

山东大学齐鲁医院报

Qilu Hospital Of Shandong University News

山东大学齐鲁医院主办 全国统一刊号: CN37-0833/(G) 2019.07.30 出版 第 538 期

主编

吕军

执行副主编

于莉娟

美术设计

周翔宇



山东省优秀医院院报



扫码阅览

齐鲁医院报数字版

国家卫健委科教司调研组 来院调研科技创新情况



制图 / 周翔宇

要闻

国家卫生健康委
老龄司来院调研

— 2 版 —

综合

山东省妇科质量
控制中心成立挂
靠齐鲁医院

— 3 版 —

医教研

齐鲁医院牵头全
国 43 家医院开展
QL0911 项目 III
期临床试验

— 4 版 —

医学科普

5

专版

守望相助, 扶危济困
海南省保亭县帮扶团
队圆满完成帮扶任务

— 6/7 —

副刊

8

本报讯 7月15日, 国家卫生健康委科教司监察专员刘登峰一行来医院调研医学科技创新情况, 山东省卫生健康委党组成员、副主任秦成勇陪同调研并主持会议。山东大学齐鲁医学院党委书记、齐鲁医院党委书记侯俊平出席调研座谈会并讲话, 院长陈玉国作工作汇报。

侯俊平在讲话中表示, 在国家卫健委和省卫健委的正确领导下, 医院注重加强科研平台建设、整合凝练学科研究方向, 实施临床研究提升工程, 加大科研经费投入, 已经打造形成了门类齐全的学科体系、实力雄厚的人才队伍和国内先进的医疗、教学、科研平台, 具有过硬的医疗、教学和科研综合能力。未来围绕创新医院

将继续夯实科技基础、强化战略导向、加强科技供给、深化改革创新、培育创新人才。

陈玉国作了题为“传承百年优秀文化, 促进医学科技创新”的工作汇报, 全面介绍了医院的历史文化、发展现状和战略规划。他表示医院将维护人民健康的主阵地、代表国家医学水平的主力军、冲击世界医学高峰的先锋队作为新时代方位下的目标使命, 积极争创国家区域医疗中心, 努力在健康中国、健康山东战略实施进程中发挥“国家队”医院应有的作用。

“重大新药创制”科技重大专项子课题负责人高海青作了“心血管疾病预防新药临床评价研究技术平台建设”的工作汇报, 介

绍了科技重大专项项目实施情况、医院 I 期临床实验室建设情况和医院临床药理基地建设情况(II/III 期)等方面的内容, 就完善药物评价体系, 促进医学科技创新等方面的工作做了具体汇报。

调研组认真听取了汇报, 并就相关工作与项目组和医院相关职能部门进行了交流和讨论。刘登峰充分肯定了齐鲁医院在科技创新工作上的成绩和贡献, 他表示齐鲁医院作为医疗卫生行业的一面旗帜, 在学科建设、人才培养和科技创新领域做出了很好的成绩。医学科技领域的发展瞬息万变, 齐鲁医院要抓住机遇, 重视科研创新工作, 希望医院发展成为医学科研发展的高地、医学高

端人才汇聚的基地、医学科技成果创新转化的基地, 也期待医院成为医学科研管理的模范典型, 发挥项目依托单位的示范引领作用。他强调医院是医学科技创新的先锋队, 国家卫健委是医学科技创新的后勤战略基地, 将努力支持好齐鲁医院加快发展, 更好地促进医学科技创新发展和全民健康水平的提升。

国家卫生健康委科教司重大专项处处长顾金辉、国家卫生健康委科教司重大专项处主任科员柴慧婷、国家卫生健康委科教司重大专项处项目主管时宇静参加调研。山东省卫生健康委科教处二级调研员王志锋、院领导纪春岩、程玉峰, 有关部门负责人陪同调研。(卜丽娟)

机关党总支举行习近平讲话精神专题学习

本报讯 7月17日,机关党总支举行了学习习近平在中央和国家机关党的建设工作会议上的重要讲话精神专题学习活动,党委书记侯俊平、党委副书记林亚杰出席会议并讲话,党委副书记、纪委书记陈莹颖出席会议,机关党总支书记陈明菊主持会议。机关党总支四个党支部的党支部书记和支委、总务党总支和门诊党总支代表等参加活动。

侯俊平在讲话中指出,提升机关服务能力要以提升组织力为重点,充分发挥党支部的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用,达到让群众和职工有幸福感、机关有持续发展能力的建设目标。侯俊平强调,医院机关各级党组织,要建设成为能担当、会担当的学习型组织,树立规矩意识、纪律意识,执行严格教育培训、管理考核、追责问责管理机制;要践行新时代好干部标准,把干净和担当、勤政和廉政统一起来,勇于挑重担子、啃硬骨头、接烫手山芋。侯俊平希望各党支部将加强机关党建与“我爱齐鲁 做合格齐鲁人”大讨论活动充分结合,进一步统一思想强化共识,增进爱岗爱院情感和凝聚力向心力,加强协调、沟通,为实现医院建设目标共同努力。

林亚杰在讲话中指出,习近平总书记的讲话树立了大抓基层的鲜明导向,旗帜鲜明地把各级党委的注意力引导到抓基层打基础上来。各机关党支部一定要结合文件,认真学习,领会精神,切实提高政治站位,真正用理论武装头脑,增强“四个意识”,做到“两个维护”。

陈明菊领学了《习近平出席中央和国家机关党的建设工作会议重要讲话》内容,对文件重要精神和“金句”作了解读,并结合党总支工作,谈了在讲话精神的指引下如何更好地开展机关服务工作。随后,机关党总支四个党支部的支委代表王强强、费剑春、魏华刚和赵欣依次作了主题发言。

(董艳艳)

国家卫生健康委老龄司来院调研

本报讯 7月17日,国家卫生健康委老龄司一级巡视员张晖一行来院调研老年健康服务体系建设专项工作,齐鲁医院院长陈玉国出席会议并做工作汇报。山东省卫生健康委老龄健康处处长孙岱俊陪同调研并主持会议。

会上,陈玉国作了题为“传承百年优秀文化,争创国家医学中心”的工作汇报,全面介绍了医院的历史文化、发展现状和战略规划。他表示山东省是人口大省,老年人口数量迅速增加,老年患病人数不断上升,人口老龄化形势严峻,医院将从老年人健康需求出发,着力构建健全、完善的老年健康服务体系,为健康中国、健康山东战略实施做出应有的贡献。

老年病科主任程梅汇报了医院老年健康服务工作,介绍了老年病科的学科建设、学科特色、科研工作、重点实验室和学术交流概况,以及康复中心和康复护理的情况。

调研组一行围绕老年健康服务体系建设工作和医院相关职能部门负责人进行了交流和讨论。张晖充分肯定了医院老年健康服务方面取得的成绩,他表示,下一步国家将推动建立完善的覆盖城乡、综合连续的老年健康服务体系,包括健康教育、预防保健、疾病诊治、康复护理、长期照护、安宁疗护等,希望医院建设成覆盖医疗服务、硬件设施和人文关怀各个维度,匹配老年人的特点和需求,技术服务更加优化的“老年友善医院”。同时大力

发展“医养结合”产业,把“互联网+医疗健康”服务模式延伸到基层,更加方便老年人就近康复养老,更好地发挥“国家队”医院应有的示范引领作用。

张晖一行还来到老年病房和远程心电监护中心实地考察参观,对医院老年医学建设和远程心电监护等给予高度评价。

国家卫生健康委老龄司健康服务处副处长刘明,中华护理学会老年专委会秘书、朝阳医院老年科护士长蔺建宇等参加调研。山东省卫生健康委老龄健康处副处长于风华陪同调研。医院副院长纪春岩、田辉,老年病科高海青及相关部门负责人参会。

医院党委中心组学习《“健康中国 2030”规划纲要》和中央关于公立医院党建有关精神

本报讯 7月15日,党委书记侯俊平主持召开医院党委理论学习中心组会议,学习贯彻《“健康中国 2030”规划纲要》和中央关于公立医院党建有关精神,院长陈玉国出席会议。

