

温暖一线

微山县人民医院

全心全意护母婴 三面锦旗表谢意

■通讯员 焦裕如 宋方茹

微山县人民医院新院区产科近日接连收到了3面锦旗。金灿灿的大字，红彤彤的缎面，表达了3个家庭沉甸甸的感激与信任。每一面锦旗背后，都诉说着产科医护人员“急患者之所急，想患者之所想”的医者仁心与责任担当。

一位头胎产妇从踏入产科起，就被紧张不安的情绪困扰。产科的护士们化身“知心姐妹”，时刻陪伴在她身边，用轻柔的话语耐心安抚，给予她坚定的心理支持和鼓励。在

实施剖腹产手术时。经验丰富的医生以专业的素养和温暖的关怀，帮助这位高度紧张的产妇平安分娩。手术非常顺利，母婴平安。当家属想送红包以表心意时，被该科医护人员毫不犹豫、态度坚决地拒绝。产妇一家肃然起敬，最终选择用一面鲜艳的锦旗，致敬这份沉甸甸的医者担当与坚守。

无微不至的陪伴，温暖漫长的待产路。在医院待产的日子里，另一位产妇则深深体会到了该院产科团队“不是亲人，胜似亲人”般的关怀。待产过程漫长，时刻伴随着身体的不适和等待的焦虑。产科医护人员用细

致入微的观察、温和耐心的沟通和专业精湛的技术，为她筑起了一道安心的屏障。几天的朝夕相处，医护人员点点滴滴的付出、专业负责的态度和春风化雨般的温暖，深深烙印在产妇和家属心中。顺利分娩后，这家人送上锦旗以表达心中满满的感激：“谢谢你们，像家人一样照顾我们！”

炎炎夏日，酷暑难耐。一位住院待产的产妇神情焦虑，总感觉天气闷热，心里烦躁不安，身上更是一层层地出汗。产科护士长看在眼里，急在心头。她二话不说，转身从自己家中搬来了一台电风扇。风扇送来习

习凉风，吹散闷热，也抚平了产妇紧锁的眉头：“护士长为了让我心情好一些、舒服一些，尝试了很多办法，太感动了！”这份看似微小的举动，却饱含着产科团队“急患者之所急”的真诚关怀。

3面锦旗承载着同一种信念。微山县人民医院产科全体医护人员深知，每一面锦旗都承载着新生命的希望和家庭的托付。团队将用更精湛的医术、更温暖的服务、更严谨的作风，呵护每一位孕产妇的健康安全，在迎接新生命、守护母婴安康的坚守中，播撒更多充满温度与感动的爱心。

曲阜市人民医院 王国云名医工作室揭牌

本报曲阜讯（通讯员 崔文昕）为深入推进学科建设，提升妇科专科技术水平，近日，曲阜市人民医院与山东省立医院成立妇科专科医联体暨王国云教授名医工作室揭牌仪式举行。

山东省立医院妇科主任王国云教授、曲阜市人民医院孔令军院长出席仪式，医院职能科室、临床科室负责人及妇科业务骨干参加。

孔令军在致辞中表示，山东省立医院作为省内医疗领域的领军者，其妇科专业实力雄厚、技术精湛，在国内享有盛誉，王国云教授更是妇科领域的杰出专家。这次与省立医院妇科建立专科医联体，并成立王国云教授名医工作室，将极大地推动妇科在疑难病症诊治、新技术开展、学科建设等方面的快速发展，全面提升专科水平。希望妇科全体医务人员能够虚心向专家学习，不断提高业务水平，以更精湛的医术、更优质的服务，为患者的健康保驾护航。

王国云教授作为山东省政府泰山学者特聘专家、山东省立医院妇科主任，在妇科领域享有盛誉。她在致辞中表达了对合作的期待和信心，表示将充分发挥自身专业优势，与曲阜市人民医院的医疗团队紧密合作，共同推动妇科医疗技术的发展，为更多患者带来福音。

仪式结束后，王国云教授来到妇科门诊进行义诊，她耐心细致地为每一位患者诊断病情，解答疑问，制定个性化的治疗方案，患者们对王教授的专业素养和精湛医术赞不绝口。王国云教授还将择期来该院开展高难度手术，为该院妇科团队进行现场教学和技术指导。

这次活动是曲阜市人民医院提升医疗服务质量的重要举措，通过与省级顶尖医院、知名专家的合作，该院将积极学习先进经验和技术，努力提升自身能力，为提升区域妇科诊疗水平、保障女性健康作出更大贡献。

