

“一老一小”的“医靠”背后,是他们在默默守护

四位医者讲述齐鲁大地护佑健康故事

8月19日,中国医师节,山东省人民政府新闻办公室围绕“医心筑梦新征程 护航健康新蓝图”主题,邀请四位医务工作者代表与记者见面交流。

镜中取石,以“轴”劲守护生命通道

“大家叫我‘石头哥’，一是我大半辈子跟胆结石打交道，二是我这人确实有点‘轴’，在与患者疾病斗争中从来不服输。”山东省立第三医院肝胆外科主任医师张镛介绍，30多年来，他专注于肝胆结石的内镜微创诊疗，练就了通过一根细软内镜经口腔取出胆管结石的绝活。几万名患者因此免于开刀之苦。

“这些年,我们团队遇到不少高危患者。坦白说,每次术前都怕,怕手术失误、怕辜负信任。但怕归怕,关键时刻绝不退缩。”张镔说,他们编写了《胆石病微创诊治规范》,将经验转化为标准。

博弈记忆,用体系筑起认知防线

“阿尔茨海默病像橡皮擦”

一样抹掉大脑中的记忆。我的专业,就是要与这个‘记忆杀手’进行博弈。”山东第一医科大学附属省立医院(山东省立医院)神经内科主任医师杜怡峰从医40多年来,将心血倾注在阿尔茨海默病的早期防治上。

杜怡峰回忆,一位20多岁的女孩辗转多家医院未能确诊,就诊时已不能站立行走。女孩的父亲带着她跑了很多地方看病,医疗花费已经让家庭难以承担,这可能是女孩就医的最后一站。女孩最终被确诊为罕见的线粒体神经胃肠型脑肌病,经杜怡峰团队对症下药治疗,病情逐渐好转。

四代扎根,山路上的医脉传承

在沂蒙老区、红嫂故里，临沂市沂水县院东头镇乡村医生张德庆，爷爷是战地卫生员，父亲是赤脚医生，到他这里已经是第三代，如今两个孩子也走上了医疗卫生岗位。

“我们一家4代人从医,既是源于家中长辈治病救人事迹的耳濡目染,也因为山区乡亲们对医生的依靠。”张德庆说。

山区村子分散,独居老人出门难,张德庆坚持定期上门随访。他注重中医药使用,教群众认草药、学康养;他把行医故事写成短文、拍成短视频,线上线下同步科普。面对村民“怎么才开四块钱的药?”的质疑,他回应:“我是按病情开的药,不是按钱开的药。”

百步温情,换位思考暖产房

山东第一医科大学附属济南妇幼保健院(济南市妇幼保健院)产科主任医师韩爱卿,在临床一线坚守了三十多年,累计接诊孕产妇数万人,成功救治危重孕产妇几千例。“生育友好不是一句口号,是覆盖备孕、孕期、分娩、产后全周期实实在在的服务。”韩爱卿说。

为此,她在医院打造了生育友好“百步圈”,让孕产妇在百步之内完成产检全套流程;推行医疗、营养、心理、运动、中医“五处方”服务;开设孕产期心理保健门诊。针对分娩恐惧,她大力推广无痛分娩和导乐陪伴,从身体到心理为孕产妇全方位护航。

周欣怡

周欣怡

“齐鲁乡村银龄行动” 现场推进活动在乐陵举办



本报德州讯 8月20日,山东省民政厅主办的“齐鲁乡村银龄行动”现场推进活动在德州乐陵市朱集镇王双志村举办。

活动当日,来自医疗卫生、农业科技、文化教育等领域的近百名银龄志愿者齐聚现场,分组开展志愿服务。山东大学齐鲁医院银龄医疗专家团队为群众提供健康义诊服务;省老科协推荐的银龄农技专家实地指导农作物病虫害防治技术;银龄教师代表与乡村教师座谈交流,分享教育教学经验。

“齐鲁乡村银龄行动”由省民政厅联合省委社会工作部等11部门共同启动实施。截至目前,全省已培育发展农村基层老年协会2万余个,组建农村“银龄互助”志愿服务队伍3万余支,累计参与“齐鲁乡村银龄行动”的志愿者达50余万人次,各项工作取得阶段性成效。(董方舟)

养生健康

老人犯糊涂 中医复神智

很多老年人反应迟钝、记性变差,这很可能是阿尔茨海默病(俗称老年痴呆)的早期信号。采用补肾化痰开窍之法,就有可能早期预防、延缓衰退,降低失能风险。

简易食疗方：桑葚枸杞核桃粥（桑葚15克、枸杞10克、核桃2个、黑豆20克、大米适量煮粥），每晚一小碗，填髓健脑。参考方药为七福饮、左归丸、右归丸等；还可以通过穴位来补肾健脑：涌泉（足底）、太溪（内踝后）：每晚按揉10分钟，补肾填精；百会（头顶正中）、四神聪（百会旁前后左右各开一横指）、风池和风府穴（后脑勺区域）：每晚梳子梳头10分钟，同时外加顺时针按揉3分钟，以头皮微微酸胀为度，达到升阳充脑，益智开窍。**盛望**


