

暖心,他们用这样的方式展现师者担当

“李老师,您今年又来参与献血了?”“来奉献爱心,为社会出份力!”9月12日上午8点,无锡市中心血站采血大厅里已有不少人的身影,来自梁溪区各学校的近200名教师带着饱满的热情陆续集结,挽袖献血。无锡市第六届教师献血月主题活动就此拉开帷幕。

一走进采血大厅,温馨的氛围扑面而来。大厅内合理划分了登记区、体检区、采血区和休息区,每个区域都配有醒目的指示牌和志愿者。“请扫码填写献血登记表,注意核对个人信息,有没有高血压、糖尿病或近期服药的情况。”血站志愿者们耐心引导教师填写登记表并告知注意事项。

来自太湖实验幼儿园的教师唐辰原正配合护士做血液初筛,这是他第五次参与教师献血月主题活动。“作为教师,除了教书育人,更重要的是立德树人。”唐老师说,“参加无偿献血,用实际行动告诉孩子们什么是爱、什么是奉献,怎么用举手之劳承担社会责任,用这样的方式

教育引导孩子,是更为重要和深刻的。”

同样是来自太湖实验幼儿园的周青蔚,是学校的一名保健医生,今天是她第十四次献血,她对献血的意义也有自己的理解:“从医学角度来说,适量献血能促进身体新陈代谢,对健康有益;从社会责任来讲,每一袋血都可能成为病患的‘救命血’,这也是我一直坚持献血的原因。”

献血结束后,老师们手持鲜红的献血证在采血大厅合影留念,定格成一幅幅充满温情的画面。他们让“学高为师,身正为范”的理念不仅停留在课堂上,更融入于践行社会责任的实践中,用师者担当为社会注入源源不断的温暖力量。

“教师群体一直是无偿献血的‘主力军’,每年的教师献血月活动都能看到大批教育工作者积极参与,这份温暖与担当特别让人感动。”市血站献血服务科副主任梁怡星在活动现场向记者介绍,此次教师献血月主题活动以分批次形式开展,为



教师提供便利。“今天参与的是第一批教师,九月中下旬将安排第二批教师参与献血。”

为保障此次团体献血顺利开展,血站提前做好了准备,不仅调配了经验丰富的医护团队全程值守,还备齐了充足的采血设备、应急药品及营养点心等物资全力为教师提供贴心服务。

据悉,截至9月12日,今年全市共有300余名教师成功献血,总献血量达8.8万毫升。(黄琳)

板蓝根能预防感冒吗?

换季了,感冒的人逐渐多了起来,这时人们经常想起板蓝根。那么,板蓝根能否预防感冒?

板蓝根是一种常见的中药材,主要来自十字花科植物菘蓝的干燥根,具有悠久的历史,在传统中医中被归类为“清热解毒”药,常用于治疗风热感冒、咽喉肿痛等热证。其性寒,味苦,传统上认为对“热毒”症状(如发热、咽痛)有一定缓解作用。

现代药理研究认为,板蓝根一方面具有抗病毒与抗菌作用,另一方面,它还具有免疫调节作用。但是,板蓝根的疗效和适用范围存在一定局限性。首先,抗病毒作用有限,缺乏高质量临床证据。体外实验不等于体内效果,虽然部分实验室研究显示板蓝根提取物对某些病毒(如流感病毒)有抑制作用,但体外实验浓度远高于人体实际用药水平,且无法直接等同于临床疗效。目前尚无大规模、随机双盲的临床研究证实板蓝根对流感或其他病毒感染有显著治疗作用。

其次,板蓝根的适用症有限,不适用于所有感冒类型。中医理论中,板蓝根适用于风热感冒(症状如发热、咽痛、黄

痰),但对风寒感冒(畏寒、清涕、白痰)可能加重症状。因此,它无法替代对症治疗。

第三,需要注意板蓝根的潜在不良反应与安全性问题。一个是过敏风险。部分人服用后可能出现皮疹、瘙痒甚至过敏性休克,尤其对菊科植物过敏者需谨慎。也有人可能出现消化系统反应或肾功能异常,肝肾疾病患者需遵医嘱。

