

★ 义诊第112期

一年一度的高考,考生和家长都格外关注。为了保障他们顺利度过高考,京九晚报公益社区健康行联合商丘市中医院于6月7日、8日两天,派出了内科、外科、皮肤科、心理咨询等多位专家,带上应急药物,在商丘中学考点门前为考生和家长免费服务,极大地缓解了家长们的陪考压力,受到广大考生和家长的热烈欢迎和好评。

义诊为高考保驾护航

■文/晚报记者刘絮朱琳 ■图/晚报记者张辉

医院:为高考学子及家长献爱心

6月7日、8日两天,为缓解考生和家长的压力,商丘市中医院派出了内科、外科、皮肤科、心理咨询师等共10位专家,带上了阿莫西林、庆大霉素等一批应急药物,在位于南京东路的商丘中学考点门前,连续两天为赶考的学子和陪考的家长提供应急保健及免费体检服务,为高考学子作好保驾护航。

前来就诊的大部分是陪考家长,义诊活动一开始,医务人员就被他们围得水泄不通。很多考生家长由于在学校门口等孩子考试,着急上火导致血压升高,专家们连续两天顶着烈日的暴晒,给家长们介绍了舒缓考生压力、帮助考生调整心

态的有效方法,同时为他们进行一些测量血压、全身的基本检查等,让考生及家长就近享受到高水平的医疗服务,极大地缓解了家长们的陪考压力。

“为了应急,我们还带了一些有效药物,急救车一直在现场,就是让有些情况能及时处理,这不,刚才就有个家长着急地来为考生找拉肚子药,要是跑到药店买就要耽误考试。”市中医院外联科科长于艳萍说,“高考考生的身体健康最重要,6月7号、8号两天,我们都在商丘中学考点为考生和考生家长服务,献出我们的爱心,也希望考生都能考出好的成绩。”

心理咨询:驻扎高考考点现场

“老师,我一紧张就什么都想不起来了。”两位女生匆匆从送考车上下来,看见有穿白大褂的医生,就直奔这儿来了。

“来,跟我先做几个深呼吸,慢慢吸气,慢慢吐气。在深呼吸的过程中,要以缓慢的语调告诉自己放松、放松、再放松。”市中医院心理咨询师刘凤琴现场为两位女生示范,并强调说,深呼吸的过程中一定要注意慢,如果是快速大口吸气和吐气,反而会加重紧张感。

刘凤琴说:“如果按照以上方法还是放松不了,你可以握紧拳头,停顿一会后再慢慢放开,如此反复多次,有助于缓解你们的紧张感。”并笑着鼓励她们一定能考出理想成绩。

刘凤琴说,往年高考中曾发生过考生神态异常、突然从考场跑出去的情况。针对当前个别学生心理素质差、容易出现偏差的现象,今年医

院特别注重考生心理疏导问题,在考点义诊时专门设立了心理健康咨询台。考生有什么心理压力,可以随时找心理咨询师聊聊,遇到突发状况时,心理咨询师会在第一时间为考生服务。

刘凤琴还对前来咨询的家长介绍,家长应该正确引导孩子,在整个高考过程中,要让孩子有考完一科就“丢掉”一科的想法。“不要去想,也不要比较。如果自己觉得试题很难,考得不好,可以告诉自己‘我不会做的题目,别人也可能不会做’。通过这样,考生可以得到安慰,心态会平衡不少。”

刘凤琴还建议家长们可以在孩子进行考试的时间,采取散步、逛逛市场等转移注意力的方法,缓解焦虑的心情,也可以为孩子准备一份丰盛而营养的晚餐,让考生和家长保持一份平和心态,考出一份理想成绩!



活动现场。



咨询诊断病因。



活动现场。



测量血压。

现场:考生、家长争相咨询

“医生,我最近精神紧张,而且血压高,平时我吃倍他洛克,一直控制不好,是什么原因?”

“孩子考试,我每天5点起床,晚上陪着孩子看书,白天还得上班,心脏最近老是感到不舒服。”

“医生,我这身上起的是不是荨麻疹,孩子考试,还没顾着去医院检查呢!”

……

考试开始,很多家长送完孩子进考场,就围在义诊台前测量血压、寻医问药。

现场,正在咨询的张先生介绍说,高考不仅是考孩子,也是考家长,这几个月自己为了

孩子,身体也不好。孩子考完了,自己也得放松放松。

刚测完血压的曹女士很高兴:“送儿子高考本来觉得无聊,没想到还有医生可以咨询。这几天为了孩子高考自己也没有休息好,正好向医生咨询,拿些药吃吃。”

义诊中,记者采访了解到,家长们血压普遍比平日升高10-20毫米汞柱。医生介绍说,考生家长和考生的心情会相互影响。建议家长们可以在孩子进行考试的时间,采取散步、逛逛市场等转移注意力的方法,缓解焦虑的心情,让考生和家长保持一份平和心态,考出一份理想成绩!

救急:为考生健康护航

在6月7日、8日两天4场的考试中,京九晚报公益社区健康行义诊台前,经常有考生前来找感冒药、拉肚子药。

6月7日上午,义诊台还没有摆好,就有几个考生来到义诊台前,询问是否有拉肚子药。考生韩林林告诉记者,自己因为考试的前一天吃了西瓜,第二天一大早就不舒服,到了考点发现商丘中学附近没有药店,正着急,看到京九晚报公益社区健康行义诊台,真是太好了。

此次义诊活动,考虑到商丘中学离市区较远,附近也没有药店,考生如在场外身体突然不适,医治很不方便。因此,京九晚报公益社区健康行开赴该校门前,为这里的考生服务。商丘市中医院还特意带来了一些防暑、拉肚子和葡萄糖等药品。

为高考服务人员做体检

高考现场,记者看到有很多交警及各单位工作人员忙碌的身影,此次义诊活动,也为很多工作在高考一线的工作人员进行了爱心检查。

由于商丘中学送考车辆较多,交警们在考生进入考场时,不停地指挥交通,防止因车辆滞留延误考生进入。同时,记者看到,有很多家单位都派出工作人员,设立了爱心高考服务站,不仅准备了饮用水,同时,还准备了药品、2B铅笔、橡皮等,市商业银行还打出了高考未来三天的天气情况。

考生进入考场开始考试后,很多交警和高考服务人员也围在了义诊台前,检查身体。在民生证券上班的祝先生说,自己前几天刚进行过检查,正好让医生看看自己的检查结果。

市商业银行工作人员张女士的孩子患皮肤病,满身起小红疹,她正说要去医院,就现场咨询起皮肤科医生高歌。

“我们为考生服务,京九晚报公益社区健康行义诊服务,不仅为考生护航,也为我们健康服务,真是太好了。”民生证券工作人员韩瑞林高兴地说。