

走进建设银行福建省分行 李灿东教授团队受邀2021年“财智论坛”活动

□本报记者 陈坤 摄影 章立强 陈昶晔 实习生 陈心怡

深入贯彻习近平总书记关于“以人民为中心”的发展思想和“生命至上”、弘扬中华优秀传统文化的重要论述,以学者论道方式,传播中医健康理念,助力健康生活。10月27日下午,建设银行福建省分行举行了2021年“财智论坛”暨党委理论学习中心组联学活动。本次活动以“善者大爱 健行无疆”为主题,这也是主办方积极践行党史学习教育“我为群众办实事”实践活动之一。活动采用线上线下相结合的方式。主会场,邀请到福建中医药大学校长、党委副书记李灿东,以《中医健康理念——把握自己的健



李灿东

康》为题作专题讲座。“很多现代人认为,运动一定要跑步,每周锻炼固定时间。实际上,最好的运动是劳动。”讲座开场,李灿东教授的一番话就调动起全场兴趣。李灿东认为,健康是一种理念,不是一种模式。要注重的是日常保养,而不是等到透支了才想到维护。李灿东认为,健康最重要的就是“道法自然”。中医养生三大规律就是:食饮有节,起居有常,不妄作劳。总结为五个方面,就是10个字:自然,静心,杂食,适劳,慎医。自然——整体观念,因人因时因地制宜。静心——心情愉快,平静心态,重视心理因素。

杂食——食饮有节,因地制宜。适劳——劳逸适度,起居有常。慎医——防重于治,理性就医。现场,福建中医药大学李灿东教授团队的四位医生为嘉宾提供健康管理咨询。福建中医药大学附属第三人民医院中医健康管理治未病中心还提供了3款秋季养生茶饮,供嘉宾饮用。分会场,由福建卫生报提供活动全程直播,二级分支行同步观看参与。



福建卫生报

大医生开讲 别让脑卒中“卒”不及防

叶钦勇 主任医师 福建医科大学附属协和医院神经内科

张旭 主任医师 福建省立医院神经内科

蒋小玲 主任医师 厦门大学附属福州第二医院神经内科

直播时间 10.29 19:00

秋冬高发! 如何快速识别脑中风? 本周五,三位专家直播答疑

□设计 思意

“如果你的家人突发中风,你看得出来吗?” 2021年10月29日是第16个“世界卒中日”,为唤醒民众对脑卒中的认知和重视,实现脑卒中的早防、早诊、早治,10月29日(本周五)19:00,福建卫生报《大医生开讲》——“世界卒中日”主题直播《别让脑卒中“卒”不及防》,特邀3位专家,教你防治脑卒中!

扫码观看直播 警惕卒中症状 尽早识别救治

个家庭。秋冬季正是脑卒中高发的“旺季”! 如果你的家人或你身边有人突然中风了,该怎么办? 当然是马上送医院! 现实是残酷的。由于送院延迟或者不准确等原因,我国的卒中死亡率是欧美国家的4~5倍。为啥会这样? 首先,很多人根本不清楚中风“长啥样”,中风的前兆及症状有哪些。其次,就算知道是中风了,也不知道如何急救。而中风急救的黄金“时间窗”是3个小时以内,最长不超过4.5小时。发现后,你该自己就近送医院,还

是直接拨打120? 另外,即便很多人救回一条命,但由于错过黄金治疗期,或是后期没有科学的康复和治疗等原因,最终导致功能障碍甚至残疾或复发! “中风”虽然凶险,但如果我们能够细心观察,有些早期征兆也并不难发现。哪些人更容易被中风盯上? 家有中风患者,如何更好地进行康复? 我们又该如何预防中风呢? …… 你关心的这些问题,10月29日(本周五)19:00,《别让脑卒中“卒”不及防》在福建卫生报《大医生开讲》直播间开讲! 3位专家直播解答关于脑卒中,有任何疑问都可在直播间提问!

专家介绍

张旭
福建省立医院 神经内科副主任,主任医师,教授,硕士研究生导师

叶钦勇
福建医科大学 附属协和医院神经内科,主任医师、教授、博士生导师

蒋小玲
厦门大学附属福州第二医院神经内科,主任医师、科主任、硕士生导师

活动组织 主办单位:福建卫生报 支持单位:晖致医药有限公司