

## “优生在113”公益系列讲座第一场开讲

# 不孕不育 夫妻双方均需全面检查



有着多年临床经验的赵敏说,在医院,经常会有“高龄产妇”问及“高龄”怀孕是否风险也高。其实,对于成熟女性而言,最好的备孕年龄在23~28岁之间。当然超过这个年龄界限,也可以顺利生产出一名健康聪明的宝宝。

备孕夫妻双方应该戒烟戒酒,更重要的是要避免吸二手烟,男子应提前3~6个月开始戒烟,女方提前2个月开始服用叶酸和多

昨天下午,由市人口计生委、解放军113医院、东南商报联合举办的“优生在113”公益系列讲座第一场在解放军113医院举行。本次讲座邀请了妈妈科学院“院士”、解放军113医院妇产科主任赵敏主任医师,为准妈妈们讲解如何健康备孕的相关知识。

记者 戎美容 实习生 徐莹 顾迎燕 汪峰

种维生素。

备孕期间,用药也有很多需要注意的地方。未避孕妇女,近月经期或过月经期用药应慎重。能用一种药物的,就要避免联合用药。若病情所需,在妊娠早期用了胚胎、胎儿有害的致畸药,应先终止妊娠。

赵敏还针对不少夫妻出现不孕不育问题进行了简单的解析。她说,导致不孕不育的因

素很多,但大多为疾病所致,准备怀孕的夫妻要在婚检方面有足够的重视,一旦查到影响生育的问题,就要找途径去解决。现在观念先进了,出现不孕不育不会一味责怪男方或女方,在生育检查中,任何一个或几个环节异常,就可能影响生育过程,男方会有精子异常等问题,女方会有排卵障碍等问题,她建议夫妻双方要相互理解配合,听从医生建议,全面检查,分析原因。

## 《妈妈大学》第62期导读

由东南商报社区全媒体工作室出品的公益品牌《妈妈大学》周刊第62期精彩上线。您可以通过添加妈妈大学微信(微信号:youxiuama)回复“微刊”的方式阅读精彩内容。



封面人物

本期封面亮相的是妈妈金晓晓和宝贝方林山。封面人物由西瓜庄园儿童摄影(中山东路724号)拍摄。

公益课堂 少儿舞蹈俱乐部的汤老师教大家跳“春天的脚步3”。

公益活动 5月23日,由东南商报、宁波市妈妈大学公益俱乐部共同举办的妈妈大学小书柜活动第6场走进了江北阳光艺术幼儿园。

想参与更多公益活动,请添加妈妈大学微信。 记者 孙肖 实习生 潘佳妮

## 宁波志愿服务大篷车第301期开进海曙春城社区 免费理发 帮助他人也快乐自己



志愿者为居民免费配钥匙。记者 徐文杰 摄

商报讯(记者 戎美容 通讯员 游嫣 实习生 高杉)5月24日上午,由市文明办与东南商报联合推出的宁波志愿服务大篷车第301期来到海曙望春街道春城社区,为居民朋友提供理发、磨剪刀、量血压、配钥匙、理财咨询、计生“爱一点”咨询等便民服务。

身穿绿格子围裙,手拿一个电推剪,社区居民志愿者俞梅正在为居民免费理发。50岁的她在社区里也算是小有名气,每月15日,她都会在小区的活动休闲区为居民提供免费理发服务。

“退休之后在家也是闲着,还不如发挥自己的一技之长,帮助帮助别人,而且我也通过这个服务项目认识了很多居民,心情自然也开朗很多。”俞梅说。

据春城社区工作人员介绍,在社区里,像俞梅这样的热心居民志愿者有很多,如法律、医疗等行业的热心居民,社区活动经常

能见到他们穿梭在人群中服务,社区志愿之风越来越浓郁。

参加本次活动的志愿者团队还有妈妈知道公益平台、宁波市81890志愿服务中心派出的宁波海曙益民锁业有限公司以及春城社区志愿者团队。

## 社区名片

春城社区成立于2005年,位于海曙区西端,东靠机场路,西接鄞州区高桥镇,南邻姚丰社区,北接鄞州下林村,整体呈宝塔状,总面积约2平方公里。由春城花园、兴发新村和桥弄新村三个小区及554弄等拆迁地块组成,现有住户3000余户,人口5500余人。社区先后荣获省级老龄工作规范化社区,市级和谐社区、平安社区,五星级民主法治社区,党员“一人一岗”先进单位,巾帼文明岗等荣誉称号。

