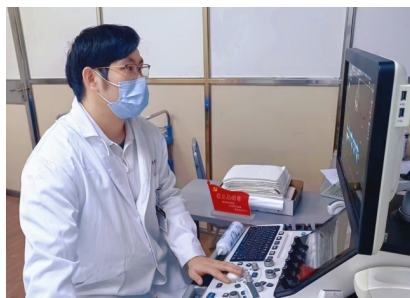


树榜样标杆 展文明新风



市中医医院超声科汪翰祥事迹

暖心救助 无名大爱

临危不乱 用专业筑起第一道防线

2025年5月16日上午7时，一位骑行路人在下坡时不慎摔倒，随即晕厥在地。早高峰时段，天桥下坡车流密集，倒地人员极易被过往车辆波及。恰巧途经此地的汪翰祥立即将车辆安全停靠，第一时间冲上前去查看。他迅速在伤者倒地后方设置有效的安全警示标志，在喧嚣的车流中划出了一片“安全区”。

精准判断 以仁心守护生命通道

作为医务工作者，汪翰祥深知第一时间判断伤情的重要性。他沉着观察伤者瞳孔、呼吸、脉搏等关键生理体征，进行初步伤情评估，并迅速拨打急救和报警电话，向接线员说明具体事发地点、现场情况和伤者基本状态。整个过程快速、专业且有序，他将平日里积淀的职业素养，运用在这起突发事件中，为后续的专业救援赢得了“黄金时间”。

温情守候 以善举传递城市温度

在等待救援的过程中，汪翰祥始终守在伤者身旁，持续观察其生命体征变化，并不时轻声呼唤尝试唤醒。在伤者逐渐恢复意识后，汪翰祥耐心安抚其情绪，协助其与家属取得联系。当家属与救援人员相继赶到现场，汪翰祥在完成现场交接后，悄然离开。

凡人善举 彰显新时代青年的责任与担当

作为一名超声科医生，汪翰祥在日常工作中严谨、细致、负责。作为一名入党积极分子，他时刻以党员标准要求自己，将为人民服务的宗旨内化于心、外化于行。在这次早高峰紧急救援中，他将职业本能转化为社会责任感，以规范、有效的应急处置，诠释了见义勇为、助人为乐的中华传统美德，也展现了新时代青年医务工作者过硬的心理素质、专业的急救技能和崇高的精神风貌。

粉红丝带 守护公共健康

第七人民医院粉红丝带乳腺癌防治科普志愿团队自2022年起，长期系统性地开展乳腺健康科普志愿行动，将专业医疗知识转化为惠及大众的公共健康产品。

创新传播矩阵 打通科普“最后一公里”

团队积极构建“线上线下联动、院内院外协同”的立体化科普传播网络，策划并制作系列形式活泼、语言通俗易懂的乳腺科普短视频及科普图文。截至2025年，累计推出各类科普作品70余篇，总点击量超50万次。线下出版《乳腺癌百问百答》和《粉红丝带》2本科普书籍，撰写科普文章10余篇。团队成员还主动走出医院，将服务触角延伸至最需要的地方。

深耕志愿行动 彰显无私大爱

团队多次开展乳腺癌“预防—治疗—康复”各类活动，走进学校、企业、社区，为不同年龄段的女性传授乳腺健康知识，为行动不便的老年居民送去“家门口”的优质医疗服务。依托医院中医药科普基地，团队还赴云南巍山等地，开展跨区域健康帮扶行动。

构建全程管理体系 践行服务理念

团队秉持“以患者为中心”的理念，构建覆盖防治康全周期健康服务体系。整合甲乳外科、营养科等多学科资源，定期举办“多学科团队健康咨询”“粉红丝带俱乐部”等活动。医护人员不仅提供专业的疾病咨询和康复指导，同时关注患者的心理状态，实现了从“治愈”到“治愈”乃至“全面康复”的跨越。

