

三送传关爱，赋能聚同心

山东省济宁卫生学校与中国铁工共建应急救护培训示范基地

褚思雨 通讯员 张延者
济宁报道

11月19日至21日，“三送传关爱，赋能聚同心”主题系列活动暨应急救护培训在山东省济宁卫生学校举行。山东省济宁卫生学校与中国铁工投资建设集团签署战略合作框架协议，携手共建“应急救护培训示范基地”与“健康关爱教育指导中心”，标志着企地协同、产学融合的员工关爱新模式迈出坚实步伐。

为探索企地共建、资源共享的职工关爱新路径，山东省济宁卫生学校与中国铁工投资建设集团联合，以“送健康、送技能、送文化”为载体，通过专业力量介入，为职工提供心理支持、技能培训和文化浸润，切实增强职工的获得感、幸福感与归属感。活动由济宁市红十字会、济宁市总工会指导，山东省济宁卫生学校与中国铁工投资建设集团联合主办，中铁铁工城市建设有限公司、中

国铁工投资山东分公司具体承办。

山东省济宁卫生学校党委书记、校长骆荣晖表示，学校当前正全力推进济宁卫生健康职业学院筹建工作，中国铁工投资建设集团在校区一期工程按期竣工、二期建设顺利推进中给予的大力支持，充分彰显了央企的卓越实力与责任担当。今后，学校将充分发挥学科与专业优势，依托“教-训-练-考”四维一体培训模式，通过标准化急救课程与高仿真情景模拟训练等专业手段，精准对接企业需求，全面提升职工安全生产意识和自救互救实操能力，为企业安全生产和职工身心健康保驾护航。

活动期间，各方还签署了工会共建协议及长期战略合作框架协议。在现场嘉宾的共同见证下，“中国铁工投资应急救护培训基地”与“中国铁工投资健康关爱教育指导中心”正式揭牌，为后续深化合作、拓展服务内涵奠定了坚实基础。



揭牌仪式现场。

此次战略签约与基地共建，是“校企携手、产学融合”的生动实践。各方将以此次活动为起点，持续深化“三送传关爱，赋能聚同心”理念，不断拓

展合作内容、创新服务形式，共同为提升职工应急能力、凝聚企业发展合力、服务地方经济社会高质量发展注入新动能。

一面锦旗，20次“过命”之交

急性心梗伴频发室颤，金乡县人民医院医生“硬核”重启

郭纪轩 通讯员 孟丽 济宁报道

近日，金乡县人民医院心内一科病房内，陈先生和妻子将一面锦旗交到了医护人员手中，激动的心情溢于言表。而就在半个月前，陈先生还因为急性心梗刚从鬼门关走了一遭。医护人员与死神正面交锋，支架植入、整整20次电除颤硬是将他从死亡边缘拽回。

时间回到11月初，作为家里顶梁柱的陈先生，在工作时突发胸痛，大汗淋漓，短暂休息后仍得不到缓解，到达金乡县人民医院急诊时，他的血压已经掉到了73/50mmHg的危险值，脸色惨白。心电图检查结果出来后，现场气氛瞬间凝固——“急性前壁+下壁心肌梗死”。

“不能再耽误了，必须尽快手术打

通闭塞血管。”据医院心内一科主治医师康超回忆，术前造影显示该患者前降支近段完全堵死，右冠脉也有近90%狭窄，而且还处于低血压休克状态，术中出现相关恶性心律失常风险极高。

手术台上，心内一科副主任医师刘林与助手康超凭借经验与默契，直接与“死神”开启了一场抢人大战。当导丝顺利通过前降支血管闭塞段，支架精准释放，血流瞬间恢复通畅。然而，这份欣慰仅仅持续片刻，手术团队所担心的事情最终还是发生，患者出现了最凶险的恶性心律失常——室颤。“除颤，1次、2次、3次……”胸外按压、药物推注……空气仿佛凝固，所有人的目光都锁定在那条起伏的线上。直到7次电除颤，那颗挣扎的心脏才勉强回归正常的节律。

