

踏上“热血”之旅 触摸“爱心温度”

青岛市无偿献血健康科普基地开展研学活动助青少年解锁生命密码



▲互动问答环节,现场气氛热烈,同学们积极举手提问。



►科普老师讲述人类输血发展史及青岛市无偿献血事业的发展历程。
医院供图

金秋九月,以“科技改变生活 创新赢得未来”为主题的2026年全国科普月如期而至,旨在汇聚科普资源,弘扬科学精神。9月19日,青岛市无偿献血健康科普基地再次迎来一批“小客人”——青岛市桦川路小学四年级一班的同学们。孩子们9点准时齐聚青岛市中心血站,怀揣好奇与期待,开启了一场以“科技赋能公益·热血点亮生命”为主题的血液探索之旅。

在二楼机采部大厅,透过明亮的落地玻璃窗,同学们第一次近距离目睹了血小板采集的全过程,精密运转的仪器、严格灭菌的一次性耗材以及献血者从容的神情,让大家深受触动:原来一袋救命血的背后竟有如此精密严谨的科技支撑!怀着探索血液奥秘的好奇之心,同学们跟随科普老师步入三楼无偿献血健康科普基地,开启了一场关于血液知识的探索之旅。进入科普基地,仿佛走进一座血液科学的殿堂。血液微观世界游戏大战、血液成分制备分离模拟实验、“热

血红嫂”话剧、功勋献血者星光大道……同学们在沉浸式体验中惊叹连连,为科技喝彩,为爱心动容。

在“热血时光记忆”展区,科普老师娓娓讲述人类输血发展史及青岛市无偿献血事业的发展历程,让大家触摸到这座城市的“爱心温度”。“微观生命印记”展区前,同学们通过全息投影,认识了血液中默默守护生命的“三剑客”——红细胞、白细胞与血小板。最受欢迎的当属“人体的发动机”互动区,同学们骑上单车,随着踩踏频率感受心跳变化,直观体验心脏输送氧气与养分的奇妙过程,随后的互动问答环节气氛热烈。在血液微观世界大战VR体验展区,同学们戴上VR设备化身“白细胞卫士”,在大屏上射击细菌,在趣味游戏中学习经血液传播疾病的预防知识。此外,大家还通过膳食宝塔学习科学膳食助力健康的知识,了解“三减三健”的健康生活理念,以及如何通过合理饮食和适度运动来保持血液健康。在“一袋血的历程”展区,科普老

师通过生动的动画视频,为同学们详细讲解一袋血从献血者到用血者,从采集、制备、检验、入库、发放到医院,最终用于临床的全过程。同学们认真聆听,踊跃提问,对“血液拯救生命”有了最直观的认识。

参观尾声,科普老师为每位同学颁发社会实践证书与文创礼品。同学们手捧证书纷纷表示,要将所学化为行动,争做无偿献血知识的传播者,用实际行动传递温暖与正能量,展现新时代青少年的责任与担当。

这种“看得见、听得懂、可感知”的科普形式,不仅科普科学血液知识,更在青少年心中种下了向善奉献的种子。从全国科普月到日常,从“请进来”到“走出去”,无偿献血科普正在打破专业壁垒,让大众读懂:每一袋热血背后,都依托着一套精密严谨的生命保障系统。用科学破除顾虑,用行动诠释担当——这正是全国科普月连接“科学认知”与“公益实践”的深远意义。

文/周少凯

儿童防龋 老年健齿 智慧护牙

青岛市举办“全国爱牙日”健康知识发布会

9月20日是第38个“全国爱牙日”,青岛市举办“鲁医健康说·时令与健康”系列健康知识发布会,权威发布重点人群口腔健康核心信息,通报全市智慧化口腔服务建设成果,专家现场答疑解惑,推介口腔助残公益行动,普及全生命周期口腔健康理念,推动口腔健康与全身健康协同发展。

口腔是人体健康的第一道门户。龋齿、牙周病、牙缺失等口腔疾患,不单影响进食和咀嚼,还和糖尿病、心血管疾病等慢性病密切相关。发布会上,青岛市口腔医院预防保健科主任、副主任医师公文指出,从小护好牙、到老管好牙,就是在为全生命周期的健康“打地基”。世界卫生组织提出“8020”口腔健康目标——即80岁拥有20颗功能牙。围绕这一目标,现场发布儿童青少年和老年人两大重点人群口腔健康核心信息。