提升社会影响 树立精神文明典范

四年来，团队科普志愿行动已累计服务超一万人次。团队成员先后获得全国医院人文管理路演百强、中国医院管理奖护理管理全国优秀奖、上海市科普讲解大赛三等奖等荣誉。

光华医院眼科团队事迹

五年助聋医路情

光华医院眼科团队自成立以来，始终守护特殊群体眼健康。团队秉持“守护每一双眼睛，不分群体”理念，书写动人的医者仁心故事。

五年前，团队便关注到聋哑人群就医难、眼健康保障薄弱的问题。针对聋哑患者沟通不便、对眼疾认知不足的痛点，团队开启助聋眼健康服务。五年间，团队每年固定开展两次助聋义诊活动，深入社区、特殊学校，为聋哑人群提供免费眼部检查、疾病诊断与治疗建议，年均服务超千人次。

为了给聋哑患者提供更专业、顺畅的服务，团队在能力提升上狠下功夫。一方面，定期组织针对性专题培训，围绕聋哑人群常见眼疾诊疗、沟通技巧等开展学习；另一方面，主动邀请专业手语老师授课，通过系统培训，打破沟通壁垒，让诊疗过程更高效、更贴心。

考虑到部分聋哑患者出行不便，团队推出手机视频问诊服务，患者可通过视频直观展示眼部情况，医护人员在线问诊了解病情，给出诊疗方案。针对60岁以上的老年聋哑患者，团队专门提供非急救救助服务，安排专人全程陪同就诊，解决老年患者独自就医的难题。

此外，团队还十分注重患者的后续健康管理及心理关怀。每次就诊结束后，医护人员都会利用图文手册、手语演示等方式，为患者进行眼健康医学知识科普，帮助患者更好地了解病情、掌握日常护理方法。同时，关注患者的心理状态，及时开展心理疏导。

团队在医疗业务、学科发展等方面也保持进步。2025年，科室总诊疗人数万余人次，出院人次和手术量均创历史新高，尤其在中医外治法上有全面提升，科研课题立项与学术交流成果丰硕。未来，团队将继续坚守助聋服务初心，不断优化服务流程，提升服务质量，为更多聋哑人群的眼健康保驾护航。

宝山医院血液净化中心邱李夏事迹

医者仁心践初心 德润人心显担当

宝山医院血液净化中心团队在护士长邱李夏的带领下，实现“开业即稳健运行”，月均完成常规血液透析1800人次、连续肾脏替代疗法(CRRT)急危重症救治2000人次，开展特殊血液净化治疗百余次，实施关键手术近百例，有力守护区域重症肾病患者生命健康。

联动社区搭桥梁 筑便民服务保障网

邱李夏精准把握患者就医痛点与社区健康需求，创新构建“诊疗+便民+科普”三位一体服务体系。她带领团队组建宣讲团，深入社区及护理院开展医疗咨询宣教。针对无家属陪同、行动不便的患者，她积极对接社区及志愿者资源，建立“一对一”全程护送机制。她还主动担任社区“健康管家”，解答健康疑问、分享科学养生秘诀。

自发组队寻老人 织密老年安全防护网

邱李夏组建“寻老应急小分队”，守护老年患者安全。团队为老年患者建立专属信息档案，联动社区志愿者开展走失应急演练，不断优化流程，提升协同效率。团队还定期走进社区开展防走失知识宣讲，为社区老年群体搭建严密安全防护网。

精研诊疗强团队 夯实优质医疗服务网

针对老年血液透析患者血管条件差、穿刺难度高的问题，邱李夏总结传授精准穿刺技巧，助力团队实现“一针到位”。面对情绪低落的年轻患者，团队践行“医病更医心”理念，耐心沟通疏导。同时，推动建立“肾友之家”随访机制，使中心成为患者信赖的“第二个家”。邱李夏还建立了“老带新”机制，定期组织专项培训，牵头制定护理操作标准，推动服务规范化、为区域血液净化诊疗质量提升注入强劲动能。

“中药零食”辨证嚼 别把“食补”变“食伤”

陈萌 胡永红 凌江红

如今，以中药材为主要原料的“中药零食”正悄然“走红”。但若不分体质、过量摄入中药零食，会给身体埋下健康隐患。

不入误区 避开“食伤”风险

误区一：“药食同源”食材可以随便吃

药食同源是指某些食材既可以作为食品食用，也可以作为药品入药，但这并不意味着其没有药性(偏性)。体质偏寒者可适量食用桂圆、红枣，但体质偏热者食用则容易上火；脾胃虚弱者食用黄精、阿胶会加重脾胃负担，肝肾阴虚者食用却能获益。食用者若不结合自身体质，可能出现“虚不受补”或“火上浇油”的问题。

