

健康周口行 大医献爱心

## 小记者助力口腔健康科普宣传

□孙关鑫 文/图

本报讯 为增强社区居民口腔健康意识,8月25日,由市城乡一体化示范区卫生和计划生育服务中心联合周口口腔医院组织的医疗团队走进文昌街道碧桂园社区,开展主题为“健康周口行 大医献爱心”健康科普进社区义诊活动。

活动现场,一群身披绶带的身影格外引人注目,他们是化身促进口腔健康宣传员的周口报业小记者。只见他们手拿宣传单,热情地向社区居民发放。“叔叔、阿姨,这是关于口腔健康的宣传单,希望您能了解一下,保护好自己的牙齿。”他们稚嫩的话语向居民传递着健康理念。

发放完宣传单后,小记者对社区居民进行了采访。小记者孙姝钰礼貌地采访一位居民:“阿姨,您觉得周口口腔医院开展的这次义诊活动效果怎么样?”这位居民微笑着回答:“非常好,让我在家门口就了解自己的口腔健康状况,还学到了很多知识。”小记者还采访了周口口腔医院的医生,了解口腔健康的重要性以及如何更好地预防口腔疾病。医生鼓励小记者要把学到的知识传递给更多的人。本次义诊活动,小记者不仅学到了口腔健康知识,还锻炼了沟通能力,增强了社会责任感。

周口口腔医院相关负责人表示,医院将继续开展各类义诊活动,向居民提供优质的口腔医疗服务,为提高全民口腔健康水平贡献力量。



小记者采访医生。

## 教育,是一场爱的修行

春去秋来,花开花落。不知不觉中,我已经担任了一年的班主任。从刚开始的手足无措,到后来的气定神闲,一年来,我教给孩子们知识与做人的道理,孩子们也让我懂得了“爱”才是教育的终极目标。

没有爱就没有教育。作为班主任,如何用心爱学生,需要在实践中进行深入思考和探索。

我们班有一个特别爱“表现”的孩子,几乎每节课下课后,都有孩子向我告他的状,每天也都有副科老师向我“倾诉”这个孩子在课堂上如何捣乱、影响上课等。经过几天的观察,我发现这个孩子确实如此,每次都受到老师的批评。但是,这个孩子的优点是聪明、力气大,卫生打扫得很干净。于是,我就经常让他做些力所能及的小事,比如搬椅子、抱本子、擦黑板等,并当着全班同学的面表扬他。每个孩子都渴望得到肯定和鼓励,后来,他的表现越来越好。用爱呵护孩子们生命中的微光,这微光终有一天会变成满天的星星。

教育是一门艺术,需用心思考、用心感悟。爱的教育是春风化雨、润物无声,不是与学生斗智斗勇、论输赢。我们和学生只是相伴一程,不会相伴一生,因此,要和学生互相尊重、彼此欣赏、共同成长。

(周口市实验学校 李苗苗)



教育故事

本版组稿 王文博

## 这份开学“收心指南”请收好

马上就要开学了,您的孩子是否做好了开学准备?本报特意准备了一份开学“收心指南”,让家长帮助孩子更好地迎接新学期。

## 与孩子一起回顾假期生活

家长和孩子可以一起把假期生活“回放”一遍,对照假期计划,检查哪些已经完成,哪些尚未完成;一起分享假期收获(读书、旅行、娱乐等方面),及时总结经验、分析原因。

## 检查作业完成情况

很多孩子经常将假期作业拖到开学前一晚才写,并草草应付,建议家长和孩子一起合理规划开学前的这段时间,及时查漏补缺,高质量完成作业。

## 引导孩子调整生物钟

很多孩子在假期养成了晚睡、晚起等不良生活习

惯,如果不提前调整,开学之初通常会出现注意力不集中、精神状态不佳等现象,影响孩子学习。家长应和孩子一起制定作息时间表,按照上学时的时间起床、睡觉、学习、运动,规律作息。

## 制订新学期学习计划

新学期,新气象。家长和孩子可根据实际情况制订学习计划,例如下学期要提高哪几门课的成绩等。目标计划不能好高骛远,这样可以帮助孩子明确方向,消除盲目感,更好地进入学习状态。

## 引导孩子进行复习和预习

经过一个假期,孩子可能对上半年所学知识有所遗忘,不妨利用这段时间抽空复习一下,也可提前预习新学期课程,实现新旧知识的有效衔接。

(摘自《今日教育》)

## 牙髓炎的预防与治疗

牙髓炎是牙齿的一种疾病,即牙髓组织发炎,通常由细菌感染、物理刺激或化学刺激引起。

龋齿通常是牙髓炎的前兆,当龋齿未得到及时治疗时,细菌会逐渐侵蚀到牙髓,导致炎症发生。此外,牙齿外伤、磨损及不良的口腔清洁习惯,也可能引发牙髓炎。

牙髓炎的症状多种多样,包括牙齿疼痛、肿胀、发热等,且疼痛往往在夜间或受到冷热刺激时加剧。患者常常因牙痛坐立不安,不仅影响日常生活,还可能对口腔健康造成严重损害。

因此,预防和治疗牙髓炎至关重要。大家要保持良好的口腔卫生习惯,定期进行口腔检查,及时发现并治疗龋齿等口腔问题,能有效预防牙髓炎。

已患有牙髓炎的患者,应及时就医,接受专业治疗,避免病情恶化。②27

(宗晓臣)



青少年口腔健康知识课堂

周口口腔医院 主办

爱牙热线: 8921777 8389120