智慧赋能 构建现代化口腔健康服务格局

青岛市口腔医院院长侯凤春介绍,青岛围绕群众全生命周期口腔健康需求,聚焦预防、诊疗、监管、科普、校园守护五大领域,由市卫生健康委牵头组建青岛市口腔疾病防治工作专班,构建政府主导、专业机构牵头、基层医疗卫生机构为底座、全社会共同参与、医防一体化、中西医协同的口腔疾病防治格局。

在智慧科普方面,青岛高标准建成智慧化口腔健康教育基地,运用AI、VR交互、数字化演示、实景模拟教学,打造沉浸式、数字化、常态化科普宣教核心阵地,并针对儿童青少年、老年人、慢性病患者等定制差

异化内容。基地坚持公益开放,线上搭建科普矩阵,开展“口腔健康进校园”“微笑少年”等公益项目,建立口腔健康档案40万份,超百万群众受益。

在防治网络方面,青岛建成市、区、街道(社区)智慧化三级口腔疾病防治网络,形成“市级引领、区级落实、基层兜底”的分层防治格局。目前全市有112家定点医疗机构,打通口腔防治“最后一公里”。依托数字化平台,青岛落地儿童口腔疾病基本预防惠民项目,提供免费筛查、窝沟封闭、涂氟防龋等服务。平台注册60余万人,完成51万余名儿童分级干预,涂氟49万余人,窝沟封闭126万余颗,有效降低儿童龋齿患病率。

在智慧诊断与监管方面,居民智慧诊断体系搭载双引擎AI诊断算法,市民用手机拍摄5张标准化口腔照片,3秒内即可完成龋齿、牙周病、智齿等8类常见口腔问题筛查,生成诊断报告、养护方案和分级就医建议,照片质量达标情况下整体识别率90%以上,形成“居家自检—智能诊断—精准就医”闭环。AI智慧质控平台已覆盖42家口腔医疗机构,累计质控根管治疗54554例、口腔种植14040例、牙周刮治18354例。对比平台上线初期,病历书写合格率从65.6%提升至85.4%,病历质量优良率由21.6%提升至59.2%。智慧健康校园已在4所公立小学试点,学生新发龋齿发生率下降,下一步将逐步覆盖全市中小学和幼儿园。

专家科普答疑 破除口腔健康认知误区

发布会上,青岛市口腔医院四位专家结合岛城

生活实际,针对群众普遍困惑的口腔问题开展科普解读。

儿童口腔科科主任杨玉娥纠正“乳牙迟早替换,蛀牙无需治疗”的误区。乳牙要在口腔内存留6到10年,承担咀嚼、发音、美观等重要作用。乳牙龋坏拖延不治,会引发牙痛、偏侧咀嚼、消化不良,炎症还会损伤恒牙胚,造成恒牙发育异常、牙列不齐。家长发现孩子牙齿黑点应尽早就诊;日常做好含氟牙膏刷牙、控糖、定期口腔检查,落实涂氟、窝沟封闭等预防措施。

牙体牙髓二科主任卢冠凡提醒市民,不要用牙齿开啤酒瓶盖、直接啃咬螃蟹硬壳。这种“硬碰硬”的行为极易造成牙隐裂。牙隐裂早期症状隐蔽,延误治疗会出现疼痛,严重可导致牙齿折裂丧失。日常进食细嚼慢咽,出现冷热刺激痛、咬合不适要及时就医。

口腔颌面外科主任王耀钟介绍正颌手术相关知识。嘴突、地包天、面部歪斜很多是颌骨骨骼畸形导致,单纯正畸只能移动牙齿,无法改变骨骼形态。正颌手术从骨骼层面矫正牙颌面畸形,同时恢复咀嚼功能、优化面部外观,仅适用于成年骨性畸形患者,需正畸、外科联合评估后实施。

中西医结合口腔黏膜科主任张爱娟结合秋分换季特点讲解黏膜防护。秋季燥邪盛行、昼夜温差大,口腔黏膜干燥脆弱,口腔溃疡高发。建议少量多次饮水,饮食润燥少辛辣;选用温和牙膏,保证充足睡眠;口腔溃疡超过两周不愈合,要尽快就诊排查风险。

文/张慧