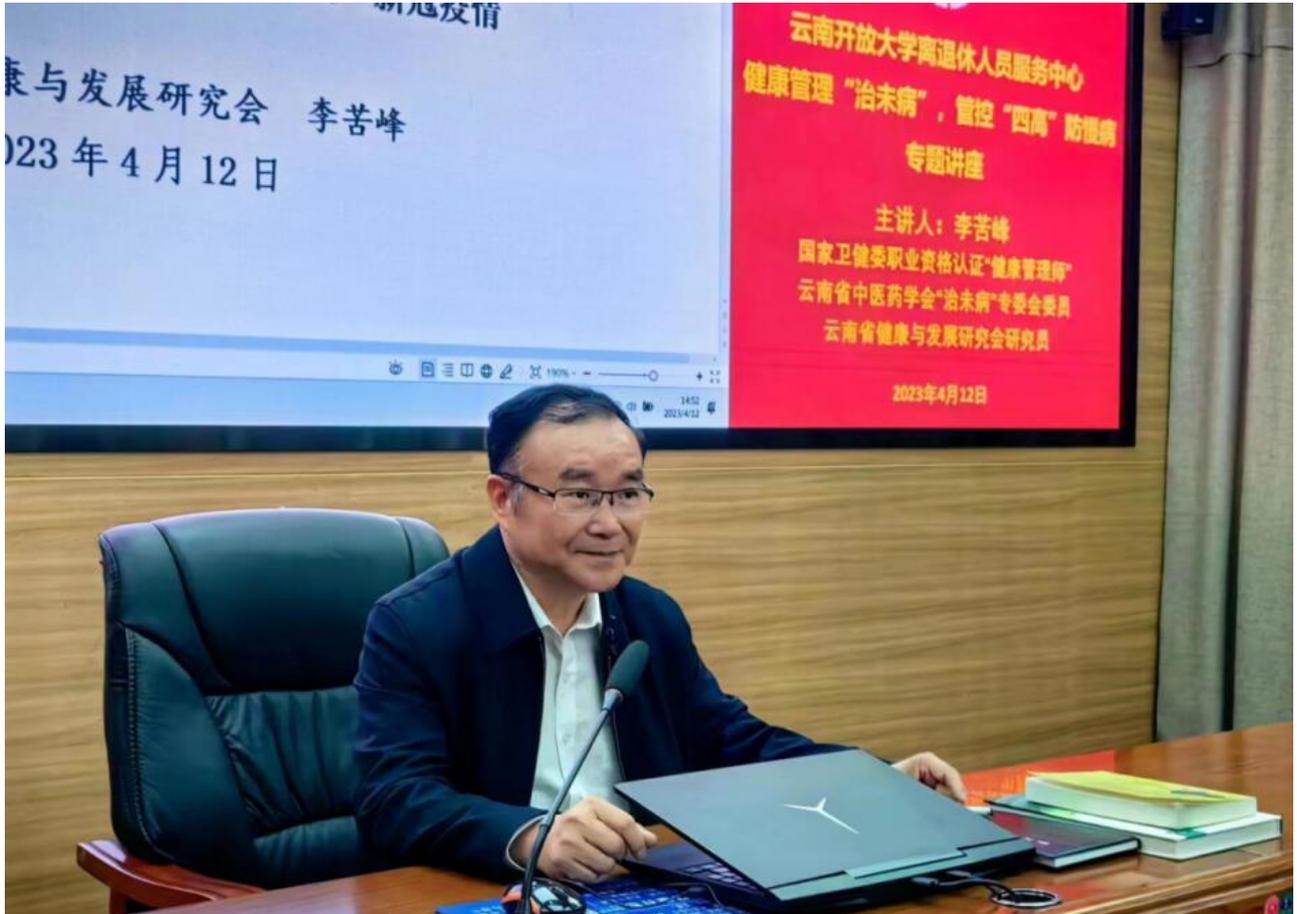


云南省健康与发展研究会专家会员走进云南开放大学为离退休教职工开展健康讲座

作者：李谷 时间：2023-04-26

2023年4月12日，受云南开放大学离退休人员服务中心邀请，云南省健康与发展研究会研究员、云南省中医药学会“治未病”专委会委员李苦峰老师，代表研究会为云南开放大学离退休教职工开展“健康管理治未病，管控四高防慢病”的健康讲座活动。



李老师从“人口老龄化的基本情况、积极应对人口老龄化、提高老年人的健康素养、健康管理与慢性病防治、新冠疫情的中医思考”五个方面讲解了人口老龄化的现状，提高老年人健康素养的重要性及其对实践积极老龄化的重要性，并分享了他对健康管理与慢病防治的认识。其中，着重分享了《中国公民健康素养66条》及《中国老年人健康指南36条》的内容。李苦峰老师以自己为例，讲述了糖尿病生活干预的经验，他提出：必须重视营养治病在慢性病防控中的作用！关于新冠疫情的中医思考，李苦峰老师分享了疫情期间国家和云南省中医药对新冠肺炎的治疗方案，反映了传统医学在传染病防治中的重要性。



讲座结束后反响很好，很多老同志们与李苦峰老师进行互动交流，李苦峰老师耐心答疑解惑。很多老同志表示：此次讲座让他们转变了健康观念，提高了健康素养，学到了健康知识，“感觉耳目一新！”



云南省健康与发展研究会 www.yhdra.org

Tech Support : Tekin

QQ:932256355

Mobile: 13888011868