山东省老年国际旅行社

0532-66988553 55715169 66988549

青岛报业传媒集团旗下公司 L-SD-CJ00232

爱达魔都号 海上度假新体验

上海起航 海上巡航

韩国釜山 济州邮轮5天4晚

游轮上提供免费餐食, 游轮派对、主题晚会、表演、游戏、比赛活动 全程海上慢享

2999元起

9月20/24日 10月7/11/15/19/23/27日

9月邮轮季

巨轮任您选

海洋光谱号 上海出发

乘理想号 邮轮 免签畅游韩国

天津-济州-仁川-上海6天5晚

免签出行 无需办理签证, 配套: 大剧院演出、亲子乐园、特色美食、加班休闲、康养SPA、吃喝玩乐一价尽享

2100元起

9月7/12/17/22日 10月1日

上海-福冈/济州-上海5天4晚

特色餐厅预定、以及多间餐厅套餐、各类饮品全程畅饮;
 超凡健康/超凡购物: 各类趣味讲座派对;
 超凡观光: 皇家精品游 享受岸上特色观光

3999元起

9月6/11/19/23/27日 10月7/11/16/20日

甘川宁蒙-(甘肃 四川 宁夏 内蒙古)-镇北堡西部影视城、水洞沟旅游区、董府、青铜峡黄河大峡谷、高庙、金沙岛旅游度假区、通湖草原旅游区、沙坡头、九寨沟、黄龙风景区、武都万象东专列10日**旅游专列配备总指挥 专列保健顾问 双导游咨询服务 参团无限制**.....9月4日**2880**元起

东北-张氏帅府、红海滩风景廊道、鸭绿江断桥、朝鲜民俗展览馆、国门景区、二道白河、长白山、延边大学网红墙、镜泊湖、油画村、老火车站、圣索菲亚大教堂、中东铁路桥、中央大街、北极村、最北哨所、大兴安岭五六火灾纪念塔、北极星广场双卧11日.....9月8/13/20日**3480**元起

江西-庐山、美庐别墅、篁岭晒秋、望仙谷、三叠泉大巴4日**升级半卧车 品质纯玩无购物**.....9月2日**899**元

浙江-缙云仙都、鼎湖峰、小赤壁、大神仙居、如意桥、云和梯田、坑根石寨、古堰画乡双飞5日**70周岁以上减100元 优选丽水四钻+梯田四钻住宿**.....9月7/14/21日**2599**元

四川-都江堰、松潘古城、九寨沟景区、黄龙风景区、乐山大佛、黄龙溪古镇双飞6日.....9月8/12日**3399**元

湖南-万华岩、新莽山、裕后街、小东江、白银博物馆、苏仙岭、马皇丘大峡谷、瓦窑坪文化古街高椅岭双卧7日.....9月3/10/17/21日**2580**元

澳大利亚 新西兰-爱歌顿皇家牧场、怀欧塔普地热仙境、伊甸山、千帆海港、海港大桥、卡瓦劳大桥、克伦威尔水果小镇、米佛海峡、普卡基湖、库克山国家公园、好牧羊人教堂、特卡波湖、库克船长小屋、旧国会大厦、圣派翠克大教堂、大洋路、十二门徒岩、悉尼观鲸游船、蓝山国家公园、库兰达热带雨林自然公园、绿岛、天堂农庄2国15日**上海往返 赠送转换插头 全程甄选网评四钻酒店+1晚观星小镇 含特色晚餐**.....9月20日 10月4/11/18/25日**39500**元

北欧+冰岛(丹麦 瑞典 挪威 芬兰)-小美人鱼铜像、安徒生铜像、阿美琳堡宫、天鹅湖、新港码头、蓝湖温泉、黑沙滩、瓦特纳冰川国家公园、杰古沙龙冰河湖、钻石沙滩、赛里雅兰瀑布、黄金瀑布、珍珠楼、托宁湖、露天鱼市】圣玛丽教堂、弗洛姆小镇、松恩峡湾、哈当厄尔峡湾、哈当厄尔观光游船、挪威王宫、维纳恩湖、诺贝尔博物馆、南码头露天市集、西贝柳斯公园、皇后岛、瑞典国家博物馆4国12日**拒签全退 赠送双人WiFi 赠送旅行三宝 纯玩无购物**.....10月15日前1-10名立减1000元/人 前11-20名立减500元/人**39800**元

西欧(德国 法国 意大利 瑞士)-协和广场、埃菲尔铁塔、凯旋门、香榭丽舍大道、香水博物馆、塞纳河游船、巴黎圣母院、凡尔赛宫、格林德瓦小镇、少女峰、琉森、八角型塔楼、新天鹅堡、高天鹅堡、贡多拉游船、斗兽场、君士坦丁堡、领主广场、比萨斜塔、米兰大教堂4国12日**全程三星酒店住宿 全程中式餐升级特色餐 金牌领队深度讲解**.....10月12日**17999**元起

西班牙+葡萄牙-太阳门广场、马德里西班牙广场、圣米盖菜市场、罗西欧广场、贝伦塔、塞维利亚大教堂、黄金塔、直布罗陀、龙达、阿尔罕布拉宫、瓦伦西亚主教堂和塔楼、圣家族大教堂2国12日.....10月15日**15999**元

地址:青岛市市北区镇江北路81号八一商务楼2楼282室 ★★另有多条线路供您选择, 可拨打上方电话咨询★★★