

服务润民心 共建幸福家



△渤海银行工作人员现场开展金融知识普及活动。

△爱彼思幼儿园的小朋友们表演小提琴合奏。

5月9日,长江日报社区行走进江岸区二七街道操场社区。

记者喻志勇 摄



▷汉口医院医护人员现场义诊。



△中百集团现场推广“抱抱生活”小程序,指导居民用更优惠的价格购物。



△北京紫竹药业工作人员用亚健康监测评估系统,为居民检测血脂、维生素缺乏等相关指标。



△华东医药的工作人员现场为患有肩周炎的居民涂抹药剂缓解病痛。

民警现场出题考反诈,居民抢答赢“警察小熊”

武汉晚报讯(记者程艳 通讯员肖继如)5月9日下午,长江日报社区行携手武汉市公安局江岸区分局走进二七街道操场社区。一场别开生面的反诈知识抢答,让居民们把防骗技巧牢记心间。

“发现诈骗要报警,应该拨打哪个电话?”江岸公安分局网安大队副大队长潘黎话音刚落,居民王萍立刻举手:“96110!”接连答对两题的她,赢得了一只可爱的“警察小熊”。抱着玩偶,王萍高兴地说:“我一直很喜欢这个玩偶

形象,能通过学反诈知识赢到,特别有意义。”

当天,百余位居民参与了反诈知识抢答和宣传互动。民警结合近期高发的刷单等案例,讲解了识别骗局的方法。民警特别提醒居民,陌生网友提及转账投资

务必警惕,并现场发放宣传品近100份。潘黎介绍,江岸公安将继续深入社区开展贴近生活的互动宣传,让反诈知识真正走进居民心里。

不少居民说,这样的宣传既有趣又实用。社区党委书记韩晶也表示,将配合警方持续推动反诈工作,共同守护居民的“钱袋子”。

坚持健康生活方式,警惕高血压年轻化

活动现场,武汉市汉口医院开展免费血糖检测、血压测量、健康义诊咨询等便民医疗服务,现场参与居民络绎不绝。

汉口医院神经内科副主任艾艳萍常年深入社区义诊,深受居民喜爱。她介绍:安静静息状态下,成年人正常血压标准为收缩压90~139mmHg,舒张压60~

89mmHg。血压长期持续升高,会显著加重心脏、肾脏、脑血管靶器官损害,大幅增加冠心病、心力衰竭、脑卒中、慢性肾病等心脑血管疾病发病风险。

艾艳萍说,中青年高血压高发,与当代人群不良生活习惯高度相关:长期熬夜作息紊乱、高盐高脂不均衡饮食、长期精神紧张

焦虑、压力过载、久坐少动、肥胖超重等,均会造成血管内皮功能过早受损、机体血压调节失衡,诱发血压升高。

她提醒中青年人群高血压大多隐匿性强、无症状发病,早期几乎没有头晕、头痛等典型不适,极易被忽视。因此建议中青年人群每年至少完成1次全面体检,高危

人群每半年监测血压,及早筛查高血压。

坚持健康生活方式,是预防中青年高血压重要措施:日常低盐低脂清淡饮食、合理控制体重、规律坚持有氧运动。快走、慢跑、游泳、骑行等适度运动,既能稳定体重,又可改善血管弹性、保护血管,平稳调控血压。

文/管菁