长谢亚为刘女士检查后，确诊她的眼睛是老花眼，便耐心地为她讲解相关知识，“随着年龄增长，身体机能下降，眼球结构也逐渐退化，导致眼睛出现一些疾病和问题。很多人到一定年纪以后看东西不清楚，这就是大家常说的老花眼。一般来说，老花眼无法预防，但养成良好的生活习惯，可以延缓老花眼的发生。”

“前段时间，我就打算去医院检查一下眼睛。今天，专家到家门口义诊，不仅让我知道了自己眼睛的具体情况，还让我学会了应该怎样爱护眼睛。”刘女士高兴地对说。

在义诊中，市眼科医院的专家们发现一些中老年人患有白内障、青光眼、眼底病等常见眼部疾病，但他们中的很多人一直没有做过正规的治疗，有的甚至从来没有到医院检查过。

“每种疾病都有不同的症状和治疗方法。如果有任何眼底疾病症状，大家要第一时间咨询眼科医生，及时获取专业的诊断和治疗建议。”谢亚表示，眼科知识的普及非常重要，参加此次活动，不仅要为大家检查、诊疗，更要将眼科知识送进千家万户，促进全民眼健康水平提升。

保护牙齿 预防最重要

“早晚刷牙；不要横着刷牙；要用温水刷牙；刷牙一定要刷舌侧；用含氟牙膏刷牙，不建议用止血牙膏；要使用牙线清洁牙间隙。”义诊现场，安雅口腔门诊部的专家们耐心、细致地为居民普及口腔健康知识，提醒大家注意口腔卫生，定期进行口腔检查，做到早发现、早治疗，及时消除口腔病痛及隐患。

“孩子新长出来的牙不整齐，晚上睡觉的时候还有张口呼吸的情况。”齐女士带着6岁的孩子咨询口腔专家。

“建议带孩子去拍个片子以明确诊断。”口腔专家冯璐告诉齐女士，“如果孩子有口呼吸、吮指、咬下唇等不良习惯，要及时干预；有龋坏的牙齿，要及时充填；要少吃甜食，进食后及时漱口；要多吃粗粮、水果和蔬菜；处于替牙期的朋友，如果恒压已萌出，乳牙

没脱落，建议拔掉乳牙。”听着专家的详细讲解，齐女士连连点头。

义诊中，专家发现，老年人的口腔健康状况随年龄增长而下降。“自己是口腔健康管理第一责任人。”口腔专家陈杰提醒大家，口腔健康，预防为主，一定要把预防和保健前移。

“南都晨报把义诊送到我们家门口，为我们送来了健康，这实事办到了老百姓的心坎上了。”此次活动得到了麒麟府服务有限公司的大力支持，搭建了良好的医患沟通平台。

本报组织的“健康大南阳 医到家门口”义诊进社区公益活动将持续开展，随后会有更多医疗机构的专家走进社区，为广大居民提供免费义诊、健康科普等服务。③1

专家组团 上门送健康

“平时想看名中医要去大医院排队挂号，今天中医专家来家门口给我们免费看病，真是太好了！”正在就诊的林老先生开心地说，昨天社区通知他今天有专家义诊活动，所以他大清早就来排队。

“盆底肌修复、艾灸……我们针对产后女性设置有多项中医适宜技术，帮助她们快速恢复。”专家齐培给准妈妈小魏检查后介绍。

“明天去医院看看，合适了就定下。”小魏愉快地表示，她正在选择生产的医院，市中医院妇产科一系列特色服务吸引了她。

胡女士患有肩周炎，严重时疼得抬胳膊都困难，中医专家王省为她施以针灸疗法。“哇，太神奇了，瞬间就轻松了很多。”胡女士兴奋地说，她肝肾功能不好，不能服用太多药物，一直想试试中医适宜技术，“难得遇到这么好的机会，当然不能错过。”

义诊现场，专家们详细了解前来就诊居民的健康情况，通过望、闻、问、切等诊疗方法，辨证施治。除了“一对一”诊疗服务，专家们还结合居民们的生活习惯，为大家详细讲解中医调理和预防保健养生知识，引导大家养成健康生活习惯。

“您以后一定要遵照医嘱，少喝酒，少吃油腻食物，还要适量锻炼。”医护人员在义诊中发现一些居民血压、血糖偏高，当即为他们提出科学的饮食建议，并提醒他们一旦身体不适，要及早到医院进行检查、治疗。

专家组团 健康服务送到千家万户

本报与市中医院、市眼科医院、安雅口腔门诊部联合举办义诊进社区活动

□本报记者 王渊博 刘佳霖 文/图



测量血糖



耐心交流