

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



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,不断完善脑卒中医科普及健康管理模式,助力构建覆盖基层的脑卒中防控网络。

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,这个正值青春年华的年轻人,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“特异性皮炎”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瘤浸润、疣状表皮痣、间变大细胞淋巴瘤、亲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脘胀痛,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。

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课题,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



青春期是情绪发展的关键阶段,青少年情绪问题日益成为社会关注的焦点。近年来,我国青少年情绪问题检出率也持续攀升,学业压力、人际关系、家庭环境及网络信息冲击等均可能成为诱因。

这些情绪问题常表现为学习成绩下滑、社交退缩、易怒哭泣,部分还会出现失眠、进食障碍等躯体症状,若未及时干预,可能影响成年后的身

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