外国医生体验中医理疗盛赞「中医奇迹」



德国资深医师尼尔斯·凯勒近日带着一家老小走进微山县中医院，前来求医问诊并深度体验中医理疗。据了解，他近期因游泳劳损及睡姿压迫造成肩膀活动受限，持续多日疼痛难忍。医院副院长宗思东接诊后，精准辨证为中医“肩痹”气滞血瘀、经络不通，采取“通经针法、一针疗法”，并辅以特制中药火罐拔除深层寒湿，仅用10余分钟便让患者的疼痛彻底消失，上演了一场真实版“中医奇迹”。

治疗期间，尼尔斯·凯勒激动地说，银针落下的瞬间，肩部的紧绷感就骤然被释放，随后手臂就能自如活动，疼痛感一下子消失了，这简直太神奇了！其家人更是用手机记录下他从皱眉进门到笑容满面的全过程，后又纷纷主动申请体验了儿童脐灸、督脉长蛇灸、面部经络刮痧等中医理疗项目，连连感叹中医的神奇。

据介绍，宗思东早年师从于济宁市名中医、济宁市“十大神针圣手”王乐荣，从事针灸推拿工作15年，擅长利用针灸推拿手法结合整脊治疗颈肩腰腿疼痛，所在科室被山东省中医药管理局评为“县域中医药龙头专科”。

■通讯员 马加强 摄



科普园地

从中医角度谈四季防治肥胖

■中国中医科学院西苑医院济宁医院 祝俊香

国家卫生健康委联合有关部门启动“体重管理年”活动，号召大家来减肥，因为肥胖严重影响了人们的身体健康，与心理、生理、行为及社会多种因素密切相关，可导致脂肪肝、高血压、糖尿病、高尿酸、胆石症、冠心病、脑血管病，不孕症等多种疾病。中医认为，肥胖是人的气、血、津液运行失常，形成气滞、痰饮、血瘀等，从而导致脏腑功能失调。中医讲“天人相应”，下面就从四季的角度讲一下，怎么顺应四季变化来使人体脏器达到一个最佳的代谢状态。

春

春季是自然界万物生发的季节，人的行为活动及情志状态要宣发舒展。春季的特点是春雨绵绵，空气中湿气逐渐加重，易损伤脾气。脾主四肢，脾主运化，伤脾易出现困倦乏力，腹胀腹泻等症状。要注意舒肝气，调理脾胃。

适宜的中药茶：陈皮玫瑰花茶。用玫瑰花5克、陈皮5克、薄荷3克泡茶疏肝健脾。运动推荐：避免熬夜，多去踏青，晨间快走30分钟或者打入段操。

注意事项：避免食用油腻生冷食物。青色蔬菜及酸味食物有疏肝的作用。

夏

夏季植物开花结果，生长茂盛。夏季属火，与心相关，易心神失常，行为及情志状态更加疏通，气机腠理更加疏泄。夏季的特点是高温高湿，暑湿阻碍气机，易心烦易怒，口苦口干，四季皆与脾胃有关，容易出现湿热下注，大便黏或泄泻。要注意清热利湿、清心泻火，调理脾胃。

适宜的中药茶：莲子心荷叶茶。用莲子心3克、荷叶5克、淡竹叶3克泡茶清心安神。

运动推荐：游泳、羽毛球等，避免暴晒。注意事项：避免食用生冷及烧烤食物。红色果蔬及苦味食物有清心安神作用。

秋

秋高气爽，地气肃降，万物成实。秋季属肺，秋有肃杀之气，燥气渐生，损伤津液，肺喜润恶燥，人的行为及情志状态随之收敛，避免过度耗伤津液。秋天干燥，易出现干咳、皮肤及口鼻干燥、脱屑、便秘等症状。要注意滋阴润燥，肺肾双补。

适宜的中药茶：麦冬菊花茶。用麦冬6克、菊花6克、桑叶6克泡茶滋阴润燥。

运动推荐：散步搭配深呼吸，增强肺活量。晨练八段锦，缓慢散步可搭配深呼吸，避免剧烈运动大汗淋漓损伤津液。

注意事项：少食辛辣食物。多食白色食物如梨、白萝卜、银耳、百合等食物润肺生津通便。

冬

冬季乔木落叶，水结成冰，万物蛰伏，冬季属肾，固护元阳，行为及情志状态要收藏而不外露。冬季易出现腰膝酸痛，关节疼痛，畏寒肢冷，下肢水肿寒湿积聚的症状。要注意温补阳气，散寒化痰通络。

