

科普知识润童心 健康护航促成长

□记者 郑伟元 通讯员 梁凌霄

本报讯 5月28日，周口中心城区部分小学生代表走进周口市疾控中心健康馆，参与科普活动，学习健康知识。

活动现场，在周口市疾控中心健康馆讲解员的带领下，学生们通过观看图文展板、实物模型，体验智能健康体检设备等方式学习健康知识。在讲解员的引导下，学生们通过模拟场景体验，深入了解营养膳食、疾病预防等内容。

“窝沟就像牙齿表面的小沟壑，容易残留食物残渣和细菌。窝沟封闭就像给牙齿穿上了一层保护衣，能有效预防龋齿。”周口市疾控中心医务人员用通俗易懂的语言，向学生们讲解了窝沟封闭预防龋齿的原理。医务人员还利用牙齿模具演示正确刷牙方法，详细讲解口腔健康知识，引导学生养成早晚刷牙、定期进行口腔检查的良好习惯。

周口市疾控中心相关负责人表示，他们将持续开展健康科普活动，向学生们普及专业、实用的健康知识。

周口市眼科医院 推出 12 款中药茶饮

□记者 李鹤

本报讯 近日，周口市眼科医院（周口市第七人民医院）中医科创新推出 12 款特色中药茶饮，将中医药养生理念融入日常生活，为患者提供个性化的健康调理方案。

据了解，针对现代人常见健康问题，该院中医科秉承药食同源理念，推出 12 款特色中药茶饮，如“益气明目茶”“养颜淡斑茶”“理气解郁茶”等。其中，“益气明目茶”选用枸杞、菊花、决明子等药材，可缓解视疲劳及干眼症，尤其适合长时间用眼人群；“养颜淡斑茶”精选黄芪、鸡血藤等药材，可调和气血、改善皮肤暗沉。所有中药茶饮均选用道地药材，配方温和，适宜长期饮用。目前，该院中医科还提供免费的中医体质辨识和中药茶饮指导服务，帮助患者选择适合自身状况的养生茶饮。

该院相关负责人表示，他们将持续探索“中医药+眼部健康管理”模式，充分发挥专科优势，推广中医养生文化，为患者提供更优质的中医药服务。

本版组稿 刘伟

心理健康知识巡讲进校园



□记者 郑伟元 文/图

本报讯 5月27日至5月29日，周口市第六人民医院社会心理健康金牌讲师公益巡讲团先后走进郸城县文灿学校、郸城县新世纪中学、郸城县城关镇二中，开展以“非暴力沟通指南”为主题的心理健康知识讲座，为师生们送上实用的沟通技巧与心理健康知识。

在郸城县文灿学校，该院心理治疗师韩慧雨结合青少年校园生活及家庭沟通中的典型案例，深入浅出地剖析了暴力沟通的表现与危害，引导学生认识语言暴力对人际关系和心理健康的不良影响。她重点围绕“观察、感受、需要、请求”四要

素，通过情景模拟、角色扮演等形式，向学生们详细介绍了非暴力沟通的核心要素与关键步骤。

在郸城县新世纪中学心理健康知识讲座现场，学生们积极提问，分享了各自在校园生活及家庭中沟通不畅的困扰。韩慧雨针对每个学生提出的问题逐一进行耐心解答，并给出实用性很强的沟通技巧。“专家讲的内容很实用。听了她的讲座，我学会了怎么清晰真诚地表达自己的想法和感受，知道了如何倾听别人的需求。”该校一名学生说。

今后，周口市第六人民医院社会心理健康金牌讲师公益巡讲团将走进更多学校、社区，开展形式多样的心理健康科普活动，为提升群众心理健康水平贡献力量。

平安人寿推出“代理人功勋荣誉体系”

平安人寿周口中支相关负责人介绍，5月27日，平安人寿正式发布“代理人功勋荣誉体系”，嘉奖表现卓越的“持续贡献者”。

2025年4月份，国家金融监管总局发布《关于推动深化人身保险行业个人营销体制改革的意见》，明确要求推动保险销售顾问专业化、职业化发展，为行业高质量发展进一步指明道路。平安人寿顺应市场趋势，紧跟监管号召，积极构建专业化、职业化、长期服务的保险销售顾问队伍。

“代理人功勋荣誉体系”旨在引导代理人队伍向专业化、职业化迈进，增强代理人队伍长期

服务能力，助推行业高质量发展。在奖项设置上，该体系设置4大类别、7个奖项、25个子奖项，对于入围者的业务品质及继续率均设置门槛，兼顾其业绩贡献与服务年限。以“长期忠诚”类奖项为例，该类别下设置“长服团队奖”及“长服个人奖”2个奖项，获奖的团队或个人除需达到前述入围门槛外，服务年限需达到10年、15年、20年、25年、30年，当年业绩或增员表现也需满足一定标准。“卓越贡献”类奖项，获奖者在达到入围门槛的同时，需满足近年连续入围寿险高峰会且入围达到一定次数，以激励“高峰英雄”持续奋斗。②25 (平安)

健康热线:13949993566 13592285505 电子信箱:zkrbwsb@126.com