会上,党委副书记苏华领学了《“健康中国 2030”规划纲要》有关内容,党委副书记林亚杰领学了中央和国家卫生健康委关于加强公立医院党的建设有关文件精神。与会领导班子成员结合分管工作谈了感想体会。

听取大家发言后,侯俊平强调,目前医院正处于“由大到强”的关键时期,党的领导是推动医院改革发展的最大优

势。新形势下加强医院党的建设,是贯彻党要管党、全面从严治党的必然要求,是深化医改、推动医院各项事业发展的政治保证,也是促进医院服务能力水平提升的有效途径。侯俊平指出,医院党的建设要紧紧围绕医院的中心工作,既要在宏观上与医院发展战略同布置、同促进,更要在微观层面做到与医教研工作协同发展,切实把党建工作“融入业务、融入基层、融入灵魂”,着力解决业务与党建两张皮的问题。要抓班子、管干部,当好医院改革发展“领头雁”;要抓人才、建队伍,打造科学合理的人才梯队;要抓党风、促行风,营造风清气

正的业务环境;要抓文化、强思想,凝聚医院改革发展正能量。侯俊平强调,要坚持和加强党对医院的全面领导,坚持党要管党、全面从严治党,把政治建设摆在首位,把思想建设抓在经常,以提升组织力为重点加强基层党组织建设,狠抓作风建设与党风廉政建设,不断提升医院党建工作水平。

院领导陈莹颖、刘庆、纪春岩、焉传祝、程玉峰、田辉、张万民,医院党委委员、青岛院区党委书记马祥兴,院长助理于承浩以及相关职能部门负责人、部分党总支书记参加会议。

(李宁)

齐鲁医院赴夏津县启动对口支援工作

本报讯 7月16日,山东大学齐鲁医院与夏津县人民医院对口支援协作医院揭牌仪式举行。山东大学齐鲁医院院长陈玉国、副院长田辉,夏津县委书记才玉璞、副县长曲传增出席仪式,齐鲁医院医务处副处长费剑春及7个临床科室的主任、副主任,夏津县各乡镇卫生

院院长、夏津县医院班子成员及县医院中层干部、乡村医生代表共计200余人参加了启动仪式。夏津县卫建局局长杨秀英主持揭牌仪式。

揭牌仪式上,陈玉国和才玉璞共同为合作项目揭牌。仪式结束后,陈玉国一行实地查看了夏津县人民医院胸痛中

心建设情况及新内科病房综合楼建设进度。随后,齐鲁医院胸外科、神经外科、妇产科、内分泌科、化疗科、放疗科、超声科7个临床专业的专家团队在县医院进行了义诊服务,受到当地群众的热烈欢迎。

(董艳艳)

张茂宏教授先进事迹登上“学习强国”平台

本报讯 7月16日,耄耋之年初心不改、依然奋斗在临床一线发挥余热的张茂宏教授,以《与新中国同行的张茂宏:学无止境 做一个不掉队的卫生兵》为题的先

进事迹登上“学习强国”平台。

为庆祝新中国成立70周年,齐鲁医院宣传统战部设立“我与共和国同行”微信栏目,通过采访张茂宏教

授的从医感悟、亲历的重大历史事件、严谨的科学学风、博大的人文精神等方面,更好地传承齐鲁人“博施济众、广智求真”的医院精神,让医院全体职工学习张茂宏教

授热忱待人、严谨做事、辛勤耕耘、潜心研究、创新进取的精神品质,特别是让医院青年一代深刻领悟,在全院范围内掀起一股学习热潮。(李小诗)

胸外科主办食管癌规范术式中国行活动

本报讯 7月14日,由中国抗癌协会食管癌专业委员会组织发起、山东大学齐鲁医院胸外科主办的“与食俱进”——食管癌规范术式中国行走进济南。山东大学齐鲁医院院长陈玉国出席开幕式并致辞,副院长田辉教授主持会议,中国抗癌协会食管癌专业委员会主任委员于振涛教授,山东第一医科大学第一附属医院蒋仲敏教授,苏州大学附属第一医院郑世营教授,黑龙江省肿瘤医院马建群教授等多位国内知名食管癌方面的专家以及全国200多位专家学者齐聚一堂,共话食管癌的诊疗。

田辉在会上介绍,食管癌是常见的消化道肿瘤,它的发生和环境、饮食、遗传、营养、癌前疾病等多个因素有关,世界上60%的食管癌都发生在中国,每年大约有20万人死于食管癌,我省属于食管癌高发省份。

会上围绕食管癌规范化治疗、吻合口专题、淋巴清扫专题和食管癌热点话题等进行了专题讲座。还对食管癌诊疗方面的新技术、新成果和新发展进行了多方面的探讨和研究。除了知名专家作专题演讲外,本次会议还通过专家点评、嘉宾讨论等多种形式进行学术互动交流。(李树海)

医院承办山东省老年医学学会骨科分会 2019 年年会

本报讯 7月13日,由山东省老年医学学会骨科分会主办,山东大学齐鲁医院承办的山东省老年医学学会骨科分会2019年年会在济南召开。山东大学齐鲁医院党委书记侯俊平,山东省老年医学学会会

长、山东大学齐鲁医院中医科主任刘德山,山东省医学会骨科分会主任委员、山东大学齐鲁医院骨科主任李建民出席开幕式并致辞。会议由山东省老年医学学会骨科分会秘书、山东大学齐鲁医院脊柱外科祁

磊主持。来自全省骨科方面的600余名专家学者参加本次会议。

此次会议充分展示了我国老年医学骨科专业领域取得的进展和成就,大会通过国内知名专家讲座、专家点评、嘉宾讨论等形式展开学

术交流。参会专家还就老年医学及骨科疾病在基础与临床研究方面的新技术、新成果和新发展做了多方面的探讨和研究。

此外,大会进行了山东省老年医学学会骨科分会换届改选,山东

大学齐鲁医院脊柱外科副主任潘新教授当选新一届骨科分会主任委员。分会同时成立青年委员会,并成立脊柱脊髓学组、脊柱微创学组、脊柱畸形学组、颈椎学组、腰椎学组、膝关节学组。(祁磊)

山东省妇科质量控制中心成立挂靠齐鲁医院

本报讯 7月12日，山东省妇科质量控制中心成立大会在济南举行。省卫生健康委医政医管处调研员王海明，省卫生健康委医政医管中心副主任闫保华，省质控中心管理办公室主任饶林，医院党委副书记苏华等出席会议，来自全省16地市的三级医院妇科专业负责人组成省妇科质控中心专家委员会参

加会议。会上，闫保华宣读山东省妇科质量控制中心成立文件，依据《医疗机构管理条例》及《山东省医疗机构质量控制中心管理办法》的有关规定，经严格的资料审核和资质考核程序，山东省卫生健康委成立妇科质量控制中心，并挂靠山东大学齐鲁医院。医院妇产科主任杨兴升

教授担任首届质控中心主任，孔北华教授担任名誉主任，崔保霞、崔竹梅、李长忠、刘乃富、荣风年、尹格平和朱琳等教授担任副主任，苑存忠和顾伟亭担任秘书。

苏华在致辞中表示医院将全力支持妇科质量控制中心各项工作的开展。山东省妇科质量控制中心主任杨兴升教授发言。王海明、

闫保华、饶林、苏华、杨兴升共同为山东省妇科质量控制中心揭牌。授牌结束后，王海明调研员发表讲话。

成立仪式结束后，杨兴升教授介绍了山东省妇科质控中心的职责与任务，部署了今后的工作重点与计划。山东省千佛山医院荣风年主任做了《谈宫腔镜手术质量控制

的重要性》的讲座。山东省立医院李长忠主任针对《妇科快速康复SOP及量化指标体系的应用》进行了培训。随后所有与会人员对妇科质控中心的任务与职责、今后如何开展工作以及市级妇科质控中心的组建及运行情况进行了热烈的讨论。

(苑存忠)

