

# 重阳过后送健康

## “九九龄健康醋杯金秋健康行”活动异彩纷呈

岁岁重阳，今又重阳。虽然今年的重阳节已在十一长假中悄然而过，但本刊与洛报集团联合主办的“九九龄健康醋杯金秋健康行”活动仍然不忘中老年人的健康，除了为老人们送上衷心的祝福外，还把目光投向更广泛的健康领域，祝愿每个年龄段的人都健康长寿。

### 健康大讲堂 免费的“健康大宴”

据世界卫生组织公布，一个人的健康寿命，60%取决于自己的生活方式。

为了使人们保持健康的生活方式，提高健康素养，有效控制慢性病和生活方式相关疾病，包括肥胖、高血压、心血管疾病、脑中卒等脑血管疾病、糖尿病、慢性呼吸道疾病等，由中华医学会、中国健康教育中心、中国健康促进基金会主办，省医学会健康管理专业委员会承办，市一院、市医学会健康管理专业委员会协办的“中华医学会健康大讲堂”活动将于10月8日下午3点在洛阳航空城会议中心举行河南行第二堂讲座。

“中华医学会健康大讲堂”活动是面向广大公众开展的系列健康教育公益活动，其目的是宣传、普及有关健康生活方面的医学科学知识，增强人民的健康意识，提高自主健康的能力，起到促进健康的作用。

该活动自2008年4月13日在北京人民大会堂开讲以来，已连续在全国各地开办科普讲座11场25讲。由于其主题鲜明、专家权威、信息科学、紧贴百姓，赢得了公众和媒体的广泛赞誉。今年7月9日，中华医学会健康大讲堂走进河南，在河南博物院首次开办，在省会引起较大反响。

此次在洛阳举行的河南行第二堂讲座特邀中华医学会健康管理学会副主任委员兼秘书长（后任主委）武留信教授和中华中医药学会养生康复专业委员会副主任委员、世界中医药联合会药膳与食疗专业委员会副会长、河南中医学院韦大文教授主讲，分别为《生活方式与健康》、《健康与你同行》。

为保障活动的公益性和实际效果，本次讲座现场不进行任何商业宣传和商业活动，如果您能到场听课，必将享受一场丰盛的“健康大宴”。有兴趣的读者可拨打电话15896697126咨询详情，另外，由于会场座位有限，请您提前入场。

### 九九龄健康醋 九九重阳送健康

在醋的保健功能越来越受推崇的今天，作为中国食品安全诚信单位、河南省著名商标的九九龄醋业保健品有限公司也在重阳前后为全市人民送上健康大礼。

据悉，九九龄五年陈酿维他醋的全国统一售价为299元一壶，在活动期间，消费者将享受到买一送一的超值优惠，此外还将获赠价值12元的泡脚醋两包以及维他醋体验装一包，泡脚醋体验装一小包。

消费者在购买产品后，可先使用两种醋的体验装，如果在使用后没有宣传资料中的食用效果，购买产品在包装无损坏、无拆装的情况下，可以免费退款退货。另外，市区的消费者还可享受免费送货服务。

据介绍，“九九龄”广受赞誉的产品“九九龄”维他醋是国家卫生部保健食品首批认定的醋类产品，它和普通食醋相比，缓解便秘、降血压效果显著，并有独特的阻断致癌物亚硝胺合成、调节血压和调节血脂等功能，是一般食醋和化学合成醋无可比拟的。

### 定期健康体检 助您益寿延年

健康体检，作为一种全新的健康管理模式，越来越受到广大群众的关注和青睐。定期进行健康体检，防患于未然，已成为相当数量人群生活中不可或缺的大事。

作为本次“九九龄健康醋杯金秋健康行”活动的协办方，洛阳普惠健康体检中心体检医师董主任应邀为我们介绍体检常识。他介绍说，健康体检的项目因人而异，不同年龄、职业、生活方式及不同家庭病史的人，所选择的体检项目各不一样。

30岁左右的人群，由于工作紧张，流动范围大，患传染病的机会较多，如病毒性肝炎、肺

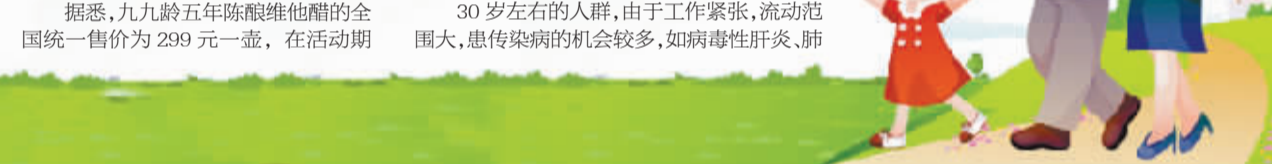
结核及消化道传染病，那么免疫学指标及肝功能、X线胸透或胸片、血、尿常规是必查项目。

40~50岁的人，长期有工作压力，机体免疫、代谢功能改变，患高血脂症、心脏病、糖尿病、颈椎病等较常见，所以体检应注重查血糖、血脂、心电图、腹部B超等项目，男性同时应查前列腺，女性需查子宫、卵巢及乳腺。

55岁以上人群，一般都会有一些慢性病，不管病情控制如何都应定期检查，同时酌情做肿瘤标志物相关项目检测，另外生活习惯不良人群体检项目应视自己身体状况有所侧重。

该中心主任游红伟也提醒大家，健康体检是及时发现健康隐患作好防控的有效手段，通过健康体检可促使人们养成健康的生活方式和习惯，做到早发现、早治疗，从而改善人们的生活品质。（孙欢）

**金秋健康行**  
九九龄健康醋杯  
九九龄健康醋杯  
地址：中国·洛阳·洛龙·西口  
电话：60692266  
地址：洛阳市新城区政和路西段26号  
(丹尼斯西200米)



**洛报社区** 我们的家园

# 洛报社区 洛阳人的网上家园

时事 文学 休闲 BBS 教育 户外 娱乐

**BBS .LYD.COM.CN**  
广纳言论、开放包容的大型网络互动交流平台  
注册人数超过**30万** 日均页面点击量超过**6万**