误区二：“零食”可以替代药物

有些人把中药零食当作药物“平替”，如用阿胶糕代替铁剂，改善贫血症状；用山楂丸代替胃药，改善消化不良。实际上，中药零食中的药材含量通常较低，且药性在经过加工后有所减弱，无法达到治疗效果。若盲目依赖中药零食，可能会延误病情。

误区三：天然健康，就可大量食用

部分消费者认为中药零食由天然食材制成，多吃无害。然而，无论何种食材，过量摄入都会打破身体平衡。中医强调“中病即止”，食补过量，反而会形成“食伤”。此外，中药零食的制作过程也暗藏隐患。为了提升口感，商家往往添加大量糖、蜂蜜、油脂等辅料，如九制熟地黄蜜饯含糖量高，糖尿病患者尤其需要注意。(下转2、3版中缝)

上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE BIWEEKLY

中共上海中医药大学委员会主管、主办
第496期(总第936期)

《上海中医大报》编辑部出版
2026年5月15日

国内统一连续出版物号CN 31-0817/(G) 网址:https://www.shutcm.edu.cn 本期四版

传承五四精神 赓续岐黄薪火 纪念五四运动107周年主题活动举行

本报讯 4月29日下午，我校“岐黄薪火七秩传，挺膺担当向未来”纪念五四运动107周年主题活动暨优秀学生风采展示在图书馆裙楼四楼报告厅举行。

团市委副书记、市团校党委书记、校长王江，市教委学生处一级调研员赵婧茹，校党委书记曹锡康，党委副书记、校长季光，党委副书记、副校长孟煜，团市委学校工作部相关负责人、学校相关职能部门及各学院学生工作负责人、辅导员、团委书记、青年教师班主任及师生代表齐聚活动现场。

活动启动“大思政课”实

践育人共同体项目，全面推进“大思政课”建设，构建多方协同、资源集成、机制完善的实践育人共同体。

孟煜在致辞中勉励全体团员青年以爱国精神立青春之志，做信仰坚定的时代追光者，以潜心笃志承岐黄之业，做守正创新的杏林实干家；以挺膺担当展济世之为，做健康中国的青春答卷人。

活动中，情景剧诗朗诵《跨越时空的信仰接力》以AI数字技术跨时空对话“红医华佗”傅连璋；六名青年代表带来主题宣讲《榜样力量 青春航向》，以亲身经历讲述新时代青年学子的责任与担当。

圆桌对话环节，专家学者围绕“岐黄精神传承”与“青年时代担当”主题，共话杏林初心、共议使命方向，勉励青年学子以仁心仁术践行大医精诚，以严谨求实深耕学术科研，以守正创新服务中医药发展大局。

现场还举行了颁奖仪式和优秀青年团员风采展示。

活动同期，“一团一特色”风采展示在图书馆裙楼进行。校各基层团组织以图文展板、互动体验等形式，全方位呈现思想引领、专业赋能、创新创业、社会实践、志愿服务等领域的特色实践与丰硕成果。 [团委 学工部(研工部)]

大美护理 追光未来

我校第115个国际护士节庆祝活动举行

本报讯 5月11日上午，我校第115个国际护士节庆祝活动举行。活动以“大美护理 追光未来”为主题，紧扣服务健康中国战略、落实立德树人根本任务，呈现上中医师护人传承红色基因、践行医者使命的动人篇章。

市教工工作党委一级巡视员邱锦，上海市护理学会副理事长兼秘书长龚霞，校党委书记曹锡康，党委副书记沈晖、周斌，党委副书记、副校长孟煜，副校长舒静，各附属医院分管校领导、合作医院代表、校二级单位负责人、优秀校友代表及护理学院师生共同出席活动。

沈辉在致辞中指出，学校

护理学科目前已构建起本硕博贯通式高层次护理人才培养体系。面向新时代，学校护理工作要紧扣健康中国战略与中医药传承创新发展需求，以更高标准、更实举措、更优作风，全力打造中医药国家鲜明、国内一流、国际知名的护理学科。

