

# 全省第二届“热血科普秀”大赛火热进行中

## 单项奖金高达2000元，十几所高校专门建项目组参赛

记者 张晓丽 济南报道

8月18日，在山东省卫生健康委员会、山东省教育厅、山东数字文化集团的指导下，齐鲁晚报·齐鲁壹点联合山东省输血协会、山东省献血办公室发起山东省第二届“热血科普秀”大赛。本次大赛以“秀热血青春·燃生命之光”为主题，面向各级各类学校师生、医疗卫生机构、企事业单位工作人员及社会各界爱心人士全面征集作品。

大赛要求参赛作品为现场表演形式，包括但不限于脱口秀、情景剧、歌曲、小品、相声、快板、戏曲等，可借助PPT、背景音

乐、视频等辅助表演，丰富现场效果。作品内容为无偿献血、临床输血、血液安全等相关政策宣传和健康科普知识等，要求主题鲜明、幽默诙谐、寓教于乐；作品表演时长不超过8分钟。参赛作品报送视频格式为MP4，分辨率不低于1080p，大小1GB以内。作品须为原创，版权明晰，杜绝抄袭，报送即表示授权用于公开宣传和作品展播等。涉及采供血机构、医疗卫生机构、医护人员等，须符合相关法律法规资质要求。

据了解，目前山东师范大学、山东财经大学、济南大学、山东中医药大学、山东第二医科大学

学、山东建筑大学、潍坊科技学院、山东外事职业大学、山东协和学院、山东交通职业学院、山东经贸职业学院、山东工程职业技术大学、山东力明科技职业学院、山东水利职业学院等高校都在积极组织学生参与本次大赛。

山东工程职业技术大学专门组建项目小组积极准备大赛，项目负责人在接受采访时表示：“于我而言，献血是融入岁月的日常，更是灵魂被照亮的幸福瞬间。当你亲手将温暖传递、用行动为生命托底时，那份由内而发的喜悦，永远真实且滚烫。献血从来不是简单的付出，而是一场与生命的温柔相拥。”

山东外事职业大学也专门组建项目小组积极准备大赛，项目负责人代表学校师生向全社会发起深情呼吁：“献血是赠予生命的礼物，当你挽起衣袖、以热血守护陌生心跳，这是生命的接力，是对健康的深刻理解与科学守护。快来加入这场热血派对，让温暖循环起来吧！”

即日起至2025年10月18日，参赛者通过齐鲁晚报·齐鲁壹点平台报名，并按要求上传参赛作品等相关材料。主办方邀请相关领域的专家组成评审委员会，对参赛作品进行评审。

大赛设立一等奖1名，奖金2000元；二等奖3名，奖金1000

元；三等奖6名，奖金500元；优秀奖和组织奖若干，进入决赛的作品均颁发获奖证书，并入选山东省健康科普资源库。

联系人：  
齐鲁晚报·齐鲁壹点：  
张老师 15866775971  
山东省输血协会：  
宋老师 19531115525



扫码报名

山东大学齐鲁医院举办世界骨髓捐献者日系列活动

## 10位志愿者现场加入中华骨髓库

记者 刘通 济南报道

造血干细胞移植是血液病患者重获新生的重要途径，能够为白血病、再生障碍性贫血等疾病患者搭建延续生命的桥梁。9月17日上午，在第11个世界骨髓捐献者日到来之际，10位志愿者在山东大学齐鲁医院（以下简称“齐鲁医院”）加入中华骨髓库，用行动为血液病患者点亮生命之光。此外，齐鲁医院还同步开展义诊与南丁格尔志愿护理公益活动，为周边居民提供免费医疗服务。

“在无偿献血公益活动中，我了解到造血干细胞移植项目。”刚刚完成入库登记的志愿者王博文，目前还是一名大四学生，此前一直积极参与无偿献血。谈及加入中华骨髓库的感受，他坦言：“这对捐献者而言，或许只是人生中的一次选择；但对患者来说，却可能是唯一的救命稻草。我希望未来能匹配成功，为患者带去新的希望。”

“造血干细胞具有强大的再生能力，捐献者捐献后，自身健康不会受到任何影响。”活动现场，齐鲁医院血液科主任许书倩围绕造血干细胞捐献相关知识进行了科普。她介绍：“我们医院的许多医务工作者，以及山东大学的医学生，都成为了捐献者。”许书倩表示，举办此次活动，一方面是感谢长期以来支持血液工作和造血干细胞