适宜的中药茶：红花干姜茶。用红花9克、干姜3克、陈皮6克泡茶温阳化湿通络。

运动推荐：注意头颈及腰背部保暖，热水泡脚，适量运动，以不出汗为宜。

注意事项：少食高糖高脂食物。多食黑色食物如黑豆、黑芝麻、羊肉等食物温补肾阳。

做孩子身边的“情绪侦探”

■山东省戴庄医院 杨苗

当孩子突然开始抗拒上学，对作业敷衍了事，或是频繁抱怨“学习没意思”时，许多家长往往陷入焦虑：“孩子怎么突然不爱学习了？”事实上，厌学从来不是突然爆发的，而是孩子内心积压的负面情绪与压力发出的“求救信号”。家长要以敏锐的观察力和同理心，及时捕捉孩子释放的信号，追溯问题根源，才能帮助孩子重建学习动力，克服厌学心理。

正确捕捉孩子厌学的信号

情绪上的变化。当孩子出现厌学倾向时，情绪波动是最直观的信号。他们可能变得格外敏感易怒，也可能长期情绪低落。此外，过度焦虑也是常见表现，例如在考试前反复出现头痛、腹痛等症状，或是入睡困难、频繁做噩梦，这些身体反应实则是心理压力的外在体现。

行为上的异常。孩子的日常行为会暴露出许多关键线索。内隐型厌学的孩子可能表面顺从，但课堂上常走神发呆，作业敷衍了事等；而外显型厌学的表现更为直接，他们会公然抗拒学习，如拒绝写作业，甚至频繁迟到、旷课，用逃学、沉迷游戏等方式逃避学习。原本开朗的孩子突然变得孤僻，拒绝参加集体活动，回避与同学、老师的交流，也是厌学的重要信号。

言语中的暗示。孩子不经意的话语中往往藏着真实想法。如果他们频繁抱怨“学习没用”“我肯定学不好”，或是吐槽“作业太多”，甚至直接说“不想上学”等，这些都不是简单的抱怨，而是在向家长求助。

学业状态的转变。原本成绩稳定的孩子，若出现成绩断崖式下滑，且对落后的成绩毫不在意；或是学习态度从积极

主动变得消极被动，这些都暗示着孩子可能对学习产生了抵触心理，需要家长进一步关注和引导。

发现异常“信号”，应该怎么做

第一步：建立信任，避免“对抗式沟通”。一是控制情绪，先倾听后评价。发现孩子异常时，应避免质问，而是用温和的语气表达关心。二是接纳情绪，不急予否定。即使孩子的想法不合理，也要先回应感受，让孩子感受到被理解，才能打开心扉。

第二步：抽丝剥茧，锁定问题根源。一是家庭自查。反思是否存在“高压教育”，比如过度批评、成绩至上、家庭关系紧张等问题，这些都可能成为孩子厌学的导火索。二是家校联动。主动联系老师，了解孩子在课堂参与度、人际关系、是否遭遇特殊事件，比如被欺凌、被误解等细节。三是专业评估。若孩子出现严重情绪问题，比如抑郁、自伤倾向，或学习障碍，比如读写困难，应及时前往专业的医疗机构就医。

第三步：分阶段干预，重建学习动力。短期内要缓解情绪压力。允许孩子适度调整节奏，如减少课外班、降低作业量，给予心理缓冲期。用“小目标”替代“大要求”，通过微小成就重建信心。中期要解决核心矛盾。若因学业困难厌学，可制定个性化学习计划，或聘请专业辅导老师；若因人际关系问题，帮助孩子学习社交技巧，或联系学校介入调解。引导孩子将兴趣与学习结合起来，长期预防复发。营造家庭支持氛围，减少成绩比较，多关注孩子的努力过程；每周安排“无作业日”，通过亲子活动增强情感联结。培养心理韧性，通过运动、挫折教育等，帮助孩子学会应对压力。



济宁医学院附属医院 在首届CACA肿瘤整合支持治疗大会青年辩论专场获佳绩

本报济宁讯（通讯员 高爽）中国抗癌协会主办的第一届CACA肿瘤整合支持治疗大会近日在北京召开，青年辩论环节为本次会议的一大亮点。这次辩论赛汇集了全国多个大型医院的青年团队参赛，由国内肿瘤领域的权威专家、学者及业界代表担任评委，主题围绕肿瘤营养、支持治疗、整体评估、运动康复及癌痛的治疗等热点话题进行辩论。济宁医学院附属医院肿瘤科李慧、李常仑青年医师辩论队伍获得团体第一名，李慧获得个人第一名。