活动现场，学校对护理学院在医教研协同、思政育人、行业服务等领域荣获市级、行业及校级荣誉的先进集体与个人进行了表彰。

护理学院与各合作医院举行产教研合作订单式人才培养签约仪式，聚焦国家中医药护理人才需求与基层医疗服务能力提升，构建“思政铸魂—教学筑

基—实践赋能—就业导向”一体化育人体系，推动人才培养与临床需求精准对接、与行业发展同轨同步，协同创新助力中国护理事业长远发展。

活动还开展护理学科发展历程回顾、优秀校友分享及护生代表授帽宣誓仪式等活动，激励广大护理工作者和学子在健康中国建设中挺膺担当。

活动尾声，师生校友齐唱校歌，向建校70周年献上祝福。未来，学校将持续打造护士节思政育人品牌，推动职业精神教育引导，以产教研协同育人方式，为推动护理事业高质量发展贡献上中医力量。 (护理学院)

助力传统医学标准化

世界卫生组织国际健康干预分类传统医药代码技术研讨会召开

本报讯 日前，世界卫生组织国际健康干预分类传统医药代码技术研讨会在我校召开。会议由世界卫生组织、国家中医药管理局联合主办，我校与上海市中医药国际标准化研究院、我校附属曙光医院共同承办。

本次研讨会汇聚世界卫生组织日内瓦总部及各区域代表，以及来自巴西、马来西亚、菲律宾、卡塔尔、美国、英国、中国等多国传统医学、分类科学、卫生信息与卫生政策等多

领域顶尖专家，聚焦国际健康干预分类议题，围绕传统医药代码制定展开深入研讨。

国家中医药管理局国际合作司副司长魏春宇，我校校长季光、副校长钟力炜，上海市卫生健康委员会、市中医药管理局二级巡视员刘华，上海市中医药国际标准化研究院常务副院长郑林贻，曙光医院院长林勤等出席开幕式。

季光在开幕式致辞中表示，我校将在前期工作基础上，立足中医药特色优势，助

力传统医学标准化、科技创新与国际交流互鉴。

我校于1983年获批成为世界卫生组织传统医学合作中心，四十年来深度参与全球传统医药发展研究，参与《国际疾病分类第十一次修订本(ICD-11)》传统医学章节编写，翻译《世界卫生组织传统医学术语国际标准》，完成《世界卫生组织太极拳培训技术报告》等重要项目。

(国际交流处上海市中医药国际标准化研究院)

不折不扣深学真查实改

校领导班子树立和践行正确政绩观 学习教育读书班举行集体学习

本报讯 5月11日，校领导班子树立和践行正确政绩观学习教育读书班第四次集体学习在行政中心428会议室举行，校领导班子成员、党委职能部门负责人参加学习。

结合习近平总书记最新重要讲话精神，读书班成员观看了习近平总书记关于“树立和践行正确政绩观”“学习贯彻党的二十届四中全会精神”“以更大

力度更实举措加强基础研究 进一步打牢科技强国建设根基”等重要文章和重要讲话的专题微视频。

会议要求，要以更高政治站位抓好学习教育，始终把党的全面领导贯穿办学治校全过程，把贯彻落实党中央决策部署、服务国家中医药发展战略作为最大政绩。要突出重点，以更实举措狠抓工作落地见效，聚焦“重服务强贡献”，坚持科教融汇、产教融合、医教协同，为“科”服务，为“产”育人。要严格把关，以更大力度推进问题整改落实，不折不扣深学真查实改，全面推动中医药高等教育综合改革走深走实。(宣传部)

树立和践行正确政绩观

沈远东荣获张安德中医药国际贡献奖

本报讯 近日，第八届“张安德中医药国际贡献奖”颁奖典礼在香港浸会大学举行。我校教授、上海市中医药国际标准化研究院传统医药技术委员会(ISO/TC 249)主席沈远东赴中国香港出席颁奖典礼，并应邀作题为《论国际标准化对中医药国际化的贡献》的学术讲座，与全球学者分享中医药国际化的前沿成果。

该奖设于香港浸会大学，是中医药国际领域重要奖项之一。继国医大师、我校终身教授严世芸获奖后，我校学者第二次摘得该奖。

沈远东历任ISO/TC 249秘书长、副主席、主席，在其领导下，ISO/TC 249累计发布中医药国际标准135项，其中67%由中国专家主导制定，实现了中医药国际标准体系的历史性突破。(上海市中医药国际标准化研究院)