捐献事业的爱心人士，正是因为有了他们的无私付出，众多血液恶性疾病患者才有了生存的希望。另一方面，也呼吁社会各界重视这项爱心事业，让更多人能够加入骨髓捐献队伍，让更多患者受益。

齐鲁医院神经外科住院医师朱康明，今年8月成为齐鲁医院第5例、济南市第211例造血干细胞捐献者。回忆起捐献过程，朱康明强调，捐献造血干细胞并非部分人认知中的“抽骨髓”，而是从外周血中分离造血干细胞。他希望通过自己的亲身经历，让更多人了解造血干细胞捐献的真实情况，“希望大家能多关注相关科普，打消对捐献的恐惧和疑虑，加入中华骨髓库，和我们一起救助更多患者。”

在义诊区域，血液科的医护人员也耐心地为前来咨询的市民答疑解惑，提供专业的健康评估和诊疗建议。从血液病的预防、诊断，到治疗方案的选择，医护人员都细致讲解，让市民对血液健康有了更全面的认识。同时，齐鲁医院南丁格尔志愿护理团队也积极参与其中，为市民提供测量血压、健康宣教等服务，用专业的护理知识助力市民健康。

此次活动不仅为爱心人士搭建了参与公益的平台，也让更多人了解到造血干细胞捐献的重要意义和科学知识，纠正了大众对捐献的误解和顾虑。



齐鲁医院工作人员采集志愿者血样。

### 直播预告

#### ◆壹问医答



#### 胰腺“暴走”代价高

在我们身体内，胰腺就像一位“深居简出”的大师，每天默默分泌胰岛素和消化酶，调控血糖、分解脂肪，维系全身能量与营养平衡。一旦胰腺出现问题，不仅会引发剧烈腹痛、消化紊乱，还可能影响全身代谢平衡，甚至危及健康根基。9月18日12:30，山东大学齐鲁医院消化内科副主任、主任医师李真将走进《壹问医答》直播



扫码看直播

#### ◆心灵驿站



#### 别让记忆“悄悄走”

当记忆的碎片逐渐消散，当熟悉的世界变得陌生，阿尔茨海默病正悄悄夺走老年人的认知能力，也牵动着无数家庭的心。认知健康，是老年人安享晚年的基石，更是家庭幸福的保障。老人的每一次遗忘，都是对生活的挑战；每一次延误的治疗，都可能错过干预的最佳时机。9月21日是世界阿尔茨海默病日，今年的主题是“早诊早治，守护认知”。为帮助大家守护认知健康，助力建设老年人幸福晚年生活，9月21日19点，山东省精神卫生中心老年医学科负责人张艳将做客《心灵驿站》直播



扫码看直播

## 阿尔茨海默病的预防与早期识别



主办：山东省卫生健康委员会 山东省疾病预防控制中心  
承办：齐鲁晚报·齐鲁壹点

每年9月是“世界阿尔茨海默病月”。阿尔茨海默病是老年人痴呆最常见的原因，随着人口老龄化进程加快，阿尔茨海默病患者数量日益增多，已成为不容忽视的公共健康问题。

阿尔茨海默病是一种神经退行性疾病，主要表现为进行性记忆减退、认知功能下降和行为异常。早期可能只是偶尔遗忘，但随着病情发展，患者会逐渐丧失自理能力，甚至无法认出亲

人。目前该病尚无法根治，预防和早期干预至关重要。

积极防控可有效延缓疾病发生发展，提升生活质量，减轻家庭与社会负担。建议从多方面入手：保持均衡饮食，多摄入有益大脑的食物如蔬菜水果、全谷物、鱼类（特别是深海鱼）、坚果，控制糖盐脂肪摄入，戒烟限酒；保证良好的睡眠；培养规律运动的习惯和有益身心的兴趣爱好；勤动脑，持续学习新知识；保持积极乐观心态；经常参与社交活动；及时治疗高血压、糖尿病等慢性疾病。

除了积极预防，早期识别同样重要。如果家中老人出现频繁遗忘最近发生的事情、执行熟悉

任务变得困难、语言表达障碍、性格改变或空间定向力下降等情况，应尽早就医。及时诊断并开展药物治疗和非药物干预，可延缓疾病进展。

在这个阿尔茨海默病月，我们呼吁全社会共同关注认知健康，给予患者更多理解与支持。记忆也许会褪色，但来自家庭和社会的温暖陪伴，将是照亮患者生命前行永不熄灭的光。

（日照市疾病预防控制中心 庄峰 供稿，贺照阳 通讯员 刘祥征 整理报道）

