

走进社区和校园，科普脑卒中相关知识 济南启动“中风识别行动·逐风计划”

近日，在济南实验初级中学、山东大学附属中学和槐荫区西市场街道，三场围绕脑卒中识别的健康科普活动成功举办，这也标志着“中风识别行动·逐风计划”在济南正式启动。该项目旨在通过走进社区与校园，将脑卒中相关的权威科普知识传递到千家万户，提升公众对脑卒中的实际防控能力。

脑卒中，又称卒中，俗称“中风”，是我国居民致死、致残的重要原因之一。该项目由健康报社、国家卫生健康委百万减残工



粤小伙罹皮肤病赴济求医 涂平妙手施治本月再坐诊

贺照阳
通讯员 丁娜 张琪 济南报道

2025年12月30日，岁末将至，寒意渐浓，但济南市皮肤病防治院的会诊诊室内却暖意融融。北京大学第一医院皮肤科知名专家涂平教授如约莅临，为省内外慕名而来的患者带来高质量的疑难皮肤病诊疗服务，用专业与温情为岁末的求医之路画上温暖句点。

在众多患者中，一位从广东省跨越千里赶来的23岁小伙李先生（化名），眼神里满是焦虑与期盼。谁能想到，这个正值青年年华的年轻人，竟被皮肤问题困扰了半年之久，甚至直言“看起来老了十岁”。

李先生（化名）半年前因面部脂溢性皮炎口服异维A酸，服药期出现流鼻血、脸颊红斑鳞屑、焦虑等不适。停药后，面部及

眼周持续干、痒、疼且紧绷感强烈，多种保湿产品及医用修复敷料、中药、尿素乳膏均无效。停药2周后眼周新增大量纹路，面部黑红浮肿，皮肤老化明显。期间做过检查显示IgE218IU/mL，症状严重影响生活质量，心态备受打击。

就在李先生四处求医无果时，他在网络偶然得知涂平教授将到济南市皮肤病防治院会诊的消息，立刻决定跨越千里从广东赶来求诊。会诊时，涂平教授耐心细致地倾听李先生的病史讲述，逐一梳理他的诊疗经历、用药反应和各项检查结果，同时注意到李先生有过敏性鼻炎病史，结合丰富的临床经验和精准的症状研判，涂教授明确给出了“特应性皮炎”的最终诊断。

针对李先生的病情特点和身体状况，涂平教授为他量身定制了中西医结合的治疗方案，既

兼顾症状缓解，又注重根源调理，同时详细叮嘱了用药注意事项、日常护理要点。当得知自己的病情终于有了明确方向，后续治疗也有了清晰方案时，李先生心中的巨石终于落地，脸上露出了久违的轻松神情。

此次会诊中，涂平教授共接诊40余位来自省内外的皮肤病患者，成功为多名罹患皮肤淋巴细胞浸润、疣状表皮痣、间变大细胞淋巴瘤、毛囊性蕈样肉芽肿等疑难少见病的患者明确诊断、制定个体化治疗方案。用每一次细致问诊、每一次精准研判、每一套科学方案，为众多被皮肤病困扰的家庭重新点燃希望。

据悉，2026年1月27日，北京大学皮肤性病学系副主任、北京大学第一医院皮肤性病科副主任涂平教授将再次来济南坐诊，有需要的皮肤病患者可联系济南市皮肤病防治院挂号预约。

胃痛牵出失眠易怒 中医针灸“一站式”调理

记者 郭蕊 济南报道

“早知道针灸这么管用，真该早点来！”近日，六十出头的李大爷在济南市第三人民医院中医科复诊时，逢人便夸中医调理的神奇效果。困扰他多年的胃痛、失眠和急躁脾气，经过十余次针灸治疗后竟“一站式”改善，让他重新找回了退休生活的惬意。

李大爷的胃疼反复发作已有数年，发作时胃部揪着疼还牵连后背，腹胀难忍。更让他煎熬的是，夜深人静时不适会加剧，睡眠成了奢望，第二天醒来依旧昏沉乏力。糟糕的身体状态还让他性情大变，一点小事就容易生闷气、发脾气，退休生活被病痛和坏情绪彻底打乱。在家人劝说下，他抱着试试看的心态，走进了家门口的济南市第三人民医院中医科。

接诊的中医师田欣源没有

急于开方，而是耐心细致地问诊。当了解到李大爷胃痛、背胀、易怒、失眠等多种症状并存时，她给出了独特的中医解读：“这并非孤立问题，而是肝气郁结、横逆犯胃所致。气机不畅不仅引发胃胀痛，还会扰动心神，导致失眠易怒，其实是同根同源的整体问题。”