国际教育学院荣获2026年全国工人先锋号

本报讯 近期，我校国际教育学院荣获2026年全国工人先锋号(全国五一巾帼标兵岗)称号。用实干实绩彰显责任担当，以昂扬奋进之姿践行初心使命。

学院以中医学、针灸学为特色专业，开设全国唯一全英语授课中医学专业，建成国家级英文示范课24门，出版多语种教材50余本，推动中医药教育走向世界。(工会 国际教育学院)

施保驾护航。把正确政绩观全面融入学校“十五五”规划全过程，筑牢办学根基、深耕育人实践，构建廉洁生态，全力推动学校事业高质量发展。加快实现高水平科技自立自强，完善国家实验室体系，推进中医药传承创新，为中医药事业振兴发展和健康中国建设贡献高校力量。

会议要求，要以更高政治站位抓好学习教育，始终把党的全面领导贯穿办学治校全过程，把贯彻落实党中央决策部署、服务国家中医药发展战略作为最大政绩。要突出重点，以更实举措狠抓工作落地见效，聚焦“重服务强贡献”，坚持科教融汇、产教融合、医教协同，为“科”服务，为“产”育人。要严格把关，以更大力度推进问题整改落实，不折不扣深学真查实改，全面推动中医药高等教育综合改革走深走实。(宣传部)

全面推进学科建设高质量发展

从“点上突破”走向“系统变革”

学校召开行政工作会议部署人工智能赋能教育教学改革

本报讯 4月30日上午，校党委副书记、校长季光主持召开行政工作会议，专题研讨人工智能赋能教育教学改革工作。学校行政校领导，相关职能部门负责人、二级学院(研究院、部、中心、研究所)及附属医院行政主要负责人、课程负责人等参会。

会上，教务处汇报我校人工智能赋能教育教学改革工作的推进情况，并就下一步工作设想作交流。7名课程负责人介绍在课程建设中融入人工智能的实践案例。

医学院、中药学院、康复医学院和中医药人工智能学院等单位作交流发言。

与会校领导围绕主题，聚焦教师AI素养与能力提升、课程评价改革、教师考核方式变革、学生自主学习能力的培养以及临床医学院人工智能建设等方面，分别提出期望和要求。

季光对学校在人工智能赋能教育教学改革方面的进展表示肯定，同时指出当前仍存在“工具主导、深度不足”的结构性问题，以及教师

能力焦虑与支持体系不匹配的瓶颈短板。他强调，未来学校要推动AI赋能教育教学从“点上突破”走向“系统变革”，重点抓好四方面工作：一是聚焦内容重构，推动人工智能从“教学工具”向“创新引擎”转变；二是强化精准供给，实现平台服务与教学需求深度协同；三是构建分层赋能体系，系统消除教师的“能力焦虑”；四是深化评价改革，让AI赋能教学的育人贡献“被看见”。

(党委校办办公室 教务处)

中医药文化与自然哲学学术研讨会举行

本报讯 4月26日，“守正·融通·创新”中医药文化与自然哲学学术研讨会在我校举行。会议由中国自然辩证法研究会自然哲学专业委员会主办，上海中医药大学党的建设研究中心与马克思主义学院承办，来自北京大学、复旦大学、南京大学等11所高校的专家学者及学生参会。

研讨会提到，习近平总书记对中医药工作作出了一系列重要论述，将传统中医药文化的自然哲学思

维提升到科学世界观方法论的高度进行阐发，是马克思主义自然观在中医药领域具体运用的生动展现。要以“第二个结合”为引领，促进自然哲学与中医药研究深度融合，在守正创新、跨界融通中开辟新的研究路径。

与会学者围绕“自然哲学中的气论是中医药的理论基石”“人工自然哲学研究的新时代话语建构”分别展开论述，为中医药领域积极发展新质生产力、推进高质

量发展提供思想源泉。

在学者交流环节，与会专家围绕中医药文化、自然哲学、人工智能与医学人文等主题深入研讨。

此次研讨会是深入理解“第二个结合”精髓要义、从哲学高度把握中华文明突出特性的重要实践，学校将以此次研讨会为契机，持续以自然哲学理论创新推动中医药文化传承发展，为服务中国式现代化提供坚实的理论支撑。