医院连续第五年派出国家巡回医疗队赴甘肃

本报讯 7月22日，医院2019年赴甘肃国家巡回医疗队踏上了赴甘肃省甘南藏族自治州巡回医疗活动的征程。这已经是医院连续第五年派出国家巡回医疗队赴甘肃偏远地区。

医疗队由医务处副处长费剑春带队，心内科郭涛、中医科乔云、普外科刘少壮、泌尿外科刘希高、妇产科王鸿雁、肝病科韩婕六位专家组成。按照国家卫生健康委的要求，医疗队将在甘肃省甘南藏族自治

州进行为期一个月的医疗巡回工作。

医疗队到达后，受到了当地政府和群众的热烈欢迎，媒体跟踪报道，并召开了专题座谈会。

(董艳艳)

民革齐鲁医院举行第四届支部换届选举

本报讯 7月11日，民革山东大学齐鲁医院支部举行第四届支部换届选举会议。医院党委宣传统战部部长吕军、副部长于莉娟，民革齐鲁医院第三届支部主委、医院科研处处长吕明出席会议。民革山东大学委员会主委刘玉光主持会议，民革齐鲁医院支部14名党

员参加会议。

会上，吕军对民革齐鲁医院支部的工作表示肯定，并对支部下一步的工作提出了建议和要求。吕明作了第三届支部工作总结。

会议经民主选举产生了新一届的支部委员，江玉泉当选支部主委，岳寿伟、张丽当选

支部委员。江玉泉作了表态发言，表示将带领全体党员认真贯彻落实党的十九大精神，始终坚持中国共产党的领导，努力营造多党合作的良好氛围，切实履行参政议政职能，发挥优势，积极参与议政，建言献策，努力服务于社会。

(李咏梅)

医院承办山东省第三次护患安全管理学术会议

本报讯 7月20日，山东省护理学会主办、山东大学齐鲁医院承办的山东省第三次护患安全管理学术会议在济南举办。山东省科协学术部部长葛玉芝出席开幕式并致辞，山东省护理学会副理事长栾晓嵘出席会议并讲话，山东省护患安全管理专业委员会主任委员董来东主持开幕式。业务科室护士长王超、张秀英、刘考以及来自全省39家医疗机构的200余名护理同仁和

志愿者参加交流会。

大会邀请国内知名专家、中国政法大学郑俊果教授作了“幸福哲学与智慧人生”的专题报告。会议通过国内知名专家讲座、专家点评、嘉宾讨论等形式展开学术交流，从立足本职工作，拓展护理视野，追求卓越发展，以提升护理人员整体素养，培养医务人员法律思维为切入点，重点讨论护士的职业规范、护理工作法律风险、患者安全管理、

纠纷风险防范、护理科研创新思路与方法等。会上，在众多关于护患安全管理方面的论文投稿中，评选出一等奖1名、二等奖2名、三等奖5名共计8名优秀论文获奖者，分别进行论文结果分享，由董来东、郑俊果为获奖者颁奖。

会上，董来东被聘请为睿医药商学院“卫生健康管理高级研修班”教授，郑俊果教授为董来东颁发聘书。

(张明明 米硕)

口腔科举办2016级规培学员结业茶话会

本报讯 7月15日下午，为庆祝口腔科2016级规培学员圆满完成3年规培学习，总结三年来规培工作经验，口腔科举办2016级规培学员结业茶话会活动。

口腔科主任刘少华、口矫科主任张士杰、口内科主任王卫之、护士长杨学馨、规培处代表刘振华、口腔科规培秘书刘超、口腔影像科吕志磊以及十余名2016级规培学员共同参加了本次活动。

刘少华总结了过去三年大家的付出与收获，对大家美好的前程寄予厚望，并以一名老医生的身份语

重心长地向大家传授自己多年的临床经验，特别强调了医患沟通与人文关怀对于医生职业生涯的重要性。张士杰以“齐家治国平天下，竞岗爱业爱齐鲁”点题，将临床以及人生经验传授给大家。刘振华表示在与大家三年的相处中，感受到了各位的成长，并欢迎大家对规培工作提出自己的意见或者建议。最后由2016级规培学员黄莹莹分享自己作为规培学员的心得体会，引起了在座学员们的共鸣。

(刘超)

武永军荣获山东省医学工程师监护仪技能竞赛全省第一名

本报讯 7月21日，山东省医学会举办山东省医学工程师监护仪技能竞赛。齐鲁医院供应处辛海荣、武永军两名选手在笔试环节技压群雄，双双进入复试环节，最终武永军以全省第一名的总成绩获得代表华东区参加全国医学工程师技能竞赛的资格。

此次竞赛为山东省医学工程领域的高端赛事，吸引了来自全省30多家医院50余位医学工程师报名

参加。大赛邀请了山东省内医学工程领域的知名专家担任评委。此次竞赛分为基础理论测试、实操测试两个环节，经过严格筛选、层层选拔，最终取得比赛前三名的工程师，将于11月代表华东区（华东五省一市）参加由中华医学会、中华医学学会医学工程分会举办的第二届全国医学工程师技能竞赛。

(武永军)

简讯

近日，山东大学齐鲁医院减重患者小庄，同胃肠外科的主治医生及数名护理人员一起，度过了一个难忘的21岁生日。

(路倩)

7月11-12日，山东省第十二次医学工程学术会议暨首届东亚医学工程高峰论坛在威海成功召开。齐鲁医院供应处李彬在大会表彰中获得“优秀管理个人”荣誉称号，林子昂在大会演讲比

赛中斩获二等奖。

(林子昂)

7月12日，为庆祝新中国成立70周年、重温红色历史、激发工作人员的责任意识及党性修养，静脉用药调配中心组织20名科室骨干，19名见习、实习以及进修人员开展“重温党史 不忘初心”参观中共山东省党史馆活动。

(周雪妹 杨萍)

“青春逐梦，行远思恩”——消化内科举办青春诗会

本报讯 7月11日晚，消化内科第二届青春诗会在新兴楼举行。消化内科李延青教授、左秀丽教授，教育处副处长徐翠香和科室全体医护人员参加诗会。本次诗会以“青春逐梦，行远思恩”为主题。

消化内科的医师们拿起内窥镜也放得开歌喉，他们白天穿梭在病房和门诊之间，只能晚上抽

出时间排练，其中饱含对科室的热爱，精彩的节目不仅展现出一线青年医师的工作热情，还充分体现了消化内科的勃勃朝气和浓厚的人文气息。同时，在读研究生们的独唱、合唱、舞蹈、舞台剧穿插其间，使得本届诗会精彩纷呈、美妙绝伦。

在合唱《如果明天就是下一生》中，诗会逐渐进入尾声，左

秀丽主任为诗会进行结束致辞。左秀丽深情感怀年轻医生的辛勤和努力，对研究生们的临床和科研生活给予了温柔的鼓励和美好的祝福，同时对大家团结一心的凝聚力和五彩缤纷的创意进行了充分的肯定和赞扬，最后对消化内科的未来发展提出了美好的希冀。

(顾湘 李晓瑜)

齐鲁医院牵头全国 43 家医院开展 QL0911 项目 III 期临床试验

本报讯 近日，血液系统疾病用药注射用重组人血小板生成素拟肽 -Fc 融合蛋白 (QL0911) III 期临床试验大型研究会议在济南举办，该项目由山东大学齐鲁医院担任牵头单位，全国共计 43 家医院参加研究，项目组长单位主要研究者侯明教授、药理基

地王白璐，以及来自全国各地专家近 200 人参加会议。

会上，针对该类血液病国内可供选择的种类稀少、且品质急需提高的现状，侯明教授项目组介绍了 QL0911 项目研究的背景、进程、药物特性、入排标准、治疗方案、风险防范、质量控制

、数据管理等。王白璐紧密围绕国家药品监督管理局新药审评的要求，与到会专家对临床试验的设计与实施进行讨论，确保临床试验高质量的开展。

原发性免疫性血小板减少症 (Primary Immune Thrombocytopenia ITP) 是一

种获得性自身免疫性出血性疾病。目前国内可供选择的有效、安全、经济的 ITP 治疗药物有限，为了满足国内临床需要，我国自主研发了罗米司亭 (Nplate) 的生物类似药——注射用重组人血小板生成素拟肽 -Fc 融合蛋白 (QL0911)，拟用于治疗糖皮质激素、丙种球蛋白和脾切除疗效不佳或者复发的 ITP。该药的研发将会实现药物的有效替代，对大幅降低患者用药经济负担，让老百姓用得上、用得起优质高效的好药具有重要意义。

