

健康相伴，“冬病冬治”有妙招

西苑医院济宁医院三九贴12月21日开贴

郭纪轩 通讯员 王碧辉
济宁报道

俗话说：“夏养三伏，冬补三九”，古老的中医传统疗法“三九贴”，如同为身体点燃一把温暖的火焰，不仅能够温经通络，驱散寒湿，还能提升正气，增强免疫力。中国中医科学院西苑医院济宁医院(简称西苑医院济宁医院)自1986年率先在全市开展三九三伏贴疗法以来，该疗法一直以操作简便、疗效可靠，深受广大患者的好评。

“三九贴，是指每年的一九、二九、三九和四九(加强一次)的第一天，选用具有辛散温通的药物，贴敷在特定的穴位上，通过药物对穴位的温热刺激，温煦阳气，驱散内伏寒邪，调节人体的阴阳平衡来达到治病防病的目的，主要用于调治秋冬季易反复发作或加重的慢性病，

属‘冬病冬防’。”西苑医院济宁医院针灸科学科带头人、副院长王乐荣介绍，作为医院最早开展三九三伏贴疗法的科室，近日前来医院咨询的患者络绎不绝，纷纷预约在一九当天(12月21日)贴敷三九贴。

为了满足不同患者的防病治病需要，今年，西苑医院济宁医院针灸科、肺病科、治未病科、儿科、耳鼻咽喉科、心血管科、脑病科、妇科、外二科(男科)、康复科、肾病科、内分泌病科、风湿病科、老年病科、脾胃病科、内三科(肿瘤科)等十几个科室同时开展贴敷，各科室根据不同疾病，辨证取穴、用药，专病专治，让防病保健更精准。

“我们研制出冰片、黄芪、延胡索、地肤子、三七、白芥子等中药的组方，选定心俞、膻中、内关等穴，能够有效防治冠心病、心绞痛、高血压、糖尿病、慢性支气管炎及亚

健康患者调理。”医院心血管科主任朱志扬介绍，冠心病心绞痛属于中医“胸痹”范畴，阳气亏虚是发病之本。因此，冠心病常在秋冬或冬春发作或加重，相关患者也更加适合“三九贴”疗法。

而在医院肺病科，科室专家团队推出的“金水固本三九贴”也早已经开启了贴敷预约。届时科室专家将根据患者的身体状况和具体需求，量身定制贴敷方案，在用药选穴方面更加偏向于慢性咳嗽、慢性支气管炎、慢阻肺、过敏性哮喘、过敏性鼻炎、反复咳嗽、慢性咽炎、体虚易感等疾病患者的需求。

“三九贴起到的不仅仅是简单的保健作用，因此药膏必须根据年龄、体质、病种等精准配药取穴施治才能达到最满意的效果，建议有需要的市民一定要到正规医疗机构贴敷。”王乐荣表示，为方便



为市民贴敷“三九贴”(资料图)。

广大市民就近贴敷，届时，医院针灸科、妇科将在新院区、老院区同时提供贴敷服务，其余科室患者则可在新院区贴敷。

需要提醒的是，贴敷疗法不能

完全替代其他治疗，对处于疾病发作、加重及正在用药的患者，在贴敷期间不要随意减药、停药。同时，三九贴三年一个疗程，与三伏贴配合也会让疗效更加显著。

深化合作，提升婴幼儿照护服务水平

兰州市卫生健康委调研组点赞任城妇幼托育服务新模式

郭纪轩 通讯员 何双胜 济宁报道

近日，兰州市卫生健康委员会党组成员、副主任林丽带领11人调研组，抵达济宁市任城区妇幼保健院福佑托育园，就婴幼儿照护服务的发展进行深度调研与交流。此行旨在汲取先进经验，推动婴幼儿照护服务领域的医育结合新模式，携手提升两地婴幼儿照护服务水平。

调研组深入福佑托育园，对园区的环境设施、安全管理体系、婴幼儿活动区域进行了全面考察。林丽对托育园的环境设计、空间布局给予高度评价，并特别赞扬了任城区妇幼保健院在托育服务中的创新理念与实践。

