

辞职回村 他带着乡亲走上乡村振兴路

胶州市铺集镇李军探索特色增收新模式

胶州市铺集镇前官庄网格党支部书记李军，年轻时远离家乡，凭借自己的聪明才智和吃苦打拼精神，闯出了一片天地。八年前，李军回老家看望父母，看到家乡发展没有大的起色，深有感触，便毅然离开拼搏多年的城市回到家乡。他因地制宜，带领村民种植粮食作物及果树，大力发展绿色产业。他用实际行动践行“绿水青山就是金山银山”的理念，实现经济、生态、社会效益三结合，为村民创造出更大的生态财富。

放弃稳定工作回乡创业

八年前，李军经过多年打拼有了一份稳定的事业。一次偶然的机会，他回到村里，发现村里年轻人大多出去务工，放眼村庄，年久失修的房屋、泥泞难走的土路、疏于管理的田地、鳏寡孤独的老人……看着生育养育自己的家乡，李军心里一阵酸楚。他萌生了发展农业、成立合作社、改变家乡现状的想法。

“曾经，回家的路很长，有的人走了几十年；今天，回家的路很短，只在你的一念之间。”李军告诉记者。说干就干，他辞掉了现有工作，归拢了手头资金，分析了前官庄的资源优势，选择了一条种植果树的路径，带着旁人的怀疑与不解，信心满满地扎根乡村，投入到农业种植中。2015年，他从本村及周边96户村民手中流转土地500亩，成立了青岛随园家庭农场。

说起当年的创业，李军五味杂陈，眼圈发红。流转土地、买果苗、雇人工……辛辛苦苦忙活大半年，手上出了茧，皮肤晒得黝黑，衣服不再得体，李军本想着只要付出就会有收获，可是满坡的果苗无一成活，前期的投入血本无归。李军重新审视自己，转变战略，请教经验丰富的农业专家，聘请专业技术人才，解决了引进果苗水土不服的问题，重新选择栽种了适合当地水土的果苗。



李军查看油桃长势。

父亲拿出积蓄支持打井

一年后，李军另成立的老李农村合作社搞得有声有色，解决了本村大部分留守人员的就业问题，也吸引了不少邻村人参与。

望着生机勃勃的果园，李军徜徉其中，畅想着带动全村人民致富的未来。可是天有不测风云，连续几年的干旱，铺集镇所有的池塘、大坝、水库都已干涸，找不到任何水源灌溉果园，几年来的心血又要打水漂，身边的人都在劝他放弃，找份稳定的工作过安稳的生活，可是李军打定主意铁了心，矢志不渝要将这条以产业振兴乡村之路走到底。自此他像着了魔，每天都在果园里来回踱步，园里的每一个角落都印满了他的脚印。李军日夜坚守在果园里，他坚信会找到合适的打井方位。

李军在果园里巡查，选定方位准备打井。可前期买果苗、请人工已经花光了他所有的积蓄，李军再次犯了难，整天东拼西凑，却收获无几。见到儿子日夜愁眉不展，李军六十多岁的父亲找到他，经过劝说见他依旧不肯放弃，于是将多年的积蓄给了他，李军含泪接下。

特色种植养殖效益可观

资金到位后，打井工作展开了。半个月过去，水井也打了

150米，可依然没见水的影子，连打井工人们都不肯干了，认为他只是白费钱财，李军再三恳求，让工人们再坚持坚持，再下十米，如果还见不到水就放弃。

第二天，打井的工人们从清晨干到下午，李军也从清晨守到下午，依旧没有出水，156米，157米，158米……就在所有的人都觉得没有希望时，突然有人喊了一句“挖到喷泉了”，顿时一股凉意喷洒到李军脸上，所有人都在高声祝贺，李军双手掬起这来之不易的井水，热泪盈眶。在水源问题解决后，果园也迎来了大转机。他带动了更多的村民参与其中。目前，他的随园家庭农场以中央海棠大道为中轴线，划分为种植区、大棚区、采摘区、养殖区四个部分。现种植有苹果80亩、桃30亩、杏100亩、榛子150亩、核桃100亩，果树8.6万余株；综合发展林下经济，养殖羊、鸭、鹅、红头雁等家畜家禽1000余只。

文旅融合助推乡村振兴

随园农场距离铺集镇驻地约2公里，北靠王吴水库，西临胶河，空气清新，交通便利，风景秀美，具有生态旅游观光基础。

在种植果树与粮食上，李军和他的合作社已经取得可喜的成绩，成了家乡致富带头人。合作社先后荣获山东省农民专业合作社示范社、山东省经济林协会常务理事单位、胶州市无公害农产品生产单位等荣誉称号。

为当好群众致富的“领头雁”，李军为自己制定了更高的发展目标：一是为果园建成一条更加成熟的生产线，解决当地农户社员果子的销路，打出品牌，提高市场知名度与认可度；二是结合果园林场等本土优势，推出“健康养生+休闲娱乐+文化旅游”的康养民宿，让更多的村民参与进来，扎实推进乡村振兴，推动实现村庄更富裕、生活更幸福、乡村更美丽。

