

可恩国际口腔诊疗中心成立 爱牙热线80910999

种植牙2888元/首颗!现场有机会抽取免费种植体!

接轨世界学术前沿,领航国内高端口腔。4月17日上午9点,可恩国际口腔诊疗中心暨青岛电视台志愿服务基地揭牌仪式将于可恩口腔市南院区隆重举行。活动期间,医院将为岛城市民送上超值大礼——1000颗进口种植牙2888元/首颗!

国际尖端医疗设备,四大专业特色治疗

为满足不同人群需要,坚持现代化高端口腔治疗理念,可恩口腔医疗集团于青岛市市南院区正式成立可恩国际口腔诊疗中心。中心是集口腔医疗、预防、保健、康复为一体的综合性诊疗机构,常规开设口腔种植、口腔正畸、口腔综合、儿童口腔四大专业。配置德国徕卡显微镜、普兰梅卡大视野

全景CT等全球高精尖医疗设备。即种植义齿采用国际先进的无痛拔牙、微创种植技术,配以全部进口设备和材料,让患者轻松拥有舒适、牢固又美观的“第三副牙齿”;牙周病防治、牙齿正畸等也是该中心的特色治疗项目。

国内外精英医疗团队,全方位互动式健康管理服务

可恩国际诊疗中心由国内外知名专家组成精英团队,借鉴国际成熟的口腔诊疗模式,汲取先进的口腔健康管理理论和美学理念,引进国际主流口腔医疗保健机构的服务标准与质量监督体系,以会员制的会所管理提供个性化和全方位口腔健康管理服务。在国内首家推出口腔健康管理服务,对会员及其家人的口腔健康定期进行

评估、预测、跟踪管理,提供自始至终无微不至的专业口腔服务。

携手青岛电视台,做好市民口腔服务勤务兵

为了更好地服务好岛城市民的口腔健康,与国际诊疗中心同步,青岛电视台志愿服务基地也正式落子青岛可恩市南院区,“守护口福”市民口腔关爱项目正式启动。

4月17日活动当日,凡到场市民均可享受免挂号费、免拍片费、免检查费、免方案费的四免优惠,同时还可领取品牌大米一份,成交更有神秘大礼相送。现面向全市招募见证嘉宾30名,名额有限,先到先得,报满即止!预约报名热线:80910999。

半岛全媒体记者



野菜虽味美 有些却禁上餐桌

疾控专家提醒:警惕野菜生长区域水源、土壤中含过量重金属或其他有害物质

□半岛全媒体记者 齐娟
实习生 温光凯

春天是各种野菜飘香的时节,水芹菜、马齿苋、榆钱等各种时令野菜也在竞相生长。野菜水分含量少,营养物质含量多且美味可口。青岛市疾控中心专家提醒,并不是所有野菜都适合食用,有时食用不当可能给身体带来健康负担,得不偿失。

这些野菜正当时

荠菜富含蛋白质、维生素B₂、维生素C、钙等多种营养物质,味道鲜美,食用方法也多,最常见的是将它做成包子、

饺子、春卷等。

香椿芽是香椿树的嫩芽,被称为“树上蔬菜”,是大家非常熟悉的一种植物。香椿芽不仅营养丰富,而且具有极高的药用价值。

马齿苋被称为“天然抗生素”,含有丰富的钙、磷、铁和多种维生素。同时,马齿苋还有清热利湿、解毒消肿、消炎、止渴、利尿等药用作用。

榆钱也就是榆树的种子,含有较高的蛋白质、碳水化合物、膳食纤维和烟酸等,脂肪含量低,还含有大量的钾、钙、磷、镁、铁、锌等微量元素。

除了上述野菜,诸葛菜、水芹、婆婆丁、草头、芦蒿、马兰头、折耳根、面条菜、

苦菜等也都可以食用。

与栽培蔬菜相比,有些野菜含有更加丰富的膳食纤维、蛋白质和维生素等营养物质,一些种类的野菜还含有独特的生理活性物质,具有药用价值。另外,由于生长环境的影响,或需要更长的生长周期,野菜通常比家菜更有风味。但总体来说,野菜的营养价值并不比人工栽培的蔬菜高。

如何正确食用野菜

有人认为,野菜未经人工施肥,撒农药,不会残留有毒有害化学物质,因此野菜安全性更高、更绿色。然而,有的水源、土壤中含有过量的重金属和其他有毒有害物质,这些物

质可能被野菜吸收,并富集,汽车排放的尾气、空气中的污染物也会在野菜叶片表面沉积。因此,马路边、工厂旁,以及公园的野菜尽量不要采摘食用。应尽量选择传统的、具有多年食用历史的野菜,慎重购买新出现或很少见的野菜。以避免误食进而引发中毒甚至危及生命。

有些野菜中的硝酸盐和亚硝酸盐含量较高,食用时也要掌握正确的烹调方式。在烹饪之前,要将野菜择净清洗,过热水焯烫除去部分天然毒素和草酸。与此同时,食用野菜重在尝鲜,其难以满足人体所有的营养需求,因此应注重食物多样性和膳食平衡。

老人健康干预 岛城十社区试点

试点社区实施65岁以上老年人健康素养提升行动 五项干预措施助力预防失能失智

□半岛全媒体记者 王爱科

为积极应对人口老龄化,实施老龄健康战略,延缓和降低老年人失能失智的风险,青岛市卫生健康委员会、青岛市疾病预防控制中心近日召开专题会议,确定在10个社区试点实施老年健康素养提升行动项目,针对65岁及以上常住居民开展老年失能失智早期筛查和健康干预。

据介绍,项目主要任务目标是在10个基

层医疗机构建立筛查点,调查了解青岛市老年人失能失智流行状况,提供失能失智筛查评估服务。市疾病预防控制中心将组织专业筛查培训,提高基层医疗机构老年失能失智筛查和健康干预的能力。

老年人失能失智风险筛查要由经过统一培训的基层医疗机构工作人员实施,主要是运用专业量表对社区65岁以上老年人进行失能失智筛查,进行风险评估,依据评估结果提示老年人早预防、早诊断、早治疗,以降低或

延缓阿尔兹海默病、帕金森病和失能的发生。

记者注意到,首批纳入本次老年健康素养提升行动项目的社区分别位于七区三市,各设立一个试点社区。包括市南区的八大湖街道徐州路社区、市北区洛阳路街道郑州路社区、李沧区虎山路街道阜康花园社区、崂山区沙子口街道松山后社区、城阳区城阳街道小寨子社区、西海岸新区长江路街道濠洼社区、即墨区南泉镇街道北泉村、平度市李园街道李子园社区、胶州市里岔镇驻地社区

和莱西市水集街道颐和花园社区。

青岛市疾病预防控制中心针对老年人失能失智问题设计了一套适合社区开展、便于老年人掌握的健康干预措施,通过试点社区基层医疗机构向老年人提供五项服务内容:教会老年人一套健脑操;发放一套预防知识手册;提供一次筛查评估和健康指导;给老年人做一次免费健康体检(结合基本公共卫生服务老年人健康管理项目);组织一次社区宣传活动。

青岛都市报

百号齐发

精准覆盖

青岛都市报 市政协十二届五次会议闭幕 百亿办实事

地址：青岛市南京路110号 新闻热线：96663 网址：www.bandao.cn