调研中，林丽详细了解了任城区妇幼保健院依托自身医疗、保健、康复资源，首创的“医、教、康”一体化托育服务新模式。她对福

佑托育园“以爱为先、以医为主、以教为保、以康为标”的服务理念表示高度认可，认为这一模式站位高远、充满大爱，彰显了社会责任与担当，具有极高的复制、推广价值。

此外，调研组还深入了解了福佑托育园的性质、功能、管理模式、办园理念等，对园区的安全防护、医疗康复、收费标准等方面进行了细致询问。林丽对任城区妇幼保健院在婴幼儿照护服务工作中取得的成绩给予充分肯定，认为其创新的托育服务模式和“托育融合园”建设，不仅惠民生、暖民心，而且特色鲜明、亮点突出，为行业树立了典范。

调研期间，双方还就婴幼儿早期发展、家庭科学育儿指导、医护人员培训等多个方面进行了深入交流与探讨，共同展望了婴幼儿照护服务领域的未来发展前景。林丽表示，此次调研收获颇丰，不仅开阔了视野，也为兰州市加快推进婴幼儿照护服务工作提



调研现场。

供了宝贵经验和明确方向。

此次调研活动，不仅加深了兰州市与济宁市在卫生健康领域的交流合作，更为两地婴幼儿照护服务的提升注入了新的活力。双方均表示，将持续深化合作，共同推动婴幼儿照护服务事业迈向新高度，为两地婴幼儿的健康成长贡献更多力量。

科学防“痔” 健康科普

近日，梁山县中医院举办“科学防治痔疮”健康科普活动，提升居民对痔疮的认知，防“痔”于未然。

该院医护团队通过直观鲜活的图片、通俗易懂的讲解，将痔疮的病因、症状、预防妙招与治疗手段逐一剖析，将晦涩的医学术语呈现成实用贴心的健康小贴士。互动环节气氛热烈，居民们踊跃提问，医护人员耐心倾听，逐一答疑解惑，给出恳切建议，让现场群众对自身健康状况有了清晰了解。

下一步，该院将继续举办此类健康科普活动，为守护居民健康贡献力量。

(通讯员 关意)

曲阜师范大学网络空间安全学院

创新创业教育体系，提升学生四创能力

曲阜师范大学网络空间安全学院坚持立德树人根本任务，以提升学生创新创业能力为核心，将创新创业教育贯穿人才培养全过程，提出培养学生“四创”能力(创新意识、创新精神、创业能力和创效本领)，面向技术前沿，凝练学科方向，厚植科创沃土，着力构建“三层级四平台”的创新创业教育体系，创新型、多元化的人才培养体系。

学院出台多项举措，构建“三层级四平台”的创新创业教育体系，面向社会需求，以提升学生创意、创新、创业、创效的“四创”能力为主线，按照“创意能力、创新能力、创业能力”三个层级进行递进培养、培育，多元联动搭建创新创业教学平台、创新创业活动平台、创新创业实训平台、创新创业实践平台，科学系统地构建“三层级四平台”创新创业教育体系。

“三层级”的递进教育，逐步提高学生“四创”能力

创意能力培养层。创意能力培养是面向低年级全体学生开展培养的，重视普惠性。网络空间安全学院完善人才培养方案，建立创新创业课程体系，将《创新实践》纳入实践教学平台，鼓励学生参加各类学术活动和社会实践活动；制定并发布《网络空

间安全学科竞赛参赛指南》，组织优秀指导教师和竞赛获奖学生开展大赛宣讲，为学科竞赛建立对接群，及时推送备赛信息和资源。定期邀请创新创业指导专家、创业成功人士、优秀校友等通过讲座等形式和学生面对面交流。将创新创业教育融入到学生日常学习中，使学生理清创新创业内涵，提高创新创业热情，激发创新创业灵感，培养学生们的创意思维。

