

# 2024年河南省体育模特锦标赛暨全民健身嘉年华活动在我市举行

## 800多名选手同台竞秀

本报讯(记者 李国喜 杨丽 通讯员 王向阳)1月26日,2024年河南省首届体育模特锦标赛暨全民健身嘉年华活动在驻马店市体育中心综合赛事馆隆重举行,来自全省各地800多名选手参与走秀竞技。此次比赛由河南省全民健身中心、河南省健身健美操运动协会、驻马店市卫健委、驻马店市总工会共同主办,驻马店市体育总会、驻马店市体育事业发展中心承办。奥运会冠军、河南省全民健身中心主任贾占波宣布活动开幕,驻马店市卫健委

负责人等领导出席开幕式。市卫健委委办代表主办单位致辞。他表示,体育承载着国家强盛、民族振兴的梦想。近年来,驻马店市委、市政府坚持把卫生健康事业作为高质量发展的重要内容,作为满足人民群众对美好生活向往的重要手段,积极推动健康驻马店行动,全民健身蓬勃发展,越来越多的群众关心体育、热爱体育、参与体育,全市体育运动氛围空前浓厚、运动热情空前高涨,各项运动健身水平不断提高,体育模特等新业态体育项目呈

现快速发展壮大的势头。这是驻马店与体育模特运动的首次深度交融,不仅使人们充分体验到体育模特的魅力,也将进一步提升驻马店的体育和城市形象,是驻马店落实体育河南建设,建设体育强市,积极创建巩固全国文明城市建设成果的一个重要工作亮点。驻马店将以此次大赛为契机,打造体育模特运动之城。此次比赛是河南省最权威、最专业、规模最大的体育模特运动赛事,设置有少儿组、青少年组、成人组、团体公开组、职业精英组、健身模特

组和国家体育锻炼标准达标测验共6个项目和组别,参赛选手800多人。在国际和国内专业赛事中多次获得冠军的郭博、赵婉羽等精英选手也现场参与,同台走秀,与全体参赛选手共同展示体育模特的健康、阳光和时尚之美。据河南省健美操运动协会专家介绍,体育模特运动是一项经过专门的身体训练和审美教育,形成健康的形体美和优雅的仪态美,并对大众起到示范和引领作用的体育运动。⑤3



## 市委宣讲团宣讲活动走进市中心医院

本报讯(记者 王捷 通讯员 顾晋)1月26日,市委宣讲团“党的理论、路线、方针、政策下基层”宣讲活动在市中心医院开展。

市委宣讲团成员、黄淮学院发展规划处老师以《中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业》为题,从主体方位、现实基础、理论指导、使命任务、战略部署五个方面做了细致分析。报告内容丰富、阐释深刻、讲解生动、通俗易懂,引发了在场党员干部职工强烈反响。宣讲结束后,市中心医院要求全体党员干部要以此次宣讲活动为契机,结合医院工作实际,高度重视,以强烈政治担当和严肃政治态度,采取有效措施,追求卓越的工作态度,认真践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业精神,为医院高质量发展和健康驻马店建设贡献力量。⑤3

市委宣讲团成员、黄淮学院发展规划处老师以《中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业》为题,从主体方位、现实基础、理论指导、使命任务、战略部署五个方面做了细致分析。报告内容丰富、阐释深刻、讲解生动、通俗易懂,引发了在场党员干部职工强烈反响。宣讲结束后,市中心医院要求全体党员干部要以此次宣讲活动为契机,结合医院工作实际,高度重视,以强烈政治担当和严肃政治态度,采取有效措施,追求卓越的工作态度,认真践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业精神,为医院高质量发展和健康驻马店建设贡献力量。⑤3

## 市中医院互联网医院正式上线

本报讯(记者 郭诗玮 通讯员 姚娜)近日,记者从市中医院获悉,市中医院互联网医院正式上线,今后群众可以足不出户,通过手机实现线上咨询、复诊、续方开药、药品邮寄等看病流程。