(姜波 王白璐)

医院主办第二届齐鲁肾脏病论坛

本报讯 7 月 19-21 日，由山东省研究型医院协会肾脏病学分会、山东大学齐鲁医院主办，美洲华人肾脏病学会、临沂市人民医院协办的第二届齐鲁肾脏病论坛暨山东省研究型医院协会肾脏病分会第二次学术会议、美洲华人肾脏病学会学术会议在山东省临沂市举办。大会邀请山东大学齐鲁医院泌尿内科主任、山东省研究型医

院协会肾脏病分会主任委员胡昭教授，山东省研究型医院协会副秘书长王兴步教授，临沂市人民医院副院长车峰远教授，美洲华人肾脏病学会主席庄守纲教授，中国研究型医院协会肾脏病分会副会长刘必成教授出席会议并分别致开幕辞。美国以及北京大学、浙江大学、南京军区总医院等二十多位肾脏病相关领域的国际及国内

专家，来自全省 16 地市以及周边省市约 200 名代表参会。

会议积极响应“健康中国”战略实施，围绕肾病医学领域前沿理论、先进技术、最新研究和最新实践等问题，构建发展肾病医学事业的交流平台，共同探讨新形势下肾病医学事业的改革和发展。大会邀请来自美洲华人肾脏病学会的庄守纲、何

慈江、董政教授，国内的名肾脏病学者蓝辉耀、李学旺、梅长林、李雪梅、刘必成、郝传明、张宏、易凡、吴广礼、吴永贵、张凌、赵景宏、王玉柱、吕继成、刘少军、唐琳、王兴步、韩辉、胡昭等作专题报告。与会代表在会后与专家进行了面对面的交流。

(刘广义)

耳鼻咽喉科在第四届全国头颈外科年会上再创佳绩

本报讯 7 月 11-14 日，由中华医学会中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会头颈外科组、中华医学会耳鼻咽喉头颈外科学分会头颈外科学组以及世界耳鼻咽喉头颈外科杂志 (英文) 共同主办的 2019 年第四届全国头颈外科年会在重庆市举办。山东大学齐鲁医院耳鼻咽喉科主任潘新良教授作为本次大会的执行主席，积极参与会议的筹备工作，并组织医院中心院区及青岛院区 24 人参会。

全国头颈外科年会是我

国头颈外科领域一年一度的盛会，备受全国耳鼻咽喉头颈外科医师重视，本次会议规模及参会人数再创新高。潘新良教授主持大会开幕式，并作题为《下咽癌治疗的历史和现状》的特邀专题报告，系统回顾了咽癌诊治的发展与演变，阐明了当代下咽癌治疗的新特点及面临的挑战，提出了个体化外科治疗以及以 MDT 为基础的精准综合治疗将是下咽癌治疗的发展趋势。雷大鹏教授、刘大昱教授、袁英教授等受邀进行了专题讲座，结

合耳鼻咽喉科的传统优势及创新等，对本专业的新进展进行了阐述和总结。此外，潘新良教授应邀展示了“择区域性颈淋巴结清扫术”、“气管切开+颈清扫+下咽癌切除术”的手术视频，并带领耳鼻咽喉科手术团队完成了 1 例“气管切开+择区域性颈淋巴结清扫+声门旁间隙入路梨状窝癌切除术”的直播演示。潘新良教授先进、规范的外科理念以及娴熟稳健的手术风格，获得了特邀嘉宾及与会代表的高度评价。

“青年医师手术视频大赛”是头颈外科年会的重要环节，本次大会全国共有 80 余位医师投稿参赛，经评审专家初审，43 位青年医师入围决赛。会上，选手们按颈淋巴结清扫术、喉癌经口激光手术、喉癌开放性手术三种术式进行了现场展示。大赛共评出一等奖 4 名，二等奖 5 名，三等奖 7 名。齐鲁医院耳鼻咽喉科青年医师在比赛中喜获一等奖 1 名，二等奖 3 名，优秀奖 5 名。

(曹晟达 魏东敏)

全科医学科赴云南陇川开展乡村医生培训活动

本报讯 7 月 5-7 日，作为中国全科医学青年联盟的成员，山东大学齐鲁医院郑春燕副主任医师携同全科医学科韩露、刘慧主治医师远赴云南德宏傣族景颇族自治州，参与“春苗计划”云南陇川站的乡村医生培训活动。

本次培训旨在帮助乡村医师顺利通过全科执业助理医师考试，来自各级乡村卫生院约 50 名乡村医生参加培训。郑春燕为乡村医生们讲述了有关全科医疗、全科医生以及部分常见症状的内容。韩露、刘慧也分别就常见症状如发热、胸痛、水肿等对乡村医生展开理论知识培训。活动中，广大乡村医生求知若渴，课堂气氛活跃，互动频繁，均表示在培训活动中收获颇多，加深了对理论知识的记忆和理解。

“春苗计划”是我国第一项针对乡村医生的系列培训活动。2017 年起受上海市慈善基金会资助，“春苗计划”贵州剑河站和云南陇川站的培训工作正式启动，目前已完成针对乡镇卫生院管理人员的培训。2019 年 4 月起将针对两地乡村医生实施技能和理论知识培训，以针对性地增强乡医基层医疗服务能力。

(刘慧)

徐淑军当选首届省康复医学会意识障碍与促醒分会主任委员

本报讯 7 月 12 日，山东省康复医学会意识障碍与促醒分会成立大会暨第一次意识障碍与促醒学术会议在泰安举办。山东省康复医学会会长、齐鲁医院康复科主任岳寿伟出席会议并讲话，山东省康复医学会副秘书长杨涛主持会议。齐鲁医院神经外科徐淑军教授当选该分会主任委员。神经外科陈腾教授、康复科张杨教授等 12 人当选副主任委员。

会议邀请解放军总医院第七医学中心何江弘教授，天津武警医学院附属医院董月青教授，北京协和医院魏俊吉教授等全国知名专家作学术报告，全面介绍了意识障碍外科治疗的相关知识，解读了中国慢性意识障碍神经调控外科治疗专家共识，通过不同的病例深入探讨了最前沿的学术研究成果，并就临床实践中的难点和热点展开了充分讨论。

意识障碍促醒，也被称为植物人促醒，是通过外科手术的方式促进意识障碍患者恢复意识。意识障碍的外科治疗是功能神经外科的重要分支，徐淑军教授于 2017 年 11 月成功开展医院首例脊髓电刺激植入术治疗患者意识障碍。经过 1 年 8 个月的随访，治疗效果明显，患者意识水平较术前明显提高。

(杨宁)

2019 山东康复学术年会暨康复医学泰山峰会举办

本报讯 7 月 12-14 日，由山东省康复医学会主办的 2019 山东康复学术年会暨康复医学泰山峰会在泰安举办。山东省康复医学会会长、齐鲁医院康复医学科主任岳寿伟教授出席开幕式并致欢迎辞。来自全省及周边省市康复医学及相关专业的医师、康复治疗师、康复护士约 1500 名代表参会。

本次会议以“聚焦新时代，引领新康复”为主题。会议积极响应“健康中国”

战略，搭建了高水平康复医学交流平台，围绕康复医学领域前沿理论、先进技术和临床实践问题，开展了共同探讨新形势下康复医学学科建设及康复医学事业发展战略。会议邀请江苏省人民医院、四川大学华西医院、华中科技大学同济医学院附属同济医院、复旦大学附属华山医院、山东大学齐鲁医院、上海中医药大学、西安交通大学第二附属医院、南京医科大学附属苏州医院等国内

知名医院及院校的专家就康复医学前沿领域问题作了 9 场大会发言。山东省康复医学会康复护理专委会主任委员、齐鲁医院护理部主任栾晓嵘教授，意识障碍与促醒专委会主任委员、齐鲁医院神经外科副主任徐淑军教授，儿童康复专委会主任委员、齐鲁医院儿科雷革非教授，手足康复专委会主任委员、齐鲁医院手足外科朱磊教授，妇科肿瘤康复专委会主任委员、齐鲁医院妇产科张师前

