

风靡全印尼歌坛王玉莲 独特风格演唱会圆满举行



王玉莲演唱风采



王玉莲演唱风采



安溪合唱团演唱后合影,王玉莲老师(中间穿红衣者),林银满、潘兰妹伉俪(左六、左五)、陈贤德、郭丽云伉俪(右六、右五)



王玉莲老师(左四)演唱后,和AKL组合老师(右四)及成员们合影



RJ组合演唱风采

【本报讯】因疫情阔别三年后,著名声乐老师王玉莲年度演唱会于12月1日(星期五)在雅加达金莎国际大酒楼再度亮相,和歌迷们见面。王玉莲老师学生们、学生亲朋、歌迷们及柬请嘉宾约500人出席,整个大宴会厅座无虚席,场面空前热闹。演唱会由声乐老师叶飞任司仪。开场由王

玉莲的学生们登台演唱,他们倾情演唱,唱出了一定的水准,突显了王玉莲老师的专业指导。演出分上下两场,王玉莲老师身穿华丽衣裳闪亮登场,分别带来多首不同风格的中、印、英经典歌曲,并把每首歌曲都演绎得独特动听。演唱歌曲其中有:一剪梅、只剩下半条命你不要靠近我、一生所爱、驿

动的心、When a man love a women、你知道我在等你吗?、Stan By Me、请留住你的脚步、Cinta Karena Cinta、醒来吧!蕾蒙娜、Butet、快乐一家人、吻别等。值得一提的是,王玉莲老师带来《醒来吧!蕾蒙娜》,唱时全情投入,歌声加上哀求的表情表现的淋漓尽致,深深吸引住台下观众,唱

完后博得经久不息的掌声!王玉莲老师的演出排次紧凑,毫无冷场,精彩绝伦,让观众享受了一场丰富的歌唱盛宴,来宾们直至完场才离场。据了解,王玉莲老师举办演唱会已达15次,已推出14张个人专辑。
刘姓华 报道

泗水和谐俱乐部携手多位爱心人士举行系列献血活动



Lotte Mart在Lotte Mart Pakuwon Mall 张国胜与成员等合影



在PT GANARA CITY 张国胜与成员等合影

【本报泗水讯】2023年11月19日星期天,中午12点至16点,泗水和谐俱乐部与多个企业及组织举行一系列献血活动。与GJSA SUNGAI KEHIDUPAN和PT. PERSADA ARTA NIAGA在办公室PT. PERSADA ARTA NIAGA举行,报名者有43名,有21人合格,有22人不合格,通过者将获得泗水PMI的SNACK、牛奶和维生素包,本次献血活动将于2024年1月再次举行。

与PT GANARA CITY, 2023年11月19日星期天,早上7点至11点在PT GANARA CITY, Driyorejo, Gresik献血活动开始,其中49人报名,25人通过,24人未通过,泗水PMI将提供零食和维生素。本次献血活动将于1月2024年再次举行。与LOTTE MART PAKUWON MALL, 11月24日星期五,下午2点至6点在LOTTE MART PAKUWON MALL举行献血活活动,

其中71人报名,50人通过,21人未通过。LOTTE MART PAKUWON MALL 提供纪念品,泗水PMI将提供小吃。本次献血活动将于2024年2月再次举行。泗水市红十字会荣誉委员,献血活动积极推动者张国胜(Totok Sudarto)说,“这几项献血活动是社会福利活动,不收取任何费用,并且是例行进行,欢迎各界爱心人士踊跃加入,利人利己,何乐不为。”
evi/HK



献血活动情景

小孩也有关节炎! 如何照顾特发性关节炎病童?



吴昭仪医师

林口长庚医院 儿童过敏气喘风湿科
专长:过敏气喘、异位性皮肤炎、荨麻疹、儿童红斑性狼疮、关节炎等风湿疾病

小学6年級的阿伦是个街舞好手,但这2个月来一早起床左侧膝盖不好活动,而且两侧脚跟碰到就会痛,可是活动后关节就能慢慢舒缓。之后他的膝盖逐渐肿起来不能伸直,也伴随下背部疼痛影响每天早上上下床上课。阿伦被带到医院检查,诊断为儿童特发性关节炎。

儿童特发性关节炎

儿童特发性关节炎是儿童常见的自体免疫疾病之一,主要发生在16岁以下的儿童,是因为身体免疫系统失调,丧失了区别「敌人」和「自己」的能力,对自己的关节发动攻击引起发炎,导致关节慢性疼痛、肿胀和关节活动度受限。如果没能好好接受治疗控制发炎,有可能造成成长短脚、关节永久变形甚至残障。引起儿童特发性关节炎的原因目前仍然不清楚,一些遗传因素容易得到此病,但它并不是一种遗传性疾病,并不会由父母直接遗传给孩子。

跟成人风湿性关节炎的差异

儿童特发性关节炎跟成人的风湿性关节炎不一样,



除了好发年纪不同,儿童特发性关节炎依发炎的关节数、是否有发烧皮疹肝脾肿大、血清和基因型的检查等,区分成很多不同的亚型。相较于成人风湿性关节炎,儿童特发性关节炎比较常攻击膝盖、髋关节、脚踝、手腕等大关节,且有较好的预后(全身型及类风湿因子阳性多关节炎除外)。

运动

运动是每个孩子日常生活



儿童特发性关节炎发作时造成关节严重肿胀疼痛,影响病人日常生活

活的重要部分。儿童特发性关节炎治疗的目的之一就是尽可能让孩子过正常的生活。关节急性发炎时,建议要暂时休息、冰敷、配合医师指示用药,疾病缓解时循序渐进的锻炼和物理治疗,可以改善关节的活动性及稳定性、肌肉

强度、协调性和耐性,也可以逐步增强病童的信心。一些比较不会造成关节机械性损伤的运动,例如游泳和骑自行车,都是不错的选择。

饮食

一般来说,儿童需要符合其年龄的均衡饮食,小型的研究发现额外补充鱼油等不饱和脂肪酸可以减少病童非类固醇止痛药的用量,然而鱼油只能当作药物之外的饮食辅助并不能取代药物的使用。此外,虽然病童的维生素D普遍偏低,额外钙质和维生素D的补充对疾病的控制和骨质密度并没有明显的帮助。补药和转骨汤是不建议的。由于关节炎的病童并不是免疫力不好而是免疫系统错误了敌人,额外补

充抵抗力或是促进骨骼生长对关节炎并没有帮助,甚至可能适得其反。治疗时如果使用类固醇可能引起食欲亢进,服用类固醇的病童需要避免过量饮食,同时减少高热量及高盐食物。

长期预后

相较于成人风湿性关节炎,小朋友较少发生关节破坏,长期预后取决于不同的亚型和治疗的方案。随着生物制剂和小分子药物的发展,越来越多的病童有更好的疾病控制,甚至有病童可以完全停药仅需定期追踪。建议跟阿伦有一样问题的病友找好讨论,学习如何跟这个慢性疾病和平相处。