此次“互联网医院”的上线,打通线上诊疗便捷就诊通道,给群众就医带去极大便利。患者只需微信搜索驻马店市中医院互联网医院小程序,或关注驻马店市中医院微信公众号,即可进入互联网医院平台,足不出户实现线上咨询、线上复诊、续方开药、药品邮寄、健康科普、家庭药箱、医

院简介、导医客服、名医视频等一站式医疗服务。通过互联网医院,患者可以随时随地与医生进行沟通交流,获取专业的医疗建议和服务。处方购药,配送到家。市中医院互联网医院医生会根据患者线上提供的身体症状和个人资料,开具电子处方,之后将实现处方药品的配送。

互联网时代,让患者足不出户看病就医已经成为现实。该院将持续探索互联网医院服务模式,整合、联动院内院外医疗服务资源,为患者提供持续、精准、有效的互联网诊疗服务。⑤3

互联网时代,让患者足不出户看病就医已经成为现实。该院将持续探索互联网医院服务模式,整合、联动院内院外医疗服务资源,为患者提供持续、精准、有效的互联网诊疗服务。⑤3



## 捐书留香 情暖患儿

捐书留香,情暖患儿。近日,市第一人民医院组织全院职工爱心捐书活动,至1月24日上午,陆续收到图书300多册。为住院患儿营造了轻松愉快的就医环境,丰富了在院患儿的精神世界。⑥2

本报记者 王捷 通讯员 邢小宝 摄影报道

# “健康中国”行动知行大赛家庭专场驻马店赛区活动举行

本报讯(记者 郭雪峰)为加强家庭家教、家风建设等要求,进一步提升全民健康素养水平,推动“健康中国”行动深入开展。1月27日,由市卫健委、市爱卫办、市教育局、团市委、市妇联、市红十字会、市计划生育协会、驻马店日报社主办,市疾控中心、市中心医院承办的“健康中国”行动知行大赛家庭专场驻马店赛区活动在市中心医院举行。

市卫健委负责人表示,此次活动是贯彻落实国家战略部署,推动“健康中国”行动在我市深入推进的重要举措,旨在普及健康知识,提高全民健康素养水平,倡导和推广科学的行为方式和生活方式,让大家不断增强健康意识和健康生活方式行为能力,形成科学健康的行为方式和生活方式。让更多的家庭参与了解掌握健康知识,做到知行合一,有效控制心脑血管疾病、糖尿病、慢性呼吸道疾病等慢性疾病的危害,降低危险因素水平,进一步提高家庭幸福指数,以健康家庭小细胞推动健康中国大工程全面提质增效。

此次活动共设置“健康活力展现”“健康科普竞演”“健康知识竞答”“健康技能展示”四个赛程。赛场上,各参赛家庭队员竭尽全力,默契配合,使出浑身解数,比知识、比体能、比技能、比心理素质。在健康科普竞演环节,来自正阳县的家庭全员上阵向评委和观众展示了《食品安全拍手歌》,有的家庭精心准备了舞蹈、健康知识小短剧、顺口溜,普及疾病预防知识。经过激烈角逐,最终评选出金、银、铜奖,“健康家风家庭”奖、“健康知行家庭”奖,优秀奖和优秀组织奖。届时,金奖家庭战队将代表我市参加“健康中国”行动知行大赛家庭专场河南赛区的比赛。

此次活动,让更多的家庭借助此次赛事把家庭家教、家风建设与“健康中国”建设高度融合,让健康成为新时代家风的重要内容,向广大市民传播健康理念、普及健康知识,实现全市居民健康素养提升水平,助力健康驻马店建设。⑤3



1月27日,市第四人民医院举办“逐梦未来 共启新程”迎新春文艺晚会。驿城区卫健委、第三医疗服务集团相关负责人,该院领导班子、职工200多人欢聚一堂,共庆新春。⑥2

本报记者 王捷 通讯员 韩璐 摄影报道

## 艾滋病防治宣传教育知识

共用注射器注射吸毒是造成艾滋病感染的高危行为。不要共用注射器。使用清洁注射器或严格消毒的注射器,可有效减少因注射吸毒经血传播艾滋病的机会。近年来出现的新型合成毒品(冰毒、摇头丸、K粉等)虽然不以注射吸毒为主要方式,但是滥用这些毒品会降低自己的风险意识,性伴数量和安全性行为的频率会增加,那么也会间接地增大HIV和性病感染的风险。⑤3

