

趁热打“贴” 海慈医疗推出“组合拳”

今日入伏 海慈医疗集团两院区开启冬病夏治 利用黄金期调理体质

今日正式入伏，标志着酷暑难耐的三伏天驾到！从即日起至8月19日，正是冬病夏治的好时机。记者从海慈医疗集团获悉，该院将推出“组合拳”，由本部9个科室和西院区7个科室联袂开展冬病夏治诊疗服务，开出妙方调理体质，为健康把脉护航。据悉，每伏的第一天，本部、西院区早6时30分可进行挂号，其余时间仍为7时30分。



小朋友在青岛市海慈医疗集团接受隔物灸治疗。(资料图)

抓住“阳康”后首个夏天

本部治未病科在“新冠中医康复门诊”基础上，新增贴敷药物剂型和三伏针，因人而异，辨证取穴，同时增加脐灸、督灸等三伏灸和冬病夏治养生膏方，使患者体验更加舒适。海慈医疗集团治未病科副主任曲宪双介绍，7月10日至7月14日，治未病科开展三伏养生节、养生保健义诊咨询周活动，期间免普通号挂号费，上下午各40个名额，由专业医生把脉，对符合条件的市民开展冬病夏治。冬病夏治穴位贴敷法主要用于治疗和预防在秋、冬、春季容易反复发作或加重的慢性、顽固性疾病，如慢性咳嗽、鼻炎、哮喘等。

本部呼吸与危重症(肺病)中心也将根据患者具体情况，开展个体化治

疗。据本部呼吸与危重症(肺病)中心一科副主任胡海波介绍，冬病夏治并非只适合老人、孩子，中青年如在“阳康”后出现反复咳嗽等，也可前来咨询调理寒湿体质。夏天不敢吹空调的风湿类疾病患者，也可以抢抓黄金期到本部风湿免疫科接受冬病夏治，从而减轻症状、减少发病次数。

“不止于贴敷”手段更多样

每年入伏首日，海慈医疗集团会迎来一群慕名前来的“娃娃军”。今年，本部儿一科在传统三伏贴的基础上继续开展艾条灸、隔物灸、耳穴、节令保健推拿、中药香囊、中药熏洗、药膳、浓煎剂等内外结合的三伏调养方式。海慈医疗集团本部儿一科主任郭晓琳介绍，儿童好发于冬季的呼吸系统疾病如反复呼吸道感

染、慢性咳嗽、哮喘、过敏性咳嗽、鼻炎、腺样体肥大及日常困扰家长的孩子厌食、消化不良、生长慢、遗尿等疾病，多是因患儿肺脾肾常不足所致。当孩子素体虚寒，正气不足，表现为现代医学所说的免疫力低下，无法做到“正气存内，邪不可干”。“冬病夏治”就是在一年中阳气最盛的时期，使用温热的药物，利用人体在夏季阳气旺盛，营卫调达、腠理开达的生理特点，通过穴位贴敷、艾灸等综合的干预方法，来温煦机体，扶助正气，清除宿痰积寒，达到防治和减少患儿生病频率的一种中医特色疗法。本部儿一科结合临床接诊的情况，将冬病夏治的疾病谱从肺系疾病，拓展到脾系疾病、肾系疾病，帮助孩子增强体质，通过夏季调养达到事半功倍的效果。

夏季是养心的重要时节。本部心脏中心心血管一科“心病夏治”既包括“冬病夏治”，更涵盖“夏季养心”，注重护养体内阳气，同时兼顾健脾除湿、清热消暑、补养肺肾等，为高血压、高血脂症、冠心病等患者提供个性化方案。本部心脏中心心血管一科“心病夏治”既包括“冬病夏治”，更涵盖“夏季养心”，注重护养体内阳气，同时兼顾健脾除湿、清热消暑、补养肺肾等，为患者提供了多种“春夏养阳”“夏季养心”“冬病夏治”的方案。本部针推康复中心则沿用“齐天灸”+三伏贴的组合疗法，改良贴敷配方，精校贴敷穴位，专家针对患者体质，辨证选方。

春夏养阳改善体质预防疾病

督脉灸、特色养生灸、中药熏蒸、

三伏针……在海慈医疗集团西院区治未病科，专业医生将根据患者的病情选择不同的治疗方法，从而达到祛风散寒、疏经活络、扶正固本的功效。

西院区针推康复一科主打特色“扶阳罐”“补肾温督灸”“火龙罐”，温经通络，调理脏腑，将春夏养阳进行到底。西院区针推康复二科同样在三伏贴的基础上同时开展三伏灸、三伏针、三伏罐、督灸、脐灸等治疗。西院区呼吸与危重症(肺病科)一科通过穴位贴敷与脐灸相结合帮助患者远离冬季咳痰喘。西院区呼吸与危重症(肺病科)二科冬病夏治贴敷主要病种包括：支气管哮喘、慢性支气管炎等疾病，适宜于中医辨证属虚寒体质患者。西院区风湿病科开展督灸、火龙罐等其他中医特色疗法，联合三伏贴疗法共同发挥除湿散寒、通络，强身健体之效。西院区儿科主要针对手脚冰凉、倦怠懒动，或患有反复呼吸道感染、慢性咳嗽、过敏性鼻炎、消化不良、遗尿的虚寒体质的儿童，配合耳穴压丸和中药汤剂内服，改善体质，预防疾病。

观海新闻/青岛晚报 记者 于波 通讯员 范晓莘

2023年冬病夏治时间表

初伏：2023年7月11日-2023年7月20日，共10天；
中伏：2023年7月21日-2023年7月30日，共10天；
中伏加强：2023年7月31日-2023年8月9日，共10天；
末伏：2023年8月10日-2023年8月19日，共10天。