在辩论赛过程中，该院两位医生表现出众，以极高的人文素养及流利的辩论口才惊艳全场，获得了评委们的一致认可。能取得如此优异的成绩，得益于两位医生扎实的医学功底、丰富的知识储备及逻辑应变能力，也得益于多次参加演讲比赛的经历，为良好的临场发挥和辩论口才打下了良好的基础。

多年来，该院肿瘤科在营养治疗、临终关怀、癌痛治疗方面做了大量的工作，较早成立了山东省癌痛规范化示范病房及诊疗病房。同时，肿瘤科长期关注医生的综合能力培养和提升及人才梯队建设，鼓励医生外出学习、学历提升、社会实践等。

医·前沿

汶上县人民医院消化内科 一杯热水险夺命 火速止血保安康

■通讯员 张焕栋 陈浩学

汶上县人民医院消化内科近日上演了一场与死神赛跑的紧急救治，医护人员凭借精湛医术与高效协作，成功救治一位因饮用烫水导致严重消化道损伤的老年患者，这名患者现已康复出院。

事发当晚7点左右，年近八旬的赵大娘散步归来，习惯性地倒了一杯开水。或许是口渴难耐，或许是认为水不是很烫，赵大娘竟端起这杯刚从暖瓶里倒出的烫水喝了起来。两口烫水下肚后，赵大娘瞬间感到咽喉部和胸前撕心裂肺地疼痛，紧接着开始呕吐鲜红色血液。家人见状，立刻将赵大娘紧急送往汶上县人民医院消化内科进行救治。

接诊后，消化内科医护团队迅速启动“气道—呼吸—循环”评估体系，第一时间判断患者为消化道烧伤引起的消化道黏膜损伤出血。时间就是生命！消化内科立即开启分层救治绿色通道，各岗位医护人员迅速行动，争分夺秒为患者争取生机。

急诊内镜检查结果令人揪心：患者食管后壁血肿形成，部分黏膜剥脱，胃腔内更是积满了大量暗红色血液与宿食。面对如此复杂且凶险的病情，该院消化内科专家团队沉着应对，凭借丰富的临床经验和娴熟的操作技术，迅速开展内镜下止血操作。每一个步骤都必须精准无误，每一次操作都可能关乎生死。经过紧张有序的救治，患者生命体征逐渐平稳，成功脱离危险，且未再出现出血迹象。最终，在医护人员的精心照料下，患者康复出院。

此次成功救治，不仅彰显了该院消化内科在消化道出血等急危重症救治方面的硬核实力，更体现了医院多学科协作、快速响应的急救体系优势。从病情评估、紧急决策到精准施治，每一个环节都凝聚着医护人员的专业与担当。他们用实际行动诠释了“救死扶伤”的崇高使命，为患者的生命健康筑起了一道坚实的防线。

【温馨提示】

消化道出血起病急、病情重，严重威胁患者生命健康。汶上县人民医院消化内科提醒广大居民：日常饮食需注意温度适宜，避免食用过烫食物或饮用过烫的水；若出现呕血、黑便等症状，务必立即就医，以免延误病情。

山东省戴庄医院睡眠医学科 获评济宁市 临床精品特色专科

本报济宁讯（通讯员 周倩文）近日，济宁市卫生健康委印发了《关于确定2024年度济宁市临床精品特色专科的通知》，山东省戴庄医院睡眠医学科（济宁市睡眠医学中心）获评济宁市临床精品特色专科。

据悉，该院睡眠医学科作为鲁西南地区成立较早的睡眠障碍专业诊疗机构，经过多年发展，已成为集临床诊疗、科研创新、教学培训于一体的综合性医学中心。科室配备国际先进的多导睡眠监测系统（PSG）、经颅磁刺激仪等专业设备，在各类睡眠障碍的诊疗方面形成了鲜明特色，建立了完善的睡眠障碍诊疗体系，涵盖从失眠障碍到睡眠相关呼吸障碍、中枢性过度嗜睡、焦虑抑郁相关睡眠障碍等多个病种，通过以失眠认知行为治疗、催眠治疗为特色的心理、药物、物理及中医治疗的综合治疗模式，全力守护健康睡眠。通过开展社区科普宣教、网络新媒体宣传，全面提升更广泛人群对睡眠健康的认知。

这次获评济宁市临床精品特色专科，既是对该医学科实力的认可，也为进一步深化睡眠医学专科联盟建设、提升区域辐射能力注入新动力。

广联医药
 咱老百姓身边的放心药店