

河间市第二中学教师徐艳娟左脚骨折后

丈夫背她上下班 坐着轮椅为学生上课

本报讯(记者 崔春梅 通讯员 宋福市 汤颖)近日,河间市第二中学教师徐艳娟锁骨、左脚骨折后,每天让丈夫背她上下班,坐在轮椅上为学生们上课。

今年44岁的徐艳娟是学校九年级5班的班主任,还是九年级5班、6班的语文老师。5月初,她骑电动自行车时不慎摔倒,导致左胳膊受伤,左侧锁骨、左脚骨折。医生告诉徐艳娟,她受伤严重,左脚不能着地,需要卧床休息1个多月。10多天后,徐艳娟左胳膊能动了。放心不下班里的孩子们,她去医院复查时,问医生自己能不能去学校给孩子们上课,结果被医生“批评”了一顿。医生说,如果她不好好养伤的话,左脚可能会留下后遗症。

“孩子们就要毕业了,我怎么能关键时刻掉链子呢?”徐艳娟让丈夫背她上下班(图一)。每天,丈夫驾车送徐艳娟到学校,再把她背到二楼的教室。看到徐艳娟左脚打着石膏,带来伤学校上课,孩子们既意外又心疼,争着帮她把轮椅抬到楼上。上课的时候,徐艳娟坐着轮



图一



图二

椅,把左脚搭在凳子上给孩子们讲课(图二)。不能站立,她就坐着在黑板下半部分写板书。坐在前排的学生看到下半部分黑板上的板书写满后,主动上前擦黑板,腾出地方让徐艳娟继续写板书。

上完一天的课后,徐艳娟的左腿都肿了,一按就疼得厉害。学校领导担心她身体吃不消,嘱咐她多休息。徐艳娟总是笑着回答:“没事,我还能坚持。”知道徐艳娟不方便上厕所,学校的女教师纷纷帮忙。

“学生们帮我拿教材、拿粉笔、递板凳……5班的周子博、刘畅、李金秋等几个男同学,每天轮流帮我把轮椅抬到2楼。我上厕所不方便,在学校不敢喝水。6班的冯亚森等女同学,一下课就围上来问我渴不渴、喝不

喝水,还告诉我不要担心,她们会推我去卫生间……”徐艳娟说,学生们把她带伤上课的事告诉了家里人,很多家长都打电话关心她的身体情况。徐艳娟说,被这么多人关心着,她感觉心里暖暖的。

扫码看视频 新闻料更多

河间市第二中学教师徐艳娟受伤后坐着轮椅给孩子们上课……请用手机扫描二维码,观看相关视频。



“减脂新品”不减脂,体重增加两公斤

专业人士:“酸奶碗”不是“减肥碗”

本报记者 马晓彤 摄影报道



酸奶碗深受爱美女士欢迎

最近,市民李女士每天都会吃上一碗营养丰富的酸奶碗。这种酸奶碗饱腹感强,被李女士当成了减脂食物。然而,不少爱美女士发现,吃了酸奶碗后,体重反而增加了。

高颜值酸奶碗 深受女性欢迎

昨天,市民李女士买了一款“希腊酸奶”。她将水果和坚果倒在酸奶上,就做成了一碗好看的酸奶碗。与普通酸奶相比,“希腊酸奶”最大的特点是需要过滤。过滤后的希腊酸奶口感变得厚重且酸度更低,售价也颇高。

“之前,我网上很多瘦身博主都推荐用酸奶碗当代餐。我觉得它不仅好吃,颜值也很高。”李女士说。

记者在网搜索“酸奶碗”发现,某社交平台关于酸奶碗的话题浏览量已达6亿次,短视频平台浏览量已经达到20.6亿次,自制酸奶碗相关话题播放量也

超过了1000万。

记者采访中了解到,年轻女性是购买和制作酸奶碗的主力军。某查询平台数据显示,近30天来,在平台搜索酸奶碗人群中女性占81%,其中,18岁到23岁的女性为主要群体,占比约为35%。

不仅没减重 还增了两公斤

需要注意的是,酸奶碗如果搭配不对,吃了不仅不会减脂,还可能会增肥。

市民陈女士在网上购买了一桶酸奶。这桶酸奶的配料表中有白砂糖和稀奶油、果胶、明胶等。陈女士每天都在这款酸奶中加上麦片、坚果和水果一起吃。要是没吃饱的话,她还会再吃一块面包。

过了一个星期后,陈女士发现自己不仅没有瘦,还胖了两公斤。“酸奶从冰箱拿出来后挺凉的,我吃了以后胃也不舒服了。

看来,这种酸奶碗不是人人都适合。”陈女士说。

也有市民表示,吃酸奶碗后,体重有上涨的趋势。“太浓稠了,我吃了一周,胖了两斤。”市民王女士说。“酸奶碗脂肪含量不低,再搭配上坚果、水果等,热量就更高了。”王女士说。

记者在市区走访后发现,不少甜品店都推出了酸奶碗,售价在十多元到几十元不等。售卖者声称,他们的酸奶为自制发酵酸奶,没有添加剂,让不少消费者心动。市区黄河路一家甜品店每天限量出售酸奶碗,每次都是不到1个小时就售罄。记者购买了一份后发现,这种酸奶碗的酸奶非常浓稠,但店家没有标注配料。

专家建议 选择配料简单的酸奶

吃了酸奶碗会减肥还是会增肥?记者就此采访了市营养协会副理事长李胜利。李胜利告诉记者,一般酸奶的配料只有生牛乳、水、白砂糖和益生菌。这样的酸奶有助于人体消化和吸收,对人身有益。

“从营养成分表看,这种酸奶蛋白质含量较高,再加上它本身含有益生菌,还是比较健康的。如果酸奶中有稀奶油和添加剂等,脂肪含量过高的话,对减肥不会有明显效果。”李胜利说,肥胖其实更多是过多摄入热量、缺乏运动造成的,大家在食用时不能忽略了总热量的摄取,盲目认为酸奶碗可以减肥。另外,健康减脂最好在医生指导下进行。

沧州日报社驻管庄下沉工作队 邀请医生为村民义诊



本报讯 5月28日上午,沧州日报社驻管庄下沉工作队携手沧州中西医结合医院,在吴桥县东宋门乡管庄村举办义诊活动。村民在家门口便能享受到市区三甲医院医生提供的高质量医疗服务。

沧州日报社驻管庄下沉工作队为进一步做好下沉工作,满足广大村民在医疗健康方面的需求,全面提升管庄村村民

的健康水平,特意邀请沧州中西医结合医院糖尿病科、心脑血管科、妇科、骨科等多个科室专家为村民提供诊疗服务(上图)。

活动当天,村民早早来到村委会的义诊现场。专家们耐心细致地为村民解答各种健康问题。当天,共有70多位村民接受义诊服务。

孙崇旺 杨健 摄影报道

肃宁县内村

老人孩子免费摘瓜

本报讯(记者 崔春梅 通讯员 张博涵 齐书艺)日前,肃宁县尚村镇内村联合尚村镇新时代文明实践所、尚村镇巾帼志愿服务队举办西瓜采摘大型公益活动。

日前,尚村镇内村集体经济项目(合益源农场)的有机小

西瓜进入大规模成熟期。村委会邀请老党员代表、五保户、孤寡老人和留守儿童等采摘西瓜。吃着亲手采摘的西瓜,大家脸上笑开了花。据悉,本次活动共为老党员代表、五保户、孤寡老人和留守儿童等捐赠西瓜100多箱。