



老人正在自测血压 ▲
心电图测试仪 ▶

社区健康看台

来“健康自测小屋” 免费做自助体检

□记者 曾宇凌 通讯员 耿梅 文/图

临近春节,很多人想给自己的身体做个检查,好放心地过年,但又不想大费周章去医院排队做体检。

您知道吗?其实咱们身边有很多免费自助体检的“小屋”,叫“健康自测小屋”,只要您刷一刷身份证,就能量身高、体重、血压及做心电图等。

「健康自测小屋」是什么?

预防慢性病, 方便居民进行自助式健康管理

“健康自测小屋”到底是什么?市疾控中心慢性病防治所相关负责人说,为了提高全民健康意识,方便居民了解自身健康状况,帮助居民建立健康的生活方式,预防和控制慢性病,自2013年起,我市借助慢性病综合防控示范区建设的契机,大力倡导和推广“健康自测小屋”的建设工作。

在市疾控中心办公楼大厅内,记者看到了一个约10平方米的开放式蓝色主题小屋,门头写着“健康加油站”。据介绍,这是我市首个建成的“健康自测小屋”,里面摆放着臂式电子血压仪、身高体重仪、腰围尺、体重指数(BMI)转盘及健康教育宣传展板,市民可以在这里免费测量血压、身高和体重,并通过体重指数转盘获得体重指数。

截至目前,我市各个区都建立有“健康自测小屋”,市民可以通过身边的“健康自测小屋”,就近检查身体。

「健康自测小屋」在哪里?

各区都有, 多设在社区卫生服务中心内

这些“健康自测小屋”究竟建在哪里?相信这是很多读者关心的问题。

市疾控中心慢性病防治所相关负责人说,根据各区自身情况的不同,“健康自测小屋”设置的位置不尽相同,有的设在社区卫生服务中心里,有的设在社区卫生服务站,还有的设在健康单位里,建设规格和检查设备都不尽相同。

其中,西工区除了在各个卫生服务中心内设有“健康自测小屋”,区政府、区疾控中心等健康单位内也设有“健康自测小屋”;瀍河区政府一楼和6个社区卫生服务中心设有“健康自测小屋”;涧西区在区政府、区疾控中心等健康单位内设有“健康自测小屋”,去年同步建成并投入15个高规格的“健康自测小屋”,面向全市居民免费开放,居民可在社区卫生服务中心上班期间进行检测。

「健康自测小屋」怎么用?

现场体验: 刷一刷身份证,就能免费检查身体

“健康自测小屋”该怎么使用?居民该如何进行自助式检查?记者带着这些问题,来到涧西区长安路第二社区卫生服务中心。

走进长安路第二社区卫生服务中心免费对外开放的“健康自测小屋”,看到屋内有红外线体温仪、身高体重仪、臂式电子血压仪、体脂测试仪、心电图测试仪等自助检查设备。65岁的石凤枝正在社区工作人员的指导下,尝试通过这些设备自助式检查身体。

只见她将身份证放在连接电脑的刷卡器上刷一下,她的身份信息就出现在了电脑上。经过多项自助检查,她的血压有些偏高,脂肪含量偏高,体检报告建议她合理饮食,加强锻炼,控制体重。

石凤枝说,很多老人都像她一样,平时不大愿意进医院,很少做体检,对自己的健康状况关注得也少,这下好了,在社区里就能免费检查身体,真的太方便了,“以后我要多来这里测下血压,做个心电图,给自己的身体做保养”。

心脑血管 不适在头脑 根在血液

心脑血管疾病难治,原因在于血管内“血锈”难除。

血锈长久浮游在血管内,粘附到血管壁形成顽固血锈团,造成血栓,引发高血压、心脏病、脑梗、心梗、中风偏瘫等心脑血管疾病。要想防治心脑血管疾病,必须先清除血管内早已形成的“血锈”!把血锈溶解掉,保持血流的畅通,减少血管的压力,避免高血压、血栓的形成。

十年溶栓护心脑血管 不如一次清血好

除“血锈”、洗血管、净血液

清血护心脑血管 一吃就笑

“清血老方”由芦荟、蜂花粉以及泽泻等地道食材入方,经最新离子技术高效提取,能够快速穿透“血锈”,使其分解,达到溶解血锈团的作用。可冲刷血管壁,有望防止血液垃圾滞留血管再次黏附血管壁。



“清血老方”可快速穿透“血锈”团,溶解“血锈”,防止血管堵塞,使其随代谢排除体外。

“清血老方”的净化离子像清洁剂一样将血管上的血垃圾、沉积物洗净,有助心绞痛、心肌缺血、心梗的康复。

净血液,调理心脑血管:调节血流,提高血动力,释放血管压力,改善相应的失眠及神经衰弱,恢复血液正常循环。

除“血锈”,预防脑中风:“清

“洗”血管,辅助修复动脉:

清血调理护心脑血管,服用之人都说好

王老太经常感到手脚发麻,胳膊抬不起,手握不住东西。开始想着也治不好了,就随便吃点药,可到最后连话也说不出了。去医院检查,医生说这是因为脑血管引起的,由

于大脑严重缺血、缺氧,脑神经细胞受损,使心脑血管失去活力。

后来王老太的小女儿听说了“清血老方”的“清血”调理法,可以通过清除血管中的脂质

垃圾,使心脑血管得到血氧供应;用了“清血老方”30天后,王老太的肢体竟然开始慢慢的有知觉了,不麻、不硬了,100天后,王老太能自己下床走路了!连医生都感到神奇!

强力破栓通心脑血管 心脑血管同护从根好

高老先生是一位退休干部,但他的晚年经常感到手足麻木、刺痛、皮肤冰凉,有时候还感觉电击似的麻木,所以赶紧去医院检查。医生告诉他,他心脏和脑血管都有几个血栓,如果不引起重视、认真调理,就可能发生心梗,随后推荐高老先生用“清血老方”进行保健。

高老先生坚持用了一个月,就觉得全身轻松多了,胳膊、腿,全身哪里都不麻、不疼了,坚持用了100天,去医院检查,血栓是越来越小,四肢麻木的毛病也都缓解了!



心不慌,上楼不歇脚

王阿姨经常感到心慌、胸闷,吃进口保健品,几千、几万元地花,钱花了,罪受了,效果还是不行。

现在好了,通过“清血老方”的清血调理法,心脑血管同养,每天不过几块钱,和以前相比,钱花的少了,但效果却更加显著!以前上到5楼得歇好几次,现在好了,一口气能上到5楼。现在王阿姨每天早上还能去跳广场舞,身体越来越好了。



原价59元

优惠价29.8元

仅限3天

陕食健广审(文)第2017080061号 本品不能代替药物

“清血调理法”专护心脑血管产品

“清血老方”上市以来,好评不断。为了让更多低收入的心脑血管不适者使用专业保健品进行调理,推广期间,厂家特批7000万元专项补贴救助资金,心脑血管不适者可花低价钱买到“清血老方”!

厂家声明 服用一大盒无效 退货退款

清血老方适用

冠心病、心绞痛、心肌缺血、心肌梗塞、脑血管、脑梗塞、脑溢血后遗症及其引起的胸闷、心慌、气短、胸痛、头晕、乏力、心力衰竭、半身不遂、口眼歪斜、手脚麻木、四肢冰凉,语言不清、严重失语、流口水等各种心脑血管不适,不花冤枉钱!

咨询电话

400-8369-168