教授，脑血管病康复专委会主任委员、齐鲁医院康复医学科王永慧教授，康复治疗专委会主任委员、康复医学科张杨教授作专题讲座。会议共设 10 个分会场，包括神经康复、骨科康复、康复治疗、康复护理、整合康复、手足康复、儿童康复、精神康复、妇科肿瘤康复、意识障碍与促醒康复、晋冀鲁豫四省病例讨论等，进行了 40 余个专题讲座、10 余场病例讨论及实操工作坊。

(怀娟)

多吃蔬菜要做到“三多一均衡”

营养科 赵妍

高血压了多吃蔬菜，高血脂了多吃蔬菜，高血糖了多吃蔬菜，想减肥多吃蔬菜，想通便多吃蔬菜，想皮肤好多吃蔬菜。越来越多“多吃蔬菜”回荡在我们的周围。可见蔬菜对于健康的重要性越来越引起人们的重视，但是根据调查发现，我国居民蔬菜摄入量逐年下降。《中国居民膳食指南》推荐“餐餐有蔬菜，需要保证每天摄入 300~500g 蔬菜，而且深色蔬菜应占 1/2”。而现实中数据告诉我们，很多人蔬菜摄入不足，甚至连指南推荐的一半量都没有达到，尤其是经常在外就餐和订外卖的人群。

为什么要多吃蔬菜？

那么为什么要多吃蔬菜呢？简单来说，蔬菜有很多优点，例如，水分多、能量低，能提供多种维生素、矿物质、膳食纤维及植物化学物。一般新鲜蔬菜含 65%~95% 的水分，多数蔬菜含水量在 90% 以上。其中大部分能量较低，一般不超过 30kcal/100g。特别是蔬菜含有的植物化学物更是其他种类食物中没有的，目前已知的植物化学物约有几万种，广泛存在于蔬菜等植物中，主要有类胡萝卜素、植物固醇、植物多糖、芥子油苷、多酚、单萜类、有机硫化物等，其中很多已作为

保健食品的功效成分广为应用。植物化学物具有抗氧化、调节免疫力、抑制肿瘤、抗感染、降低胆固醇、延缓衰老等功能，因此它具有保护人体健康和预防诸如心血管疾病和癌症等慢性疾病的作用。如十字花科蔬菜（甘蓝、菜花、卷心菜等）富含有机硫化物，它是以糖苷形式存在的主要抑癌成分。

循证研究发现，多吃蔬菜可维持机体健康，有效降低心脑血管疾病（高血压、冠心病、中风）、肿瘤（肺癌、食管癌、结肠癌）和 2 型糖尿病等慢性病的发病风险以及肥胖、便秘等的发生。另外，研究还发现，吃蔬菜少的人群中肠道里的微生物多样性降低，而且他们的后代肠道里微生物种类也会比较少，而体内微生物种类少和免疫疾病，还有肥胖都有关系。

怎样才算多吃蔬菜？

怎样才算多吃蔬菜呢？仅仅每天达到 300~500g 就够了吗？简单数量达到只是其一，其二还应该做到品种多，品种多就是要选择多个种类，而不是长期只吃两三种，因为蔬菜按其结构和可食部位不同，分为叶菜类、根茎类、瓜茄类、鲜豆类、花芽类和菌藻类。由于不同种类蔬菜其营养成分含量差异较大，只有选择不

同品种的蔬菜合理搭配才有利于健康。例如嫩茎、叶、花菜类蔬菜（如油菜、菠菜、西兰花）富含 β -胡萝卜素、维生素 C、叶酸、矿物质。一般深色蔬菜中的 β -胡萝卜素、维生素 B2 和维生素 C 含量均较高，而且含有更多的植物化学物。受光合作用影响，叶类蔬菜的维生素含量一般高于根茎部和瓜菜类。十字花科蔬菜（如甘蓝、菜花、卷心菜等）富含植物化学物如异硫氰酸盐，菌藻类（如口蘑、香菇、木耳、紫菜等）含有蛋白质、多糖、 β -胡萝卜素、铁、锌和硒等矿物质，海产菌藻类（如紫菜、海带）中还富含碘。所以我们要保证数量充足，品种丰富。不仅仅餐餐有蔬菜，而且要保证在一餐食物中，蔬菜重量大约占 1/2，还要讲究荤素搭配，这样做才能满足一天量的目标。如果在外就餐或订外卖，每顿饭的蔬菜也应该保证占整体膳食餐盘的 1/2。对于三口之家，简单来说，全家每天需要购买大约 1~1.5kg 新鲜蔬菜，并均衡分配在一日三餐中，而且每餐至少两种蔬菜，总数保证至少 5 种以上。如果家里人数较少，可以采用做成混搭蔬菜如什锦蔬菜、大拌菜等方法，增加蔬菜的种类。

另外还有第三，在我看来也

是最重要的一点，就是通过合理的选择和适当烹调加工方式使蔬菜的营养成分更多的保留下来，让蔬菜发挥更大的作用。否则，不适当的加工方式会导致营养素破坏和丢失，即使摄入达标也只能是事倍功半。比如一些高温高油的加工方式，不仅蔬菜的营养素破坏多，而且还会摄入更多的脂肪和有害物质。

如何合理地选择？

合理的选择首先鼓励选择新鲜和应季蔬菜，以免储存时间过长，造成一些营养物质的流失。不同的烹调加工方法对于蔬菜营养的保存差异很大。例如加热烹调不但改变食物口感和形状，同时会造成维生素的严重破坏，很大程度上可降低蔬菜的营养价值。所以要根据蔬菜特性来选择适宜的加工处理和烹调方法，能生吃的蔬菜可以适量选择生吃，比如西红柿、黄瓜、生菜、紫甘蓝、柿椒、洋葱等。不能生吃的蔬菜尽量选择油煮和蒸拌等破坏较小的方式来尽可能的保留蔬菜中的营养物质。

在烹调前的加工方法也要注意，宜做到先洗后切，尽量用流水冲洗蔬菜，不采用浸泡的方式对蔬菜进行清洗，更忌讳长时间的浸泡。切后再洗和浸泡的方式会使蔬菜中的水溶性维生素

和矿物质在整个过程中加速流失。同时洗净后要尽快加工食用，最大程度的保留营养物质。如果需要加热食用，应该做到急火快炒，开汤下菜，在沸水中焯 1~2 分钟后再拌，也可用带油的热汤烫菜。最后是做好即食，已经烹调好的蔬菜应尽快食用，连汤带菜吃，现做现吃，避免反复加热造成营养破坏。

另外要注意，豆角等含有有害物质的蔬菜要彻底做熟以免中毒，腌菜和酱菜含盐较多，维生素损失较大，应少吃。吃马铃薯、芋头、莲藕、山药等含淀粉较多的蔬菜时，要适当减少主食，以避免能量摄入过多，增加肥胖的风险。

总结

最后，还需要强调，蔬菜虽好，但也不是越多越好，不能因为过度强调蔬菜而忽略了其他食物，造成营养不均衡。我们的每一餐都应注意合理搭配（主副搭配，荤素搭配，粗细搭配），不能忽视谷薯类、肉蛋奶豆类，而是按照膳食宝塔做到食物多样化，才能更均衡的摄入各种营养素，起到健康身体的作用。因此，多吃蔬菜就要想到“三多一均衡”，即：数量充足，种类丰富，合理加工，均衡搭配。

酷暑天 更要防寒凉

7 月 23 日是今年的大暑，此时正值三伏天，是一年中最热的时候。中医认为，大暑时节容易耗气伤阴，因此，养生保健要做好“四防”。

防凉。大暑时节，天气炎热，人体爱出汗，此时毛孔处于开放状态，阳气容易随之外泄。一旦有风寒外邪，就会乘虚而入机体，引发疾病。因此，越是炎热时，越要注意防寒凉。建议大家饮食上不可贪吃冷饮，洗澡别冲凉水澡，不要直吹空调，谨防穿堂风。尤其是患有支气管炎、慢性病的人群，此时节一旦受凉极易导致“热伤风”，容易加重或诱发疾病。