(马克思主义学院)

市中医巴乾以共同通讯作者在Cell发表成果

本报讯 4月27日，我校附属市中医医院科技创新中心巴乾研究员团队联合浙江大学医学院张强教授、王福俤教授、闵军霞教授团队和博观生物科技公司吴军兵博士团队，以“Stabilizing MARCH7 as a ferro-guardian against ferroptosis”为题在国际顶级期刊Cell在线发表研究论著。该成果为铁死亡相关疾病的治

疗提供了全新靶点，彰显了中医药在精准调控细胞死亡领域的独特价值。

该研究是巴乾团队开展“基于蛋白质功能状态的中药来源靶向药物研究”的重要成果，不仅补充了对铁死亡核心调控因子的认识，也证明了中药小分子可以特异性调控E3泛素连接酶MARCH7实现对铁死亡的精准调控，具有显

著的治疗潜力和转化前景。

张强、王福俤、巴乾、闵军霞及吴军兵为论文共同通讯作者。黄文祥、王睿君、杨鑫泉、杨双杰等学者为论文共同第一作者。研究得到国家自然科学基金、上海市东方英才拔尖计划、中国博士后面上基金和浙江大学基础医学院院长基金等多个科研项目的支持。(科技处 市中医医院)

从青教赛备赛谈青年教师的课堂成长

□冉磊

参与上海高校青年教师教学竞赛并荣获医学学科二等奖，对我来说既是一份鼓励，一次对个人教学能力的全面检验，更是推动教学理念更新、教学能力提升的重要实践。青年教师的课堂成长，是提升人才培养质量的重要环节。

教师的教学能力关乎课堂教学实效。备赛前，我想的更多是“如何将课讲完整、讲漂亮”，但在反复理顺逻辑和试讲后，我意识到课堂不是把准备好的内容讲完，而是要让学生真正听得懂、跟得上、记得住、用得出。临床课程尤其如此，我们的学生将来不是在试卷上选择答案，而是要走到病人面前，面对复杂的病情，不同的诉求和不确定风险。因此，医学教学不能只告诉学生“是什么”，更要带着他们

想清楚“为什么”“怎么办”。一堂好课，最终不是看教师讲了多少，而是看学生是否真正形成临床判断能力。

传统教学模式易陷入“以教为中心”的误区，侧重知识传递与内容完整，忽视学生理解吸收与能力养成。我们时常将课堂设计成“知识点罗列”，一页讲定义，一页讲病因，一页讲诊断，一页讲治疗，看起来内容完整，而学生在听完课后可能只是记住了“碎片”。课堂应像临床思维训练一样，先从一个真实问题切入，再让学生看到矛盾和风险，接着分析背后的机制，最后回到临床判断。由此让学生不是被动接受结论，而是在引导下主动接近结论。

医学教育承担着培养临床医师的重要使命，必须立足临床实践需求，重构课堂教学逻辑。如在骨科教学中，

一个病人为什么会痛？为什么同样的影像表现，处理方式可能不同？为什么有些看似常见的问题，背后却隐藏着严重风险？教师要带着学生找答案，让他们跟着病例分析，在自主学习中明白临床并不是套公式，而是要把解剖、病理、影像、症状和患者整体情况联系起来。这样的训练，才是真正有用的教学。

课堂教学改革需落实到教学设计、教学实施的细节中。优质课堂关键在于逻辑清晰、衔接顺畅、指向明确。以往备课时，我多会担心内容不够多，现在我更关注教案内容能否回答问题、推动逻辑、留下印象。授课要自然、清楚、有节奏，让学生愿意听，也能听明白。

青年教师教学能力提升，是深化教

我校教师在市教创赛中获佳绩

本报讯 4月25日，第六届上海市高校教师教学创新大赛在同济大学落下帷幕。我校7个教师团队分获特等奖1项、一等奖3项、二等奖2项、优胜奖1项，我校获优秀组织奖。

护理学院单亚维团队(陆海英、栾伟、陈红凤)获新医科组特等奖，康复医学院柏怡文团队(刘晓丹、汤康敏、吴绪波)获实验教学组一等奖，马克思主义学院蒋吕一团队(钱疏影、王鑫、闫淳纯)获人工智