## 如何选用儿童汽车安全座椅



商报讯(记者 孙肖 实习生 芦思悦)5月23日上午,由东南商报、宁波市学前教育研究会和SGS(通标标准技术有限公司)联合主办,妈妈大学公益俱乐部承办的“安全童伴——妈妈巧心思,宝贝更安

全”安全知识讲座第7场在江北艾毅幼儿园举行。本期讲座特邀SGS公司婴幼儿产品工程师徐赵平,为妈妈们讲解儿童汽车安全座椅的挑选和使用。

据美国高速公路交通安全局统计,使用安全座椅可以将冲撞意外事故中孩子的死亡率降低71%。

那么,如何选购儿童安全座椅呢?针对不同年龄阶段的儿童,徐赵平向大家推荐了不同款式的儿童安全座椅。

0~9个月婴儿 应采用提篮式安全座椅。这个时期的婴儿,头骨、颈椎、腹部都

非常脆弱,特别需要对婴儿的呼吸机能进行重点保护。在安装时,一定要采用后向安装,因为婴儿的头部重量接近体重的50%,通过与汽车行驶方向的反向安装,在车辆紧急刹车时能降低宝宝颈部的受力。

9个月~4岁幼儿 选择背向式儿童座椅。此款座椅虽然没有摇摆、便携、与手推车合用等功能,但可固定在车内长期使用。

3~12岁儿童 可配合安全座椅垫使用,基本可在孩子的整个童年使用。这个年龄段的孩子,乘车机会相当多,安全座椅使用得当,将大大提升孩子乘车的安全性。

## 孩子在小区玩也要注意交通安全

商报讯(记者 孙肖 实习生 肖立群 张耀祥)5月23日下午,由东南商报、市公安局交通警察局和妈妈大学公益俱乐部联合举办的“安全童伴故事会之交警叔叔讲交通安全”主题公益活动走进江北槐树幼儿园,本次活动特邀江北交警大队周信红警官为孩子们带来安全绘本故事《豆豆菲菲历险记》。

“豆豆和菲菲是一对姐弟,有一天在小区的街上玩捉迷藏,调皮的豆豆看到一辆车,心想要是躲在下面小伙伴肯定找不着。

小朋友们,你们觉得豆豆这样做对吗?”周警官一边讲故事,一边不忘和孩子们互动。

“不对!”听到交警叔叔的问题,孩子们热情回答。

那么孩子该如何在小区里面玩耍呢?周警官告诉孩子们,千万不要在车子的前后玩耍。“汽车都是有盲区的,越大的车子盲区越大。现在叔叔给大家做个试验。”说着,周警官拿着一辆汽车模型和一面镜子开始模拟起来。周警官还邀请孩子体验司机看后视

镜的实验。

和孩子们讲述完小区内玩耍的安全注意事项之后,交警叔叔和家长们、老师们分享了最近的交通安全事故案例。

“一个家长带着孩子过马路,在过马路时,孩子挣脱了家长的手独自冲向马路,这时正好一辆车驶来,刹车来不及,将孩子撞伤。”通过真实的案例分析,周警官提醒现场的家长,和孩子过马路时一定要抓住孩子的手,以免发生突发状况。

## 《宁波社区服务》第264期导读

《宁波社区服务》微信今天推出第264期。您可以关注公众微信“宁波社区服务”(ning-bo81890)获得更多资讯。

封面人物

为您介绍海曙区西门街道新高社区党委书记李德利。

社区新闻

为您介绍江北区白沙街道北站社区全家福公益照片拍摄活动。

记者 戎美容 实习生 吴东霖



## 妈妈赶集第53站 走进钟公庙童音幼儿园



商报讯(记者 孙肖 实习生 褚邱红)5月24日上午,妈妈赶集家庭环保总动员公益活动第53站走进钟公庙街道童音幼儿园。本次活动以美食为主题,水果、饮料、蛋糕、烧烤……各式各样的美食放在各个摊位上。

庞永新小朋友向记者介绍他的志愿者妈妈:“这是我的妈妈,早上6点就喊我起床,帮忙烧制参加赶集的美味,现在看到同学们吃着我妈妈做的好吃的,很开心,还有这些卖出去的美食,还能帮助其他有困难的小朋友呢。”

据了解,本次活动总共募集爱心款2704.6元,将全部捐给贫困儿童。