防暑。中暑是夏季的常见病，高温导致人体出汗多，大汗会耗伤津液、损伤心气，伴随而来的是气短乏力、面红口渴、心慌心悸、头痛头晕等一系列中暑的不适症状，严重者甚至可能出现昏厥休克。同时，长时间暴露在高温环境中，或长时间待在空调房里，走出室外后温差变化大，容易导致人体散热功能障碍，体温升高而引起中暑。因此，在这个容易暑热入侵的时节，建议大家平时多注意补充水分；出门注意打遮阳伞、戴遮阳帽；午后热浪最为鼎盛时，最好不要出门或缩短外出时间，有条件的话下午休 30

分钟左右；运动不可强度过大，避免大汗淋漓。老年人、体弱者和需要长时间待在热日下或经常在室外工作的人群，更要做好防暑准备。

防湿。大暑湿热多雨，中医有“脾喜燥而恶湿”的说法，意思是说，湿易伤脾，临床症状常表现为食欲不振、厌食、腹胀腹泻、食积不消、四肢无力、便秘等症状，故此时节要注意顾护脾胃。建议大家夏季少吃生冷、辛辣和肥甘厚腻之品，可适当多吃一些白扁豆、薏仁等健脾祛湿的食物；也可每天坚持按揉足三里、阴陵泉等有健脾胃功效的穴位。

防火。夏季昼长夜短，炎热天气下，人们往往容易休息不好或失眠。加上有些人喜欢熬夜玩游戏、吃烧烤、喝啤酒，这些对身体的最直接影响就是引发脾胃失调、津液亏损，导致上火。因此，天热一定要注意多休息、多静心，给机体充足电量以应对酷暑天对气血的消耗。同时，饮食上尽量清淡一些，多吃新鲜果蔬，适当喝绿豆汤或用金银花、菊花泡茶喝。另外，工作生活中要注意克制情绪，不要把火气带到人际关系中。

（来源：生命时报）

牙漂白后容易敏感

牙齿变色可分为外源性着色和内源性着色两大类。外源性着色通常是食物、饮料或吸烟等导致的外来色素，在牙齿表面或其浅层的沉积；内源性着色是疾病（如氟斑牙、四环素牙、牙髓坏死）、年龄增长等引起的牙齿结构变色。

多数变色牙都可以通过氧化反应的漂白方式，让变色减轻。常见的方式有两种，一是家庭漂白，在医生指导下，每天将漂白药物放入聚乙烯制作的漂白牙套中，戴足够的时间即可，这种方法操作简便，但需要较长时间获得明显效果。另一种方式是诊室漂白，由医生将高浓度的漂白药物放在着色的活髓牙表面，并采用加热、光照、激光或化学催化等方式加快反应，漂白效果即刻可见，但漂白后颜色容易反弹。

目前认为，正确使用漂白技术是安全的，不良反应主要是引起牙本质敏感，这时应避免冷、热、酸性饮食。家庭漂白者需减少使用频率，缩短漂白时间，降低漂白剂浓度，或使用脱敏牙膏刷牙；

诊室漂白者可能需要服药解决。

牙齿漂白效果会因着色、个人牙釉质致密程度及通透性差异有所不同，漂白前很难明确颜色的改变程度。一般来说，牙齿通透性高的人，漂白治疗见效快，但相对容易反弹，且发生敏感的几率也更大。

需要注意的是，漂白前应该先治疗龋齿、根尖周病以及容易导致牙敏感的楔状缺损、酸蚀症、牙本质敏感、牙隐裂等疾病。漂白治疗后 24 小时内应尽可能避免外源性的染色因素，尤其是饮食来源的色素。完成漂白后，也应尽量减少进食深色食物，进食后尽快刷牙漱口。此外，有些人不适合进行牙齿漂白，包括孕期和哺乳期妇女，重度牙敏感者，有严重牙隐裂者，对过氧化物等漂白剂或相关材料过敏者，有严重颞下颌关节疾患、张口受限或无法耐受治疗过程者，口腔基础治疗还没有完成者等。

（来源：生命时报）

手足外科护士长乔丽来到保亭已经是第六个月了。在齐鲁医院护理部的大力支持和帮助下，她在当地医院开展了系列培训和质量改进活动，推动了保亭县人民医院护理工作的发展。护士节期间，她积极组织参与“急救技能进校园”、“护理质量持续改进项目汇报”、“科普惠民义诊活动”、“新护士岗前培训”等活动，在护士节表彰大会上代表护理部做工作总结发言。此外，她还积极开展培训工作，全院授课《静脉血栓栓塞症预防和护理》、《SBAR 与 CICARE 沟通模式在临床中的应用》、《老年人常见不良事件的原因及预防》等知识，为新护士进行安全警示教育。进一步推动了围术期疼痛规范化管理，制作了疼痛评估教育卡尺；组织主持疼痛知识竞赛、临床疼痛案例分析及总结交流会议，全面提升了全院医护人员疼痛管理意识。此外，乔丽还多次参加外科病房的科会，针对疼痛护理中存在的问题和医护人员进行了面对面的沟通，得到了大家的一致欢迎和好评。

患者满意度是优质护理的一项重要内容，针对纸质版问卷存在的内容单一、难以统计等缺点，乔丽成立院内优质护理患者满意度调查小组，利用问卷星平台通过五个维度，设计了电子问卷。经过数次修改，于4月1日，全院各病区正式启用，数据更加客观真实，也便于统计分析，为制定全院护理满意度目标提供了科学依据。由于工作出色，乔丽得到全院的一致认可，被医院特聘为“保亭县人民医院

副院长”。
临别之际，她还向帮扶单位赠送了护理书籍及相关护理管理资料。

眼科医师郭梁来到保亭也是第六个月，他一直在眼科门诊工作，3月份他参加了扶贫户白内障筛查、2019年海南省学生眼疾筛查及复筛动员大会，进行了教学查房，为白内障患者进行了小切口白内障手术，并收到良好效果。

为了迎接“六六爱眼日”，他组织了校园宣讲爱眼护眼常识及防治近视防蓝光的科普讲座。在县医院临别总结会上提出合理化建议，希望县医院五官科整合现有的资源抓住机遇越办越好。

心内科医师尚

依然每日进行常规查房，帮助处理及讲解疑难病例，参与危重病人的抢救，成功抢救一例风湿性心脏病、二尖瓣重度狭窄、左心房血栓形成、心房颤动合并室速，及一例急性ST段抬高型心肌梗死（广泛前壁）患者，获得患者及家属的好评；多次参与院内常规会诊，每周一次门诊；定期举行教学查房，指导临床医生对心血管常见疾病进行规范化治疗；坚持每周进行专题讲座，内容包括《抗凝机制进展及抗凝药物》、《替格瑞洛

临床应用中国专家共识简介》、《心内科医生如何理解超声心动图》等。尚医生在休息时间，只要科室或者患者有需要，她都是随叫随到。她无私奉献的精神和丰富的临床经验，得到了患者的一致好评，还收到患者送来的感谢锦旗一面。

儿科医师孔清玉则在新生儿方面，结合病例，详细讲解了新生儿静脉营养计算方法及临床应用，新生儿高胆红素血症等常见新生儿疾病的诊断、鉴别诊断及治疗方案。他还结合个人的专业特长，讲解了儿童先天性心脏病的血流动力学特点及临床特征，心脏超声结果的判读，对全科医护人员进行新生儿心肺复苏培训及操作演练，为了更好地开展本职工作奠定了坚实的基础。每日按时查房，结合临床病例进行了儿童常

