



理工學生向幼童講授健康知識

理工護理學生走進社區 舉辦講座推廣健康

為配合澳門特區政府施政方針「預防優先，妥善醫療」，進一步提升本澳市民對疾病的認識，推動他們對疾病的護理及預防的重視度，澳門理工學院健康科學及體育高等學校護理學學士學位課程學生自本年3月至今已於社區長者日間中心及幼稚園成功舉辦六場健康教育講座，包括視力健康促進、慢性病和傳染病防治等健康教育講座。

講座通過認識疾病的定義、主要因素、成因、預防、治療等相關資訊，讓長者及幼童對疾病有更深入的認知，令他們更加重視自身的健康和預防勝於治療的重要性，豐富他們的健康知識。

其間，澳理工護理課程學生為疫情防控與促進長者健康，舉辦了預防新冠病毒感染與腦中風的健康講座，分享了新冠病毒的信息，提高了長者們對新冠病毒的認識，並講解特區政府防疫的成功之處，教導長者如何配合政府防疫的措施等。

學生與各位長者一同進行健腦益智的手指操，降低患上失智症的機會，更加有按壓不同穴位從而消除疲勞、減輕精神負擔、緩解緊張情緒等功能，學生在講座過程中與各位長者談笑風生，其樂融融，長者們都表示非常滿意講座內容和安排。

四年級的羅同學表示，長者們踴躍參與講座，問答環節的答對率更達到百分之百，感嘆長者們精神爽利，外表完全不像七八十歲的老人家，過程中與各位長者一同進行手指操互動，反應毫不遜色於他們這些年輕人。

參與健康系列講座的學員們表示能在過程中學習，獲得了寶貴的經驗，希望將來能舉辦更大型的健康講座，讓更多人群受益，為提高澳門整體居民的健康出一分力。



理工學院護理課程學生走進社區舉辦健康講座