本以为闯过一劫，可死神又布下第二道关卡。刚刚转至急诊ICU，患者的心跳再次消失。“抢救！”呼吸机辅助、持续胸外按压、肾上腺素……心脏停搏、室颤像甩不掉的魔鬼一次次卷土重来，医护人员与之展开了拉锯战。第15次除颤、第16次……当第20次电除颤的能量释放后，那颗无比“倔强”的心脏，终于恢复了稳定有力的自主跳动。

一星期后，患者病情趋于稳定转回至心内一科病房，经过11天的治疗，陈先生身体逐渐康复并顺利出院。“我们虽不懂医术，但看到了县医院医护人员对患者的不抛弃、不放弃。没有你们，我这个家真就散了。”这面锦旗，承载的不仅是一个家庭的感谢，更是对医者仁心、永不放弃精神的最生动诠释。

便捷医疗服务上门 专家助力乡村健康

近日，微山县人民医院组织内科、外科、五官科、康复科、心理健康等多领域专家团队，走进欢城镇房庄村开展“送医下乡 专家助力乡村健康”义诊活动。

活动现场，专家们耐心接待每一位前来咨询的群众，细致问诊、精准查体，针对常见疾病、慢性病防治等问题提供专业诊疗建议。同时提供免费血糖、血压检测、五官科疾病筛查、心理健康指导等服务。医护人员还现场开展心肺复苏操作培训，手把手指导群众掌握应急救护技能。义诊现场还发放了健康手册、无偿献血科普资料和新院区服务指引资料，帮助群众增强自我保健意识，了解便捷就医信息。

考虑到部分老人行动不便，专家团队在义诊后走访入户，为多位长期卧床、高龄独居的老人进行健康检查和用药指导。此次活动通过义诊与走访入户的方式，为群众搭建起便利的健康咨询平台，进一步增强了居民的健康意识和基本急救能力。

(通讯员 焦裕如 宋方茹)

血压高了莫慌张，中医视角下的高血压防治

很多人一听到“高血压”就想到终身服药，充满焦虑。其实，在中医看来，高血压不仅仅是血压计上那个冰冷的数字，更是身体内部失衡发出的“警报信号”。今天，就让我们从中医的角度，聊聊如何认识并调治高血压。

中医怎么看高血压？

中医没有“高血压”这个病名，但根据其眩晕、头痛、耳鸣、心悸、失眠等症状，可归属于“眩晕”、“头痛”、“肝阳”等范畴。其核心病机在于身体的阴阳失衡，气血不和。关键脏腑与“肝、肾、心”关系最为密切。

常见高血压有以下几个证型：肝阳上亢型(最常见)，身体里的“春天能量”(肝木之气)生发太过，像一口沸腾的开水，不断向上冲。表现为头晕头痛，面红目赤，口苦咽干，急躁易怒，失眠多梦，舌红苔黄。病机多为长期精神紧张、压力大，导致肝气郁结，久而化火，灼伤肝阴，阴不制阳。痰湿中阻型，身体里的“交通要道”(中焦脾胃)被湿浊淤泥堵塞，清气不升，浊气不降。表现为头晕头重，像裹了块布，胸闷恶心，食少多寐，体型多偏胖，舌苔厚腻。其病机为饮食不节，过食肥甘厚味，损伤脾胃，运化失常，聚湿生痰。阴虚阳亢型，身体的“冷

却液”(肾阴)不足，导致“发动机”(肝阳)过热。表现为头晕耳鸣，腰膝酸软，心悸健忘，手足心热，舌红少苔。病机常为年老体衰，或久病耗伤，导致肾阴亏虚，水不涵木，肝阳上亢。瘀血阻络型，身体的“河流”(血脉)里泥沙沉积，血流不畅，压力增大。常表现头晕刺痛，胸闷心痛，面部或唇色紫暗，舌质紫暗或有瘀斑。其病机为久病人络，气滞血瘀，阻塞脉络。

