

拍课堂一岁了 2016更精彩



拍课堂一岁聚会航拍图。

齐鲁晚报“拍课堂”成立一周年暨新年联谊会活动日前在美丽的大明湖畔举行,六期学员们齐聚一堂,同交流、共举杯,一起分享摄影这块大蛋糕带来的喜悦和成就。

周末的大明食府因为拍课堂而热闹非凡。十六个版面做成的指引牌引导着学员们来到活动现场。每一个学员都盛装出席,兴冲冲地来参加这次生日聚会。“童鞋”们多日不见,却都不

陌生。同期的“童鞋”见面互相拥抱、亲到不行。不同期的“童鞋”们也都在论坛、QQ群和微信群里交流过,这一见面,对上号了,赶紧互留联系方式。

每一个“童鞋”脸上都荡漾着幸福的微笑。这份情谊从拍课堂成立那一刻开始,就深深地在每一个人心里扎根!生日晚宴上,老师和“童鞋”们还纷纷上台表演了各种节目,把气氛一次次推向高潮。最激动人心的,当然是抽奖环节啦!人人有奖、奖项多、奖品好,拿奖拿到手软!

嗨,想跟着我们一起快乐地学习摄影吗?本报“拍课堂”2016年期待着您的加入,在这里本报资深摄影记者全程授课,更有摄影分站赛这样的特色实践课让您获得更多实战经验。来吧,加入“拍课堂”让摄影更生活,让生活更多彩!咨询电话:0531-88558458。(宗禾)

齐鲁壹点 积分有礼



齐鲁晚报手机客户端“齐鲁壹点”下载方式:

1.安卓手机,扫描上方二维码进入下载页面,在浏览器中打开,选择相应的系统进行下载。从安卓、安智、豌豆荚、百度手机助手、应用宝等各大市场平台搜索下载。

2.苹果手机从苹果商店下载。

看新闻、分享、评论,完善用户资料等,均可获取积分,积分可以换好礼。



■微信
关注“泺源知事”
看接地气时政新闻

“最严党纪”下党员们的工作生活发生了什么变化?落马贪官们都做了什么?人事变动体现着怎样的风向标?国家和省里的大政方针如何让普通百姓受惠?这些问题,由齐鲁晚报时政新闻中心打造的公众号“泺源知事”可以为您解答。关注“泺源知事”,您可以看到接地气的时政新闻。

关注方式:搜索“canzhengyuan”,或扫码添加“泺源知事”。您可以给我们留言,让我们在互相学习中共同成长。

本报记者 陈玮

■抢购 齐鲁少儿春晚门票一折抢

由齐鲁晚报、山东省会大剧院主办的齐鲁少儿春晚将于月底开演,具体地点在山东省会大剧院(济南市日照路腊山河东路交叉口)。“齐鲁壹点”为壹粉们提供了多种门票一折抢购,抢购时间从1月12日13:00开始。

抢购流程:登录“齐鲁壹点”进入“生活”频道抢购,输入手机号码后直接点击支付即可,抢购成功后请妥善保管兑换码,使用时需提交手机号码和兑换码。(宗禾)

■视频 环卫工躲过死神,惊险如大片



扫码看视频

对于在车流中工作的环卫工来说,危险无处不在。日前,在安徽滁州,一辆满载砂石的自卸车发生侧翻,当时一名环卫工人正在路中央打扫,而幸运的是,环卫工躲过了飞来横祸,连退几步救了命。

用手机扫描二维码观看惊险如大片的视频。(小青)



看视频

■神评论

有一种迟到叫做一生的懊悔

各位股神最近可好?反正小编已经在黑虎泉边就着泉水吃土了。好了,大家别那么忧郁,来神评论开心开心嘛!

题目:土豪用货车装半吨钱买车,最大面额1元。

@小圆:销售员可以体验数钱数到手抽筋的滋味了。

题目:别人晒裸照叫艺术,你晒就是耍流氓

@壹点读者011408:曾经我也裸过,还裸体上街,怀念我的幼儿时光啊,那时候都没羞没臊的。

题目:全家都是影后影帝!美国一家人装

智障37年骗救济金

@墨泡:可以根据该事件改编一部电影,

名为《美版伪装者》

题目:新西兰小龙虾群被冲上海岸,染红海水

@慕鹏:我知道你们在想什么!已经加入肯德基豪华套餐!

题目:彩票2565万大奖没人领!成中国彩票史上最大弃奖

@小圆:有一种迟到叫做一生的懊悔。

每天看看神评论,保证不做后悔事。更多神评论详见“齐鲁壹点”。每条获选评论将赢得2元话费,个人累积到10元时即获得充值到账。什么样的评论容易中奖?很简单:1.够吸引人;2.够打动人。

(黄翔 整理)

健康大讲堂关注慢性肾脏疾病

10个人中就有1个慢性肾病患者

本报济南1月9日讯(记者 陈晓丽)十面霾伏中,压力山大下,纵情不眠夜,大快朵颐时,您可能尚未意识到一个“沉默的杀手——慢性肾脏病”正悄悄向您靠近。本周四(1月14日)下午两点半,本报健康大讲堂特邀山东大学第二医院肾脏内科副主任医师刘海英和李学刚,分别开讲《幸福生活需谨“肾”》和《慢性肾脏病的防治》。欢迎广大读者光临。