在健康传播中,板蓝根的预防作用经常被夸大。对此要明确,无证据表明板蓝根可预防流感或COVID-19等传染病,盲目服用可能延误疫苗接种或其他防护措施。还可能延误规范治疗,依赖板蓝根治疗严重感染(如肺炎、细菌性扁桃体炎)可能导致病情加重。

板蓝根的合理使用建议如下。

首先,作为辅助治疗。轻症风热感冒可短期使用,若症状持续超过3天或加重,需及时就医。其次,过敏体质、孕妇、婴幼儿、肾功能不全者应在医生指导下使用。第三,避免联合用药风险,与西药(如解热镇痛药)同时服用需注意相互作用,建议间隔2小时。(人民日报海外版)



近日,雪浪社区卫生服务中心南泉分中心组织党员医护团队开展中医康复进社区活动,为居民提供血压血糖检测、中医针灸推拿、康复器械指导等一站式健康服务。

(南泉)

图片新闻投稿邮箱:
jkrm999@163.com

九旬老人髌关节置换2年后行动自如 这家医院有个“宝藏”骨科

“两年前,我90岁的姑婆和68岁的母亲,都是郭广华主任做的手术,现在恢复得都蛮好。”家住锡山区东亭街道的秦女士谈起无锡市锡山区东亭人民医院骨科副主任郭广华,语气中满是感激。近年来,该院骨科专注于骨病与关节损伤的治疗,凭借精湛技术和个性化康复方案,赢得了患者及家属的广泛信任。

回忆起2022年12月姑婆的那次意外,秦女士仍心有余悸。当时年已九旬的姑婆在小区散步时不慎滑倒,不仅头部撞伤,左髌部也严重肿痛。家人本打算送往大医院,但考虑到高龄老人辗转途中的风险,最终选择就近前往东亭人民医院,并慕名找到郭广华。

经综合检查,秦老太太

被诊断为“左股骨颈骨折”。鉴于患者年事已高,郭广华迅速组织骨科团队进行术前评估,最终确定实施髌关节置换术。为最大限度防范术中风险,他还联合内科、麻醉科等成立“术中应急小组”,针对可能出现的血压波动、心律失常等并发症制定详细预案,全程保障患者生命体征平稳。

手术顺利完成之后,团队又为老人量身定制了一套个性化康复方案:术后24小时内即开始床上活动,配合科学营养支持,有效降低了肺部感染和深静脉血栓等卧床并发症风险。

令人欣喜的是,恢复情况十分理想。秦女士笑着说:“前几天我去看姑婆,她甚至能丢开辅助器,小跑着追快递小哥取件了。”正是这

次成功的治疗经历,让秦女士一家对东亭人民医院骨科信任倍增。后来,她的母亲因车祸导致“左锁骨中段粉碎性骨折及左侧多发肋骨骨折”,也同样在郭广华及其团队的手术与康复指导下稳步恢复。

在东亭人民医院骨科住院部办公室的墙上,挂满了红彤彤的锦旗,不时有患者前来咨询术前准备与术后康复事项,氛围温馨而忙碌。

据了解,目前该院骨科已能常规开展多项复杂手术,包括胸腰椎骨折开放/闭合复位内固定、椎间盘突出髓核摘除、各类关节内骨折复位固定,以及人工髌、膝关节置换和关节镜下的多项微创手术,逐步成为区域内老年骨关节疾病诊治的重要力量。(葛惠)



上海专家魏江磊和刘振国在帕金森专科病房为患者调整方案。

5年以上抖僵加重,药效减退, 做了帕金森手术就妥了?

近日,在易可中医院,DBS手术受中晚期帕金森患者关注。临床建议,帕金森5年以上,美多巴类药物药效减退,出现明显的开关现象、异动症等,可以考虑。但需知手术不能治愈帕金森病,不能逆转所有症状,也不能阻止疾病进展,且术后仍需服药。

上海帕金森中西医结合权威魏江磊教授和刘振国教授采用中西医结合的方式“增效减毒”,达到手术同样效果,同时对患者长期管理,极大改善药效减退、抖僵加重、乏力摔跤、坐轮椅等症状,为中晚期帕金森患者提供了第三条出路。