

医讯集萃

少吃油 多吃豆 加点奶

福建省全民营养周启动

□本报记者 朱晓洁

5月13日上午,2024年福建省全民营养周暨“5·20”中国学生营养日系列营养健康主题宣传活动在福州启动。

今年全民营养周的传播主题为“奶豆添营养·少油更健康”,旨在呼吁大众多吃奶类和大豆类食品,同时减少烹调油的摄入量,践行“健康中国·营养先行”的理念。

上午,福州下起了大雨,但启动仪式现场依然人头攒动,《福建卫生报》社“福建人的餐桌智慧”摆开“豆”阵,吸引了不少市民。

“第一次知道海蛎饼里有黄豆。”在档口旁边,不少参加活动的市民路过“挑‘豆’你的福建名小吃”易拉宝时,都会驻足仔细观看,来自长汀的杨先生还跟朋友探讨起来:“我们长汀的豆腐干也很有名,吃着对身体好。”

档口上,摆着一盘盘豆腐、绿豆、豆腐干、植物肉等豆制品,工作人员一一为市民讲解,告诉大家豆制品摄入的知识,“这一盘就是正常人一天所需的豆制品摄入量”。

“福建人的餐桌智慧”是第二年参加福建省全民营养周启动活动,栏目聚焦福建道地食材的健康解读与营养搭配,用心挖掘福建人餐桌上的食养秘籍,旨在让民众通过与栏目的持续互动,都成为爱吃、懂吃、会吃的福建人。



福建省营养师协会以实物科普奶制品类型

根据2022版《中国居民膳食指南》,每人奶制品摄入量应达到300~500克/天,但大多数人喝不到这个量,怎么办?在福建省营养师协会的宣传点上,营养师们纷纷向市民科普:奶片、奶粉、奶酪棒、酸奶都可以作为牛奶的替代品,补充奶的摄入量。

营养师还提醒大家,如果配料表写着“乳制饮品”的,并不属于严格意义上的奶制品,不要用它来替代牛奶。

在活动现场,福建中医药大学附属第三人民医院带来了自主研发的茶饮、药膳等,以及糖尿病、肿瘤与营养宣传单。

福建卫生职业技术学院医学营养专业的老师和同学们带来了古方八珍粉,冲泡给大家试喝:“这个方子可以健胃、益气、温中、助消化,很适合现在饮用。”

因为契合今年营养周的主题,现场由新希望乳

业、九阳豆浆、长富牛奶等企业带来的新品都受到了市民热捧。

福建省卫生健康委员会二级巡视员赖以刚表示,国民营养事关全民健康。省委省政府高度重视营养健康工作,2015年以来,我省已连续举办了9届全民营养周活动。2023年,省卫健委顺利开展全省居民营养健康监测和食物成分监测工作,建设完成了263家市级营养健康食堂和餐厅。今年15家学校幼儿园获得国家学生营养促进会全国营养与健康学校幼儿园称号,营养健康工作取得了较好成绩。

赖以刚强调,当前我们仍旧面临营养健康与食品安全问题交织、营养不足与过剩并存等问题。2024年将围绕福建省居民营养计划方案,持续增强人才队伍建设和营养服务能力,进一步加强营养健康信息科普宣传,多措并举全面推进全省营养与健康工作。



本报“福建人的餐桌智慧”展位科普豆制品摄入量

□本报记者 刘伟芳
通讯员 夏雨晴

为维护医疗美容市场秩序,5月13日,整形美容专业国家级医疗质控中心(以下简称国家整形美容质控中心)启动“医美安全日”系列活动。

本次活动由28个省、自治区、直辖市整形美容专业质控中心和国家级整形美容质控中心全体专家共同参与。

安全变美是每个人的权利,“医美安全日”的设立,是希望每一位求美者都能在安全的环境中实现美丽的愿景。

福建医科大学附属第一医院是福建省整形美容质量控制中心的挂靠单位。副院长王彪提醒,大家要警惕过度宣传,理性对待整形美容,保持合理期待,确保每一次选择都是建立在安全与科学的基础之上。

首个「医美安全日」启动

科宏眼科搬迁新址
开通劳模绿色通道□本报记者 游章友
通讯员 黄佳钰

5月12日,在国际护士节来临之际,以“科宏心 焕光明”为主题的厦门市总工会五一系列活动之关爱劳模眼健康活动,暨厦门科宏眼科医院 5.12 国际护士节活动,在厦门科宏眼科医院新址湖里区火炬路3号举办。

在活动现场,该三级专科医院以劳模绿色通道的开启、全自动便携式眼底照相机 AIRDOC 设备的捐赠,以“我为劳模献爱心”之举回报社会。

助力乡村振兴 建设幸福家庭

福州市计生协在闽清举办三节共庆活动

□本报记者 陈坤

今年的5月12日既是国际护士节,也是母亲节。5月,还是闽清县云龙乡的“丰收节”。5月12日上午,“好家风·健康行”三节共庆暨庆祝福州市计划生育协会成立40周年活动在闽清县梅城镇举办。

活动由福建省计划生育协会指导,福州市计划生育协会、福州市人口福利基金会等主办,闽清县计划生育协会等单位协办。

省计生协党组成员、专职副会长、一级巡视员陈友茂,省计生协副会长、福州市计生协会会长陈大强,福州市计生协党组书记、常务专职副会长刘惠珍等参加活动。

当天上午8时许,闽清县梅城镇乃裳广场就人山人海,大屏上播



调研组赴闽清县计生协调研

放的礼乐闽清MV、闽清文旅宣传片、云龙乡西红柿宣传片等,熟悉的在地文化一下就吸引了群众驻足。

来自福建省立医院、闽清县总医院的多位医生开展义诊咨询,为群众的健康问题答疑解惑。

在计生协项目宣传服务区,来自闽清县计划生育协会、闽清县科

协、闽清县疾控中心、闽清县妇幼保健院、闽清县红十字会等多家单位的工作人员为群众发放宣教材料。

今年,恰逢福州市计划生育协会成立40周年。刘惠珍在致辞时说,40年风雨兼程、砥砺奋进,福州市计生协从无到有、从小到大,发展成为拥有近3000个基层组织、40多万会员的群团组织。

近年来,全市各级计生协深入贯彻落实优化生育政策,助力乡村振兴和“健康福州”战略,融入社会治理,在实施“六项重点任务”、加强基层能力建设等方面积极作为,成为协助党和政府做好新时期人口工作,促进人口均衡发展的一支重要力量。期待未来计生协在促

进生育关怀和家庭健康方面发挥更大作用,在新起点上续写新时代人口长期均衡发展的新篇章。

嘉宾一行前往闽清县计划生育协会参观调研,闽清县优生优育指导中心也于当日揭牌。

座谈会上,调研组听取了闽清县计生协近期工作情况汇报。调研组对闽清县计生协工作给予充分肯定。