中医如何防治高血压？

中医防治高血压，追求的不仅是降低血压值，更是恢复身体的平衡状态，实现“阴平阳秘”。

肝阳上亢者适合多吃清肝泻火的食材，如芹菜、苦瓜、菊花、绿豆、海带。可常饮菊花决明子茶(菊花、决明子各适量泡水)。痰湿中阻者则重在健脾化湿，多吃白萝卜、冬瓜、薏米、赤小豆、山药，推荐薏米冬瓜汤。阴虚阳亢者需要滋补肾阴，常食黑芝麻、桑葚、黑豆、枸杞、百合、银耳，可煲枸杞桑葚粥。通用降压食材包括山楂(活血消食)、洋葱(行气活血)、香蕉(富含钾离子)。

导引按跷，动出舒畅。穴位按摩“降压操”，每天坚持按揉太冲穴、涌泉穴、百会穴、曲池等穴位，每穴3-5分钟，以

感到酸胀为度。还可以选择柔和运动，比如太极拳、八段锦、散步等缓和运动，能调和气血，舒缓情志，是高血压患者的绝佳选择。

情志调摄，静出心安。“怒则气上”，大怒会引动肝阳，瞬间升高血压。学会管理情绪至关重要。可通过静坐、听舒缓音乐、与友人倾诉、培养兴趣爱好等方式，让心神安定下来。

中西医结合，智慧防治

中医调理不能替代现代医学检查，请务必定期监测血压，明确诊断。如果您已在服用降压药，切勿自行停药或减量。中医调理是作为辅助和改善体质的重要手段，与西药协同作用，目标是减少西药用量、减轻其副作用，实现更优质的生活。上文所述方法为通用建议。每个人的体质不同，最佳方案是咨询专业中医师，进行“一人一方”的个性化调理。

高血压并不可怕，它是身体提醒我们关爱自己的信号。通过中医的整体观和辨证论治，从饮食、运动、情志等多方面入手，我们可以与身体对话，重新找回那份阴阳平衡、气血通畅的康宁状态。

西苑医院济宁医院(济宁市中医院)心血管病一科 黄谨谅解

金牌专栏

齐鲁晚报·今日运河
订版电话：0537-2110110

车辆拍卖公告

受委托，我公司拟于2025年12月4日10时，按标的现状在中拍平台(<https://paimai.caat123.org.cn/>)对以下车辆进行网络拍卖：

序号	车牌号	注册日期	品牌型号	参考价(元)
1	鲁H.00165	2008.06	帕萨特轿车 SWV7183LJ1	3800
2	鲁H.00618	2009.08	桑塔纳轿车 SWV7182001	3400
3	鲁H.91777	2007.07	霍迪欧轿车 CA7200AC3	3800
4	鲁H.L3F07	2010.11	起亚 SUV YQZ6430W	4100
5	鲁H.00786	2011.11	帕萨特轿车 SWV7203UP0	4300
6	鲁H.S1D66	2010.11	起亚 SUV YQZ6430WE	4800
7	鲁H.GH600	2010.04	江铃全顺小型普通作业车 JX5047XXWMS	4000
8	鲁H.CE600	2010.04	江铃全顺小型普通作业车 JX5047XXWMS	4300
9	鲁H.L1M06	2012.08	东风风神面包车 SW5046XXAFQE	3500
10	鲁H.Z6993	2009.01	江淮瑞风小霸王普通作业车 HF5030XXJLAI1	4000
11	鲁H.U2570	2008.11	尼桑轿车 ZN6453B1G3	4600
12	鲁H.00156	2009.11	江淮瑞鹰 SUV HF64550M3T	4000
13	鲁H.00679	2008.05	帕萨特轿车 SWV7203C01	3700
14	鲁H.09367	2007.04	桑塔纳轿车 SWV7182H01	3000

有意竞买者，请于2025年12月3日16时前，将竞买保证金1000元每标的汇入我公司账户，并持有效身份证件到我公司办理竞买登记手续；逾期则不予办理，不成交5日内退还竞买保证金。

保证金缴纳账户：户名：山东阜康拍卖有限公司，开户行：中国农业银行股份有限公司济宁高新技术产业开发区支行，账号：15496201040000585

展示时间、地点：2025年12月2日—3日，标的所在地

公司地址：山东省济宁市太白东路73号

联系电话：18660762785

山东阜康拍卖有限公司

2025年11月25日