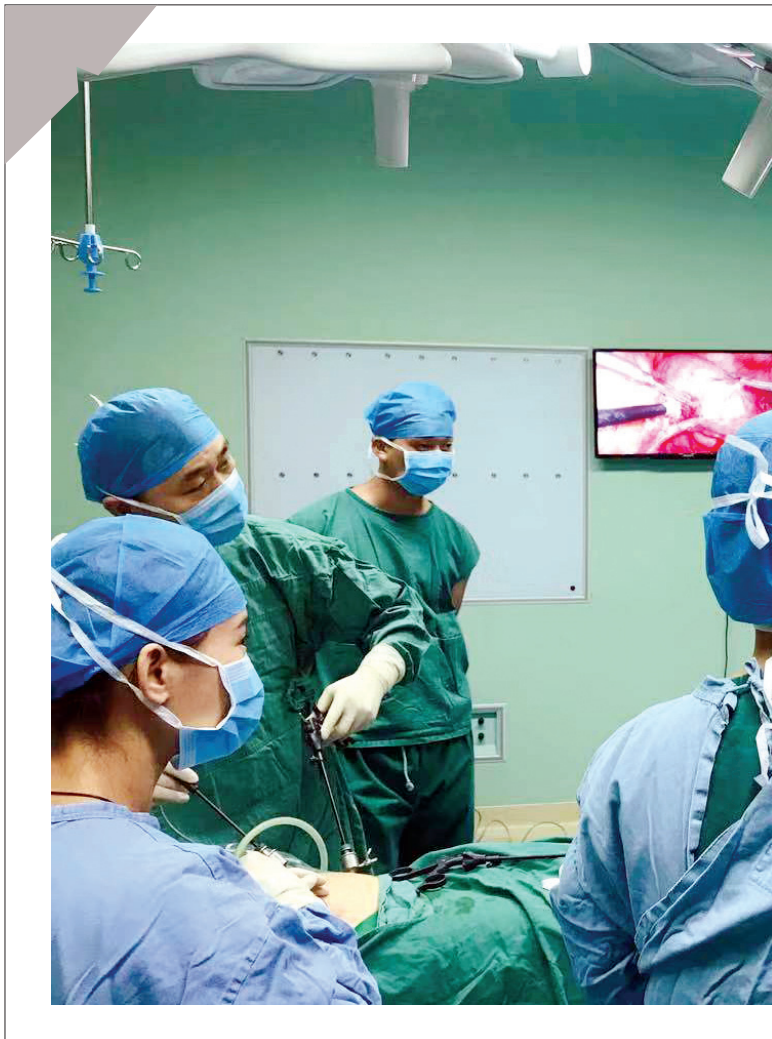
见疾病的诊疗及教学授课。结合自身专业开展了儿童直立试验的检查、诊断

迷走性晕厥两例，体位性心动过速一例，结合临床病例为保亭

县医院儿科医生进行了操作讲解及注意事项，通过实践学习，基本掌握此试验的操作方法及此类疾病的诊断标准及治疗方法，对儿童医护人员进行了基础及高级生命支持的培训。

在妇科董涛涛医师的带领下，保亭县人民医院的微创妇科手术实现了“零”的突破，在该院首次开展了一系列的微创手术，例如，首次开展腹腔镜联合的宫腔镜清除术；腹腔镜下输卵管切除术；腹腔镜下卵巢囊肿剥除术。在产科方面，董医生首次采用“子宫下段补片缝合”处理有出血高风险的完全性前置胎盘；采用B-Lynch缝合法处理剖宫产术中收缩乏力的子宫。另外，完成多例复杂的剖宫产。在教学方面，他每周五为全体妇产科医护人员进行专业讲座，进行了“妊娠期急性脂肪肝的防治”，“宫腔镜手术简介”的授课。

在帮扶期间，他收治了一名长期



守望相助， 海南省保亭县帮扶



2019/04/25 10:17





扶危济困 团队圆满完成帮扶任务

文 / 乔丽

保亭的五月，正值炎热的盛夏。山东大学齐鲁医院的五名帮扶团队成员在各自的岗位上继续发挥重要作用，认真做好收尾交接工作。

子宫脱垂，痛苦不堪的 80 岁高龄患者。董涛涛医师及其团队对其纠正了内科合并症并充分的术前准备之后，最终，成功的实施了保亭县人民医院首例妇科四级手术—腹腔镜下子宫切除术 + 阴道前后壁修补 + 阴道后壁修补术 + 会阴体成形术。术后病人迅速恢复，现已痊愈出院，得到了患者和当地医护人员的好评。

5 月份的董涛涛仍继续在保亭县人民医院妇产科负责医疗和教学工作。因本月是帮扶工作的最后一个月，所以手术方面主要以当地医师主刀，他当助手为主。目前已确保当地医师可以独立开展各式宫腔镜手术，以及二级妇科腹腔镜手术。在教学方面，依然坚持每周五主持科室业务学习。此外，最后一周的业务学习时，他特意将自己的学习方法和经验进

行了总结，毫无保留进行了传授，让当地医师学会自学新的知识和技能。

工作之余，齐鲁医院的专家们还积极参加医院组织的各项文体活动，融入当地的民俗和生活，展示出齐鲁人团结一致、力争上游的良好风貌。3 月 6 日，保亭县人民医院与海南省第三人民医院共同举办了“携手奋进、共创未来”联欢晚会，山东大学齐鲁医院五位专家作为特邀嘉宾，共同深情朗诵了《我爱你，中国》，将对祖国的挚爱和青年人蓬勃向上的精神完美诠释，得到了省三院及保亭县人民医院广大职工的一致赞誉。

3 月 8 日，保亭县人民医院工会组织了春季运动会，齐鲁医院的乔丽、董涛涛、尚嫒嫒积极报名参加拔河比赛、乒乓球接力赛，通过参赛，锻炼了身体，增进了友谊，更加深了

齐鲁人与保亭人的情意。3 月 14 日，美国四位专家来到保亭县人民医院进行访问讲学，齐鲁专家董涛涛以其流利的英语水平为会议做精彩主持，展示了其深厚的英语功底，得到了外国专家的好评。

离情依依，在最后一个月的日子里，五位专家同科室的同仁一道深入交流业务上的困境，以及未来发展的难点和要点。天下没有不散的宴席，临别之际，保亭县人民医院召开了欢送会，五位专家也进行了工作总结，为促进医院和科室的发展提出了合理化建议。

春风浩荡，万象更新。党的十九大明确把精准扶贫作为决胜全面建成小康社会必须打好的三大攻坚战之一。山东大学齐鲁医院通过技术下沉、管理下沉、手把手帮扶，真情实意为保亭县人民医院输送人才，帮助更多的基层医务工作者提升技术，为更多的群众排忧解难。

守望相助，扶危济困，5 月 28 日，齐鲁医院专家团队圆满完成此次帮扶任务，顺利返回齐鲁医院，开始了新的征程。半年的帮扶任务就这样结束了，保亭县人民医院两次发给齐鲁医院感谢信，感谢医院的无私支援，感恩支援帮助过保亭人民的所有专家。“海内存知己，天涯若比邻”，作为最后一批帮扶团队，感恩医院的培养和大力支持，感谢保亭县人民医院的关照和大力配合，齐鲁保亭的情意源远流长。祝福保亭，祝福齐鲁！

最美莫过读书声

□ 刘世河



前几天，作为家长代表，我应邀参加了儿子学校组织的一场主题为“心存春意处处景，最美莫过读书声”的诵读比赛。压轴节目是他们一年级的全体同学集体朗诵古诗《长歌行》：“青青园中葵，朝露待日晞。阳春布德泽，万物生光辉……”当朗朗的读书声此起彼伏地响彻在宽阔的操场上时，我也深深被其感染，情不自禁地跟着朗读起来。触景生情，思绪也如倒带一般，呼啦啦地回到了儿时。

很庆幸，我虽然生在一个普普通通的农家，但却有一个爱读书的家庭氛围。为首的就是爷爷，尽管只在幼时进过几年私塾，但爷爷的古文底子却相当厚实，尤其喜

欢给我吟诵古诗。我印象最深的就是杜荀鹤的那首《闲居书事》“窗竹影摇书案上，野泉声入砚池中。少年辛苦终事成，莫向光阴惰寸功。”至今我依然倒背如流。

那时尽管家里日子并不宽裕，爷爷却很舍得买书，他自己住的那间老屋里，书几乎占了一半的地盘。现在再回头看看爷爷的那些藏书，还真是颇有些“卖却屋边三亩地，添成窗下一床书”的意味。

