



▲陈鸣明副省长（中）、杨云理事长（右）在播州区视察残疾预防定点筛查机构



▲中国残联副主席吕世明亲切询问普定县马官镇荷包村肢残人杨兴康复状况

全国“残疾预防日”

国务院于2017年6月24日批复同意将每年8月25日设立为“残疾预防日”。今年，是全国第一个“残疾预防日”。

残疾预防核心知识 >>> >>>

有效控制出生缺陷和发育障碍致残

- 1.有计划怀孕，避免大龄生育。
- 2.远离烟酒，远离有毒有害物质，孕育健康宝宝。
- 3.主动接受婚前保健服务和孕前优生健康检查。
- 4.不偏食，补叶酸，科学补碘，合理控制体重。
- 5.防止孕早期感染，在医生指导下使用药物。
- 6.定期接受孕产期保健和产前筛查。
- 7.积极接受新生儿疾病筛查和访视。
- 8.密切关注儿童生长发育状况，定期参加健康体检。

努力减少伤害致残

- 1.照顾好儿童，防止溺水、跌倒、坠落等伤害。
- 2.营造安全家居环境，加强平衡锻炼，减少老年跌倒。
- 3.遵守交通法规，安全文明出行，预防交通事故。
- 4.购买正规产品，按说明书正确使用。
- 5.遵守安全生产规程，做好职业防护。
- 6.学习避险、逃生知识，提高自我防护能力。
- 7.掌握基本急救技能，科学处理损伤。

着力防控疾病致残

- 1.合理膳食，少油、少盐、少糖，多吃蔬菜水果。
- 2.坚持运动，吃动平衡，避免超重肥胖。
- 3.不吸烟少喝酒，远离二手烟。
- 4.学会自我健康管理，关注血压、血糖、血脂变化。
- 5.定期体检，及早发现疾病，及时治疗。
- 6.注意个人和环境卫生，远离传染源，及时全程接种国家免疫规划疫苗。
- 7.保持心情愉悦，与他人和谐相处，发现心理异常及时寻求专业帮助。
- 8.及时就医，遵从医嘱，规范治疗。

显著改善康复服务状况

- 1.尽早开展康复，避免残疾发生，减轻残疾程度。
- 2.树立信心，坚持系统康复训练。
- 3.科学适配辅具，提高生活质量。
- 4.勇敢面对残疾，主动走出家门。
- 5.家属积极参与，全面介入康复过程。
- 6.尊重差异，平等接纳残疾人。
- 7.爱护无障碍设施，主动为残疾人提供便利。



贵州残联

G U I Z H O U C A N L I A N



· 总第100期 ·
2017年第4期

内部资料 免费赠阅

贵州省残疾人联合会 主办



火焰山远眺

(二马/摄)



苗族银饰

- 贵州省第一次全国“残疾预防日”宣传活动隆重举行——省政府副省长、省政府残工委主任陈鸣明出席并宣布活动启动
- 中国残联副主席吕世明到贵州开展脱贫攻坚专项调研
- 中国残联党组成员相自成一行在贵州调研信息化和残疾人大数据建设工作
- 特殊艺术魂 多彩贵州风

登记证号：贵州省内资字第SK98号
准印证：(黔)字第2016359号

平等 | 参与 | 共享