青岛男篮力克辽宁赢“夏”开门红

2023CBA夏季联赛在青打响 百元连看两场学生票享七折



小将杨翰森(左)出战。栾丕炜 摄

本报7月10日讯 10日晚，2023年CBA夏季联赛(青岛)正式开赛，东道主青岛国信水产男篮迎战上赛季联赛冠军辽宁队。最终，青岛男篮79:69力克辽宁取得夏季联赛开门红。

相比于去年8支队伍的参赛规模，今年的CBA夏季联赛青岛站云集了10支实力强劲的CBA队伍。按照赛制，来参赛的10支球队会被分为两个小组先进行循环赛确定排名，各组前四名进行交叉淘汰赛并最终产生冠军。

首场比赛中，辽宁队出现多次失误，

青岛男篮趁机连续得分，宋文浩冲击力强接连内线取分，青岛打出14:0超级攻击波。次节双方命中率都有下降，辽宁队打出小高潮直接反超比分，但赵嘉义站出来接连取分助青岛保持4分领先。下半场，青岛队段昂君外线手感火热，连中3记三分助青岛11:2进攻波拉开双位数领先。末节辽宁队又是出现连续失误，回天乏术，最终青岛79:69力克辽宁。

今年的CBA夏季联赛为了最大限度回馈广大球迷的支持，俱乐部将球迷观赛票价设置为100元连看两场，这也是在全国范围内少有的亲民价格。同时，针对学生群体，还推出了学生票以及家庭研学票。凭借学生证，学生票在原价基础上享受七折优惠。而家庭研学票，家长带着孩子除了可以现场观看两场比赛之外，还可以体验i动小雄鹰篮球训练课程，同时赠送球队专属篮球，并颁发研学证书。欢迎广大球迷朋友们关注青岛国信海天篮球俱乐部微信官方公众号或者官方抖音进行购票。

(观海新闻/青岛晚报 记者 栾丕炜)

慢投垒球冠军杯赛在青收官

本报7月10日讯 2023青岛时尚体育消费季第二届“青岛杯”上合文旅时尚体育联赛慢投垒球冠军杯赛，上周末在胶州市体育中心落下帷幕。来自合肥、天津、连云港、潍坊、济南等地的10支慢投垒球队、200余名参赛选手展开为期两天的激烈比拼。

最终连云港迅皮皮虾队获得本届

赛事冠军，全部由日本友人组成的球队DRUNKERS队与天津台协慢速垒球队分别获得亚军、季军。同时，DRUNKERS队的江口綾在本垒打大赛的60秒时间内，以打出11个的好成绩成为本届本垒打大赛的优胜者，连云港迅皮皮虾队的左欢获得“金手套奖”。

(观海新闻/青岛晚报 记者 高静文)

老有所学，“艺”起展示不老的青春

青岛市老年人才艺大赛颁奖典礼举行

本报7月10日讯 火红的七月，精彩的节目激情万丈。7月10日，由青岛市老年活动中心主办的青岛市老年人才艺大赛颁奖典礼暨老年活动中心2023春季学期老有所学文艺汇演在市北区南昌路96号市老年活动中心隆重举行。

文艺汇演在充满激情的民族舞《欢乐的火把节》中拉开帷幕，整场演出分为“忆·峥嵘岁月”“恰·风华正茂”“铸·银龄梦想”三个篇章。风格各异的精彩节目多角度展示了青岛市老年活动中心优异的教学成果，全方位展现了广大老年



学员积极向上的精神风貌，体现了老年人向往青春、渴望美好，不负韶华、追求真善美的美好愿景。 (本报记者)

引进、培育、服务三方均衡发力

李沧构建高质量大数据产业“人才生态”

本报7月10日讯 人才是大数据产业发展的第一资源，更是构成产业健康发展生态的关键要素。7月10日记者了解到，李沧区在大数据人才的引进、服务和培育三方面均衡发力，着力构建高质量的大数据产业“人才生态”。

优质的产业生态，是留住人才的“定心丸”。2019年以来，李沧区广泛招引数字化项目落地，通过引进中瑞车联网、云裳物联、越来数字等大数据产业链上下游企业，构建大数据产业的“生态雨林”，给来到李沧的大数据人才更广阔的发展空间。

在“引才”的同时注重“育才”，才能让人才跟得上时代节拍，尽显其才。2022年以来，李沧区针对科技企业在业务扩张中遇到的“堵点”和传统企业在数字化转型中遇到的“痛点”，邀请知名企业家和行业领袖分享经验、交流思想，为大数据人才提供更多的学习和发展机会。

未来，李沧区将继续积极推进人才强区战略，在大数据人才的引进、培育、服务方面均衡发力，逐步将李沧构建成为大数据产业的“生态雨林”，大数据人才的“集聚高地”，为青岛乃至山东的大数据产业发展持续赋能增效。

(观海新闻/青岛晚报 记者 刘卓毅 通讯员 江欣芮)

天气预报

市区

今天	雷阵雨	24℃ ~ 28℃
南风	4-5级	24℃ ~ 28℃
明天	雷阵雨	24℃ ~ 28℃
南风	3-5级	24℃ ~ 27℃
明天		
崂山	雷阵雨	24℃ ~ 27℃
即墨	雷阵雨	24℃ ~ 29℃
胶州	雷阵雨	24℃ ~ 28℃
黄岛	雷阵雨	24℃ ~ 28℃
莱西	雷阵雨	24℃ ~ 30℃
平度	雷阵雨	23℃ ~ 29℃

彩票开奖

七乐彩第2023078期
01 02 09 10 11 17 21+28
福彩3D第2023181期

5 6 7