许是耳濡目染而至潜移默化，父亲和母亲也对读书之事兴致渐浓，不过他们喜欢的方式跟爷爷不同，爷爷是自己吟诵，而他们则是聆听。他们说，下田归来，一人搬个马扎，双双坐在院子

里听我朗读就是最好的歇息。至今我依稀记得父亲当时听着听着就会从马扎上挪下来，然后蹲在那里一边“吧嗒吧嗒”地抽烟袋，一边津津有味地听我大声诵读。眼睛里满满的都是恣意。

也就是从那时起，我便不可救药地爱上了读书，并以此为乐。上学后，尤其读初中时，恰巧语文老师也和爷爷一样是个十足的“朗读控”。他常对我们说：“读书、读书，不‘读’怎么能行呢？”后来他又讲：古人云‘嗜书如嗜酒，知味乃笃好’而有些书，尤其古诗词，唯有吟诵出来方解其真味。彼时因年少寡闻，鲜经世事，尚一知半解，长大后才知道那位“云”出此妙语来的古人叫范成大，

也慢慢的体会到了那种“知味”的笃好。

之于读书声之美，古人早有记述和妙论。如清代李汝珍的《镜花缘》中就这样写到“走过闹市，只听那些居民人家，接二连三，莫不书声朗朗。”闹市里的居民人家，书声接二连三，由此可见全民读书之风气彼时已有。而我们现在常说的“朗朗读书声”的“朗朗”便出自此处。

明代陈继儒的“笑指吾庐何处是？一池荷叶小桥横。灯火纸窗修竹里，读书声。”则写的极雅。初夏之夜，一池荷叶边的竹林里，灯火映着纸窗，悠悠读书声氤氲在这静谧的夜色里，那般意境，想想就醉。

画一个夏天

□ 董国宾

夏日是最旺盛的季节，草木茂盛到了极点，小河涨满了水，天地间卷着热浪。

绿竹一节节地往上窜，像和时间赛跑。吊兰花冥想着一天要做多少事，甩开胳膊，像用力在划桨。草，知名的、不知名的，在原野上一刻也不停地跺着脚，好像马上就要跳出去，这一跳不知有多远。最沉不住气的是朝天椒，火辣辣的要和夏天比高低。说起来，西红柿性格就随和多了，但是也红彤彤得膨胀成一团火。蒲草是乡间的俗物，不曾想，也是很霸道，来不及眨眼，便呼啦啦涨满了泽塘，风起处，像一片有波浪的海。这个季节，能平静下来的事物不多，黄瓜算一个。黄瓜架蓬松着叶子，上面挂满了长长的像丝瓜一样的东西。不过，丝瓜长在秋天，再好顶不上用，倒是这长溜溜的黄瓜能解夏天的急。摘下一根，嚼上几口，暴躁的心立马便和缓下来。

季节在奔走，夏天最疯狂，太阳摇荡着一轮火球一个劲地往前滚。风想说些轻松的话，想不到掀起的却是一层热浪。河川不息，山脉稳住脚跟想心思，万事万物一口气要做完各

自的事。五谷埋下头去不说话，蝉不知夏天为什么这样急匆匆地走又急匆匆地来，天天嚷着不知疲倦地问个不停。油菜花一走，槐花就来了，灼艳的南瓜花不只为观赏。夏天的心思不张扬，夸张的是热烈。太阳赫然散发着热力，夏思已弥漫天地了。

芦花还没白，大自然的园子里万般未竟的事一个接一个。蜜蜂像一球球绒絮，迎着阳光和风斜飞。这小东西，宛若梦幻般的身影怎会总是在路上？木栅栏边上，花朵一丛丛地开，粉色的、红色的、还有紫色的。它们像星星，还像一双双渴盼的眸。嘿，这一群爱做梦的孩子！

热浪压过来，天空颇似低垂的帘，灰喜鹊差点骚动起来。冈峦耸翠，田畴吐绿，柿子一眼看到秋天里，五谷仍是埋头不说话。

我想作一幅画，画一个真实的夏天，须饱蘸一下黑墨，着墨淡了，画不出它的热烈。我想画一个夏天，先画它的面孔，再画它的翩翩绿衣，想不到，却画出一个月色溶溶、明净如水的夜。

磁共振下午五点的时光

□ 靳新娟

今天休息，眼看太阳歪起了头，要把仅剩几个小时的光和热喷洒在阳台上，我忙把乘凉了一天的小芦荟搬到了室外，让它晒晒，自己别潮了。接下来是出去买个菜呢还是约个饭呢，这是休息日放松到纠结的乐趣，也是工作日极度忙碌的反差。眼看快五点了，对于这个“伪下班点”我真是又爱又恨，昨日工作的情绪依稀还有余温，我打算用笔尖带大家去感受一下。

天使们说笑着进工作间来了，关闭护士站的一瞬间，她们仿佛卸掉了一天的疲惫，抢着分享一天的工作体会。这个时候，我甚至连看她们笑靥的时间都没有，因为工作还在小高潮阶段，可能是个波普检查，可能是小宝宝在患者妈妈的肚子里又动了，或者是腹部强化抓时相要让患者憋气了，也或者是帕金森患者半小时定位，抑或是一小时全脊柱平扫强化的检查……

工作日的下午五点，本来是个收场的时间，往往华美楼的地下二层却依然是一片“兵荒马乱”。急性子的我总得安抚一下自己：有什么大不了的，毕竟太阳还没有下山，晚上九点，大阅片室里也是一样的灯火通明，我再提高一下效率慢慢的就没有这么紧张了。

鉴于磁共振检查的特殊性：大型磁场现场、检查时间长、病人等待久，要求我们上

班时间必须十分的严谨有序。白天时间迎接病人可谓是一夫当关，既要眼疾手快排查患者携带物件，大到床和轮椅，小到手表、钥匙，还得猜测有无打火机、磁卡、硬币；又要口齿灵活，以迅雷不及掩耳之势回答众多患者及家属的多方面问题，同时护送当前病人安全进入检查室。

可怜我总是入戏太深，有一段时期，晚上做梦都是检查床被吸到了机器上，伤亡惨重，在大汗淋漓中惊醒，真是做梦都不让人消停。前几日出游，在高铁站看到有人推着轮椅过安检，精神一紧张差点就上去阻拦人家进站了。

有趣的是，如果以下午五点为分界线的话，以后的时间就变成了一条通向幸福的时光隧道了。自它以后，基本上患者以门诊的为主，附带部分腿脚方便的住院患者，此时的患者还算比较理解我们加班的辛苦，也能回馈一些溢美之词，让人心情舒坦。而且一想到只需要按部就班的把剩下的简单部位完成扫描，我的血压、激素也会趋于稳定了，倘若能抽空塞口饭吃的话那也是极好的。

这样的工作时间持续了数月，新增的工作量使得一线到诊断大夫都是那么的紧张而富有成就感。面对因为我们集体加班而获益的患者，无论如何，我和我的同事们总是欢

喜的。说实话，已经记不清之前五点多下班时候的心情了，在我之前加入团队的队友们则更加麻木，询问的时候他们总是说有点乏，有人说像上午十点半的忙碌，还有的说倒数第二批患者就要涌来就诊了，但却没有人记得这是下班的时间。

我个人对这个时间还比较有感慨，作为一枚资深吃货，怎么能免疫了五点钟食堂飘来的饭菜香，怎么能忽略掉不分场合咕咕吵着要加餐的肚子呢。前辈告诉我，有一种困扰叫做压力性肥胖，就是吃早饭、工作、吃中饭、工作、吃晚饭、再工作，晚上回到家九点左右，我还在觅食。如此看来，我这半年来养的膘也是耗费了我很多心力。

这就是我又爱又恨的工作日下午五点，它见证着我们的辛苦，也怀揣着我们的期盼，它日复一日的来了又回，却又让我们在每一次的身心煎熬中平复了心境，开阔了心胸，成长也成熟着。

热浪且停歇，微风始起舞，夏日近黄昏的澄澈载着昼日忙碌的结束，伴随天空一角的红润，让城市也仿佛披上了糖果色的外衣，人在画中缓缓归，和谐和愉悦都在悄悄的释放，下午五点——城市最惬意的时光。你，下班了吗？