



微信搜一搜
阳光每一天

科学保健 | 文化养生 | 膳食养生

阳光保健养生中心

Worldshine Adult Medical Day Care Center

专业护理 - 寻医问药, 咨询送诊
康复治疗 - 针灸推拿, 物理治疗
社工服务 - 福利申请, 心理咨询
交通服务 - 接送送诊, 购物出游
餐饮服务 - 专业厨房, 营养膳食
文化养生 - 琴棋书画, 诗词歌赋

感兴趣的耆老和家属请联系:
301-250-3555
孙女士 (注册护士)

用心做养老, 用爱护健康。



图书馆电脑阅览室

餐厅

阳光一部盖瑟斯堡新店开业
欢迎耆老前来参观体验!

全新全自动麻将桌

温馨的护士站

阳光会员专属带锁储物柜

室外活动区域

原生态室外环境

书法国画室

台球室

咨询加入、商业合作请联系: info@worldshinegroup.com
长期招聘RN, LPN, CNA, 司机, 帮厨, 保洁, 护理
服务人员, 艺术特长老师, 志愿者等。待遇优厚, 要求有服务
精神和团队协作意识, 感兴趣请短信联络 202-903-4530

盖瑟斯堡店: 700 Professional Dr, South Entrance, Gaithersburg, MD (近99大车)
Laurel店: 5801 Amendale Road, Suite D, Beltsville, MD (近马大)
Frederick店: 110 Thomas Johnson Dr, Suite 150, Frederick, MD (近Urbana)

www.worldshinecare.com

- 坚持行业最高服务标准, 为耆老创造最优养老环境。
- 阳光厨房自制健康营养美味的膳食养生餐。
- 会员可加入阳光合唱团、阳光京剧团、阳光乐团(民乐队、西乐队)、舞蹈团、越剧社、查经班、读书沙龙、园艺小组、台球小组等社团。
- 提供太极、手工、英文、书法、国画、素描、油画、摄影、乐队、钢琴、二胡、朗诵、烘焙、经络保健操、关节操、广场舞、等课程。
- 麻将、Bingo、益智游戏、棋牌游戏、庆生会、节日演出、外出游玩、买菜购物等丰富多彩娱乐活动。
- 会员可享受理发、按摩椅、剪指甲等服务
- 如符合资格, 我们可辅助您申请医疗白卡、中心资格
- 我们也欢迎自费会员加入。

与阳光同行 阳光耆老秋季系列活动之五

阳光一部举行关于“疼痛及康复”的医学讲座

随着越来越多的耆老们选择阳光、加入到阳光中心来, 中心护理部根据耆老们的身体情况, 以及大家平时比较关心的问题, 不定期的组织各类医学讲座, 让大家有机会和专科医生面对面, 了解他们关心的健康知识和身体保健信息。

鉴于目前已进入深秋, 天气日渐寒冷。不少耆老在冬季常伴有各种身体不适和疼痛。为此, 本期我们邀请了华府地区一位致力于康复医学和介入性疼痛管理领域的专科医生卢医生来到中心, 为大家介绍了几种身体常见的疼痛类型、疾病起因以及常规治疗方案。

身体疼痛管理和康复医学是现代医学重要的组成部分, 它涉及疼痛的评估、诊断、治疗和长期管理几个方面内容。首先疼痛分为急性、慢性、神经性和心理性疼痛四大类。而康复医学的主要目标是通过物理治疗、运动治疗、职业治疗和心理辅导等手段帮助病患们改善身体功能, 达到缓解疼痛和提高生活质量的目的。其中物理治疗包括力量训练、关节灵活度的训练、身体平衡与协调度的训练等方面, 适合有关节、肌肉和神经系统病情的患者选择; 运动疗法则主要是通过有氧和力量练习来提升人体心肺功能和关节灵活度; 而神经调控疗法主要是通过对顽固性神经疼痛进行脊髓刺激、药物注射等办法来减轻疼痛...

卢医生在讲座中不仅以大量的图片资料向大家介绍了疼痛管理的概要以及几种常见的疼痛管理误区等方面的知识, 还在现场耐心地为阳光耆老们答疑解惑现场问诊, 耆老们就自身的情况纷纷询问, 双方互动热烈。

会后耆老们纷纷表示, 该讲座让他们较为系统地了解到疼痛管理的相关知识, 大家的互动交流更是获益匪浅。



阳光耆老们积极地举手询问



卢医生手持模型耐心地讲解



阳光耆老们认真地聆听讲座



阳光保健养生中心