田欣源为李大爷制定了疏肝和胃、安神定志的针灸治疗方案，选取足三里、中脘、太冲、内关等穴位进行针刺。“酸、麻、胀都是正常针感，说明气至病所了。”治疗时，田欣源手法轻稳，还不断温和解释，缓解李大爷的紧张情绪。

起初三次治疗后，李大爷的胃痛发作频率和疼痛程度略有减轻，但睡眠和情绪改善不明显。田欣源鼓励他：“病来如山倒，病去如抽丝，中医调理讲究循序渐进。”转折点出现在第十

次针灸后，李大爷明显感到胃脘部轻松了许多，揪着疼的感觉大幅缓解。当晚，他竟无需依赖安眠药就自然入睡，夜间醒来次数减少，第二天早晨头脑格外清醒。更让他惊喜的是，急躁脾气也平和了不少，“胸口那团闷气散了”。

随着后续治疗推进，李大爷的胃疼基本不再发作，后背胀痛感也彻底消失，每晚能自然入睡六到七个半小时。如今的他，饭后散步、和老友下棋，退休生活过得有滋有味。

“中医治的不只是某个症状，而是整体的身心状态。”田欣源介绍，肝气顺则胃自和，心神安则眠自稳，这些改善都是身体恢复平衡的表现。她提醒市民，疼痛、失眠等都是身体发出的信号，及时读懂这些信号，从根本上调理，很多问题便能迎刃而解。

程专家委员会、中国卒中专科联盟联合发起，山东大学齐鲁医院协办，依托齐鲁医院神经内科专家教授的专业力量，通过社区、学校等基层切入口，进一步科学普及脑卒中相关知识，推动脑卒中防控关口前移、重心下沉。

在槐荫区西市场街道，山东大学齐鲁医院神经内科主任吴伟、山东大学齐鲁医院神经内科副主任刁增艳围绕脑卒中的危险因素、早期症状和紧急处置要点进行讲解，并重点介绍了便于公众掌握的“中风120”快速识别方法。

“中风120”，是通过三个简单步骤帮助公众快速判断脑卒

中风险：“1”是看一张脸，观察是否出现口角歪斜、面部不对称；“2”是查两只胳膊，判断是否一侧无力或抬不起来；“0”是聆听语言，注意是否出现说话含糊、表达困难等情况。一旦符合其中任何一项异常，应立即拨打120急救电话，尽快就医。

专家指出，只有将识别、转诊、救治等环节有效衔接，脑卒中防控网络才能真正发挥作用。据介绍，“中风识别行动·逐风计划”将在济南持续推进，通过拓展社区、校园等多元场景，不断完善脑卒中科普与健康管理模式，助力构建覆盖基层的脑卒中防控网络。

直播预告

◆壹问医答

送您一份面部年轻化指南



专家简介：刘培，山东大学齐鲁医院整形美容烧伤科副主任、副主任医师、临床副教授，擅长重睑、祛眼袋、吸脂、腹壁整形等美容手术；面部畸形、体表良恶性肿瘤、血管瘤、脉管瘤等整形手术；肿瘤切除术后、糖足、慢性溃疡等创面修复治疗，烧伤的危重抢救。

随着生活品质提升，大家对“美”的追求不再局限于表面，而是更看重健康与自然的

融合。面部年轻化作为当下备受关注的话题，既承载着大家对抗衰老的期待，也暗藏着不少认知误区。1月15日12:30，山东大学齐鲁医院整形美容烧伤科副主任刘培将走进《壹问医答》直播间，详细拆解医学视角下的面部年轻化，区分它与普通抗衰老的核心差异，分享科学安全的变美方案，敬请关注。

健康直播栏目《壹问医答》由齐鲁晚报·齐鲁壹点与山东大学齐鲁医院联合打造，每周四12:30直播。



扫码看直播

◆心灵驿站

谈谈青少年情绪问题



心健康。1月17日19点，山东省精神卫生中心快速治疗中心王玲做客《心灵驿站》直播间，详细讲述青少年情绪的相关内容，敬请关注。

健康直播栏目《心灵驿站》是由齐鲁晚报·齐鲁壹点与山东省精神卫生中心联合打造，通过专家线上讲座及与网友即时互动，就大家关心的各类心理话题进行科普。直播时间为每天19点，山东省精神卫生中心各学科心理医生、心理治疗师将轮番上线，护航身心健康。



扫码看直播