共用注射器注射吸毒是造成艾滋病感染的高危行为。不要共用注射器。使用清洁注射器或严格消毒的注射器,可有效减少因注射吸毒经血传播艾滋病的机会。近年来出现的新型合成毒品(冰毒、摇头丸、K粉等)虽然不以注射吸毒为主要方式,但是滥用这些毒品会降低自己的风险意识,性伴数量和安全性行为的频率会增加,那么也会间接地增大HIV和性病感染的风险。⑤3

### 艾滋病科普知识

驻马店市卫健委 驻马店日报社 联办

## 平安过冬 谨防冻伤

寒潮来袭,天气骤冷,低温除了使人手脚僵硬之外,更是极易引起冻伤。

### 了解冻伤

人体具有适应寒冷的能力,但有一定限度。如果在寒冷的环境下时间过长,超过适应能力,体温调节发生障碍,则体温降低,甚至体温过低,影响身体功能。

冻伤是指0℃以下的低温对人体局部或全身造成的急性冷损伤,通常分为全身冻伤和局部冻伤两类。局部冻伤较为多见,常见于肢体局部组织损伤,如手指、脚趾,面颊、手背、耳廓等暴露部位,表现为皮肤充血、水肿、痒、痛,水泡等,更甚者局部皮肤或肢体坏死。全身冻伤是机体受到严重寒冷侵袭时引起全身功

能障碍和组织损伤,表现为体温明显下降,全身肌肉僵硬,皮肤苍白、水肿,呼吸、心跳微弱甚至停止。

### 冻伤与冻疮

冻伤与冻疮皆因低温引起,低温对人体造成的伤害统称冷伤。0℃~10℃的低温对人体局部或全身造成的伤害是非冷冻性的伤害。冻疮就属于非冷冻性伤害。冻疮是在冷暖急变或潮湿的环境下,由于局部小动脉强烈收缩,动脉血管出现麻痹继而扩张,造成静脉回流受阻,引起局部血液循环不良而诱发产生,严重时可能出现水泡、溃疡、继发感染等。0℃以下的低温对人体局部或全身造成的急性冷损伤是冻伤。局部冻伤严重可致局部皮肤或肢体坏死,全身冻伤可危及生

命。简单区分可理解为:冻伤比冻疮更严重。

警惕冻伤,要注意这几个信号:皮肤红肿、瘙痒、疼痛;皮肤感觉麻木;皮肤出现异常坚硬或蜡状;局部皮肤苍白或灰黄色。

### 冻伤的预防及处理

最重要的是要注意保暖,预防低温损伤及冻伤发生的可能。低温条件下外出,不要逗留时间过长,并做好防护工作,比如佩戴手套、帽

子、围巾等。低温条件下应避免久站久坐,要适当活动,促进血液循环。冻伤的基本救治原则是快速恢复体温,防止进一步低温损伤,恢复组织血液循环。一旦发生冻伤,要尽快离开寒冷环境,尽快复温,可用38℃~42℃的温水浸泡、湿敷患处。严重或深度冻伤者,应在损伤的24小时内复温。如出现红肿疼痛,或出现水泡、肤色青紫等症状,需及时就医。⑤3

(驻马店市疾病预防控制中心 尼翠云)

## 重点疾病和领域健康教育

驻马店市卫健委 驻马店日报社 联办

## 无偿献血公告

本周市中心站血液库存情况  
A型——偏低  
B型——偏低  
O型——偏低  
AB型——偏低  
本周市中心站血液库存:A型、B型、O型和AB型均偏低。请您在确保自身健康安全的前提下,参加一次献血,用血液守护生命。守护城市,为爱逆行,我们需要您的一份力量!市中心站衷心感谢

感谢您对无偿献血事业的支持! 欢迎拨打献血预约电话,流动采血车电话:2836636 成分献血电话:2836612 志愿者报名:2839993 微信:ZMDSZXZZ