随着现代社会生活方式的改变,慢性肾脏病的发病率正呈现逐渐上升态势。流行病学调查数据显示,在我国慢性肾脏病的发病率已经超过10%。更让人震惊的是,在肾脏内科门诊上,甚至有不少三十岁左右的青壮年就诊时已经发展到了需要透析的程度。

除了整体发病率上升,慢性肾脏病的病因结构也在发生变化。糖尿病、高血压等疾病随着病情发展,也会损伤肾脏。目

前,继发性肾脏病的发病率明显增加,2010年美国一项调查数据显示,在新进入透析的肾脏病患者中,糖尿病引发的肾脏病可占据50%左右,高血压则占到20%以上。

值得注意的是,由于肾脏关系到全身各个部位的正常运转,早期慢性肾脏病的症状往往不明显,不少患者因为水肿、恶心、呕吐、头晕、贫血、月经不调,甚至是皮疹到医院就诊才被发现已患上肾脏病。

尽管如此,只要坚持正规治疗和日常保健,大部分慢性肾脏病都可以得到有效控制,病情稳定。那么,日常生活中究竟哪些因素会有损肾脏?平时应该如何预防和做好肾脏保健?为此,1月14日(本周四)下午两点半,本报健康大讲堂特邀肾脏内科专家刘海英和李学刚开讲,广大读者可到山东大学第二医院(济南市北园大街247号)门诊楼一楼健康大讲堂参加。

目前,免费“抢座”热线已经开通,广大读者可拨打96706120留下您的姓名和联系方式进行报名,或者给生命周刊官方微信平台发送信息报名。到场的读者,将获得本报制作精美、内容丰富的生命周刊《健康服务手册》。

专家介绍:

李学刚,肾脏病学医学博士,山东大学第二医院肾脏内科副主任医师。致力于慢性肾脏病防治研究十余年。在各种原发、继发性肾脏病如糖尿病肾病、难治性肾病综合征、缺血性肾病、药物性肾损害及多脏器功能衰竭等疑难复杂疾病的诊治方面积累了丰富的临床经验,熟练掌握终末期肾病的替代治疗如血液透析、腹膜透析治疗。先后多次被病人评为“最受欢迎的医师”,连续数年科室年度考核“优秀”,先后获得“山东省第十一届全国运动会先进服务标兵”、“山东大学第二医院首届荷花杯十佳医师奖”、“山东大学第二医院优秀共产

员”等称号。2015年荣获“山东省十佳青年医师”称号。

刘海英,山东大学医学博士,副主任医师,《医师论坛-当代肾脏病研究》杂志副主编,编辑部主任,从事内科学肾脏病专业的医疗、教学、科研工作多年。现承担国家自然基金、教育部、省级科研课题4项,获得教育部科技进步二等奖1项、山东省科技进步二等奖1项、山东省科技进步三等奖1项。参编著作2部。近年来,在国内外医学核心期刊发表学术论文10余篇,其中SCI收录7篇,并曾多次在国内外会议进行口头报告。在各种原发性与继发性肾脏疾病的诊断、治疗等方面积累了丰富的临床经验,谙熟各种疑难、危重肾脏疾病的抢救治疗技术和血液净化技术。

山东首例三焦点人工晶体植入术成功实施

老花眼是所有中年之后的人必会经历的麻烦,尤其当老花眼再患有白内障,更会给人的视觉带来极大的不便。1月9日,山东省首例三焦点人工晶体植入术在济南市明水眼科医院顺利完成,今后将成为老花眼和白内障患者最佳选择,标志着屈光性白内障技术达到了一个新高度。

据介绍,全球先进的首款三焦点晶体,在人工晶体原有功能的基础上附加衍射和折射技术,集合看远、看中、看近三种视力于一身,不但可以恢复晶体的透

明性,还可以模拟人眼的变焦能力,让人同步获取远、中、近的三种完美视力。

济南市明水眼科医院在白内障学科方面一直位于国内领先地位,率先开展微小切口白内障手术,飞秒激光白内障手术,白内障手术量居全省首位,全国前十位,随着三焦点人工晶体成功实施,屈光性白内障手术技术又进入一个新台阶,将为更多饱受老花眼和白内障困扰的患者带来新福音。

(本报记者 武秀英)

中医大二院成功开展首例椎间孔镜髓核摘除术

近日,山东中医药大学第二附属医院骨科二病区成功为一名35岁急性腰椎间盘突出症患者应用椎间孔镜进行髓核摘除术。该手术的成功开展,标志着该院在脊柱外科微创诊疗技术又迈上一个新台阶。

该患者1年前开始出现腰部、左下肢疼痛,尤以左小

腿外侧、足背、左大脚趾疼痛明显,经检查为“腰椎间盘突出症”,患者多次进行保守治疗及理疗,但均未从根本上解决问题,疼痛不能缓解,严重影响日常工作及生活。患者来到中医大二院就诊后,该院骨科二病区根据患者实际情况,经过精心的术前准备,为患者设计了局麻下椎

(王磊 曹蒙)