创新能力培养层。学院秉持“以赛促学”的理念，突出网安专业特色，加强科技创新力度，提高网安学子的实践能力和创新创业能力，打造“科技创新”品牌，鼓励学生参加各类学科竞赛、创新创业大赛。2024年，学院荣获第十五届蓝桥杯全国总决赛一等奖1项、二等奖4项、三等奖11项、优秀奖5项，全国大学生信息安全与对抗技术竞赛国家级一等奖2项，“中国高校计算机大赛-团体程序设计天梯赛”山东省团队三等奖1项，中国大学生程序设计竞赛全国邀请赛(山东)暨CCPC山东省大学生程序设计竞赛省赛铜牌1项。

创业能力培养层。此阶段学生已是大学的高年级，经过前期的积累，大部分学生有强烈自主创业的意愿。辅导员积极联系对接大学生创业孵化中

心、创业基地等，辅助学生申报，力争创业项目落地，创造真实创业情境，增强学生的创业能力，为学生的创业、创效积累经验。组建由企业专家、技术人员、导师团队和学生共同组成的教研研发团队。企业负责提出行业需求和市场趋势，为教研研发提供方向，提供实践资源和技术支持，协助开展实践教学和实验研究；学生团队参与教研研发项目的选题、设计和实施，定期开展研讨和交流活动，分享研究成果和经验，协作完成教研研发任务。

“四平台”的科学搭建，为学生“四创”能力提供强有力支撑

创新创业教学平台。学院建立多元化的创新创业课程体系。把创新创业教育与人文、科学教育相融合。通过职业体验、拓展训练等形式寓双创教育于日常教学之中。让学生深入企业，参与实际项目和工作，将理论知识与实践相结合，提高解决实际问题的能力和实践操作技能。

创新创业活动平台。为丰富创新创业教育活动，组织开展“专家进校园”“创业沙龙”等系列活动，启蒙学生的创新创业思维生发更多创意金点子，潜移默化中增强学生的“四创”能力。依托“挑战杯”“蓝桥杯”等大

赛，形成“国家-省-市-院”四级联动的竞赛活动模式，分级选拔，力争让大部分学生参与到竞赛中来。在学院竞赛项目实施办法和激励机制的保障下，竞赛趋于常态化，学生参与各类竞赛活动的积极性高涨，提高了学生的“四创”能力。

创新创业实训平台。鼓励学生在课余时间进入校内开放实验室，引导学生充分地与实践操作与创新创业融会贯通，锻炼学生的实践动手能力。学院积极推动平台搭建，激发创新活力，搭建创新研究平台“数字大脑”——该平台融入了前沿的研究内容(如知识图谱、自然语言理解、图像识别和语音识别等)，为学生打下了良好的理论与技能基础，增强了学生的参赛能力，为后期参加各类竞赛提供技术基础和保障。依托校外创新创业实训平台，满足学生校外实训、技能竞赛的需要。学院依托数智融合现代产业学院开发制作数字产业项目。根据数字产业项目的需要，对项目进行评估，根据项目的难度、需求和学生的专业背景、研究方向进行匹配，在“校企双导师指导下”组建项目开发团队进行项目交付。

创新创业实践平台。为有效推动学生自身项目的转化落地，依托创业

学院、大学生创业孵化中心、实体创业基地，搭建创新创业实践平台。学院按照“新理念、新机制、新模式”的办学宗旨，依托“中国教育大数据研究院”、山东省“十三五”高校重点实验室“网络安全与大数据技术实验室”、山东省“十二五”高校重点实验室“智能控制技术实验室”和山东省工程实验室“山东省物联网信息技术工程实验室”等平台，依靠软件工程校级优秀教学团队，面向技术前沿，凝练学科方向，融合地方特色需求，注重应用研究，不断深化大数据、人工智能等新工科专业的课程体系、学习平台、实战项目，在多种模式和多个方向上，建立起创新型、多元化的人才培养体系。

曲阜师范大学网络空间安全学院始终秉持“以赛促学”的理念，突出网安专业特色，加强科技创新力度，不断提高网安学子的实践能力和创新创业能力，打造“科技创新”品牌，鼓励学生参加各类学科竞赛、创新创业大赛。经过“三层级四平台”创新创业教育体系的构建与实践，学生的综合素养和社会竞争力大大增强。近三年来，学生先后获得国家级奖项190余项，省级奖项400余项。(范瑞红、相青、王子豪)