观海新闻/青岛晚报 记者 马丙政 通讯员 张劲弓

健康青岛

小小手术铺平康复之路

延长血液透析患者生命线

近年来，慢性肾脏病患病率逐年升高。据统计我国目前慢性肾脏病患病率高达10.8%，平均每10个中国人中，就有一个是慢性肾脏病患者。其中约1%的慢性肾脏病患者会发展为终末期肾衰竭，也就是尿毒，血液透析成为很多肾衰竭患者的选择。本期《健康青岛》邀请了青岛市市立医院本部血液净化中心副主任孙健，与市民聊一聊血液透析的那些事儿。市民如有问题可拨打健康热线85702120。同时，市民可关注市立医院官方微博了解相关内容。

对于透析患者来说，透析时间的延长就是生命的延长，医生要做的就是为这个过程提供最大程度的医疗保障。“透析病人要想达到良好的透析质量，以及之后获得好的生活质量，需要方方面面的努力。其中，良好的通路是保证血液透析的基础。”孙健说。一周三次，一次四个小时，透析的日子，高远已经走过了近十年。血液输出、通过机器滤掉多余水分和毒素，再回输到体内，大臂小臂上各打一针，随着血液的流动，高远的血液透析治疗开始了。“我属于遗传的多囊肾，2010年感觉肾可能有点问题，感觉到头晕恶心，然后就到医院来查，查出肌酐已经到了三百多。”血液指标的异常透露着高远体内的毒素正在不断累积，通过一系列的检查，医生发现，高远的肾脏病已经进入到了终末期阶段，需要进行透析。“透析完了以后感觉到身体马上舒服一些了。”上午透析，下午工作，他的生活周而复始。直到两三年前，高远出现了大多数透析患者都会出现的问题。“当时诊断结果为动静脉内瘘功能不良，流量达不上，病人的透析质量就跟不上。”孙健说。“当时，我们采取了超声引导下的腔内成形术，手术效果不错。”选择手术部位，入路方向，挑选合适球囊，手术的每一步都需要孙健团队前期精准有效的评估作为支撑。短短半个小时的手术，原本狭窄的血管通路得到了疏通。时间对于高远这样的透析患者有着更为敏感的意义，四个小时的透析时间换来的是可以正常生活的权利，他们希望的就是能够将这个时间无限期延长，直至等到曙光到来的那一刻。

“一个良好的通路是保证血液透析的基础，所以说，不管哪种血管通路，都是患者的生命线，是维持患者生命最基本的保障。”孙健说。偌大的透析室，冷白的仪器中血液的流淌，这是生命在坚持。医生与患者携手共进，日复一日，年复一年，他们是医患更是战士。经过合理规范的治疗，多数透析患者都能达到很好的治疗效果，肾衰竭患者也能像正常人一样生活和工作。于波 栾丕炜 张小青

手术直击

护佑新生命的诞生

腹膜外剖宫产手术——用爱托举新生命

十月怀胎，十个月的期待，一个家庭的幸福期盼，都在这一刻降临。可子宫肌瘤、胎儿臀位，让幸福时刻遭遇阻拦，如何选择分娩方式成为产科医生最需要面对的问题。怎样才能将产妇的损伤降到最低？怎样保障母亲与孩子的生命安全？本期《手术直击》播出的是市立医院本部产科主任徐风森主刀的腹膜外剖宫产手术。本部产科主治医师来到了演播室解读手术，并提出健康提醒。同时，在节目的过程中，开通了健康咨询热线85702120。

此次要直击的手术比较特殊，是两台产科手术——腹膜外剖宫产手术。剖宫产就是我们通常所说的剖腹产，剖宫产手术采用的是硬膜外麻醉方法。麻醉过后，孕妈仍是清醒的，只是肚脐以下的部位没有了感觉。手术开始后，医生会先切开腹壁，探查子宫、胎儿及附近器官有无破裂及粘连情况。子宫切开后，主刀医生把手伸入到子宫里，托住胎儿的头，然后助手医生按压子宫底部把胎儿向下推，与此同时主刀医生的手将胎头向上撬一下，大多数情况下，宝宝的头就可以顺利地娩出来了。这次将要接受手术的两位准妈妈，都经历了10个月的辛苦准备，却也同样因为自身身体原因，无法进行顺产分娩，手术也有一定风险。在这种情况下，青岛市市立医院本部产科，成为了她们安心、信任的希望之地。两位产妇情况不同，手术术式也不同，手术一大早就带领团队，针对两个手术方案进行了细致的商定。第一台因产妇子宫肌瘤，需要进行常规的剖宫产手术，术中根据实际情况再衡量是否对子宫肌瘤进行剔除。第二台产妇因为胎儿臀位（臀部在下），不适合顺产，计划采取本部产科特色的腹膜外剖宫产手术。怀胎十月，不是一个轻松的过程，是孕妈妈经历各种孕期风险，一路小心翼翼，才能顺利一朝分娩。好在，经过徐风森的“妙手”，手术中，宝宝均顺利出生。

在医院，产科永远都是一个被希望、幸福和温暖包围的科室，因为在这里每天都会诞生新生命。青岛市市立医院本部产科主任徐风森就是这样一位每天用双手迎接新生命的医生。“我说干医生最大喜悦就是她们平安，我们医生和病人是一个战壕里的战友，我们每个医生都希望她们平平安安的。”徐风森说。

观海新闻/青岛晚报 记者 于波 栾丕炜 张小青

《健康青岛》播出时间

QTV-2首播：周六8:50 重播：周一9:25 周三9:25

《手术直击》播出时间

QTV-2首播：周六9:40 重播：周二9:40 周五9:40