(教务处)

天然产物与新药发现获进展

本报讯 近期，我校交叉科学研究院张宇研究员团队联合国内外多个课题组，聚焦基于新技术的“拟天然产物库”策略，在天然产物导向的分子创新开展系统研究，并自主构建的拟天然产物库中筛选出多个候选活性分子。

研究成果如下：光化学驱动耦合吡啶/吡啶模拟天然产物的选择性构筑并发现铁死亡抑制先导分子，为铁死亡抑制剂的发现提供了新型先导结构；发展三组分串联反应高效构建非天然α-氨基酸酯并

(科技处 交叉科学研究院)

简讯

● 近期，护理学院吴静教授团队在护理学领域国际顶尖期刊 *International Journal of Nursing Studies* 发表题为“Nursing students' educational preferences for integrated teaching methods: A best-worst scaling study”的研究成果，为构建“以学生为中心”整合式教学体系提供重要依据。(护理学院)

● 5月8日，我校专家委员会、老教授协会组织专家教授赴上海泰康之家·申园开展养老服务专题考察与学术交流活动，推动中医药与养老服务深度融合。(专家办 离退休办)

● 近日，“问道学堂”院士大讲堂举行，中国工程院院士高月作题为“明道辨路——不忘初心 砥砺前行”的学术报告，激励我校学子在强国事业中彰显中医药担当。(科技处)

● 4月29日，第59期“岐黄论道·杏林有约”以“知华友华聚杏林·爱校荣校续华章”为主题，特邀两位国际校友，围绕留学成长、职业发展、中医药国际传播等话题展开分享。[教师工作部 对外联络处(校友会) 国际教育学院]

育教育教学改革的长期任务。教学竞赛为青年教师搭建了交流学习、打磨技艺的平台，更重要的是将竞赛成果转化为日常教学的自觉行动。教学能力就是在反复试讲、多次课堂反馈中逐渐提升的。

作为青年教师，我们既要有专业底气，又要有教学耐心。专业底气来自临床和科研的积累，教学耐心来自对学生成长规律的尊重。学生不可能一下子具备成熟医生的判断能力。教师要做的，就是把复杂问题拆开，把关键环节讲清楚，把容易出错的地方指出来，引导学生从“知道知识”成长为“会用知识”。

教育教学改革永远在路上。要多从学生角度设计课程，多从临床问题组织内容，多用病例和问题链训练思维，让课堂更接地气，也更有实效。医学教育最终培养的不只是会背知识点的学生，而是能够面对病人、分析问题、承担责任的未来医生。



(上接1、4版中缝)

根据体质 辨证选择

气虚体质(神疲乏力、少气懒言)者可适量食用枣抱黄精、山药茯苓饼，避免滋腻的阿胶糕、熟地黄蜜饯等。

血虚体质(面色萎黄、头晕心悸)者可适量食用玫瑰阿胶糕、三蒸三晒桂圆干。食用阿胶糕时，宜搭配陈皮茶以理气解腻；桂圆干每周食用2~3次，每次5~10颗即可。

阴虚体质(潮热盗汗、口干咽燥)者可适量食用九制熟地黄、黄精黑芝麻丸。

阳虚体质(畏寒怕冷、手足不温)者可适量食用姜枣糕，饮用桂圆红枣茶。

湿热体质(面部油光、口苦口黏)者可适量食用山楂茯苓饼、绿豆糕，慎食阿胶糕、黄精黑芝麻丸等滋腻零食。

痰湿体质(身体沉重、胸闷腹胀)者可适量食用玫瑰芡实糕、陈皮山楂条，避免食用甜腻的桂圆干、枣抱黄精等。

科学食用 牢记三大原则

控制频率与摄入量。中药零食的本质仍是零食，不能长期大量食用，每周最多食用2~3次，且摄入量宜适度，如阿胶糕每天不超过1块，黄精黑芝麻丸每天2粒。同时，观察身体反应，若出现腹胀、上火等不适，应立即停食。

关注辅料成分。消费者购买中药零食时，应仔细查看产品的配料表，优先选择糖、油含量较低的产品。糖尿病、高脂血症患者尤其需要注意，必要时咨询医生或营养师。

特殊人群需谨慎。儿童的脾胃功能尚未发育完全，长期食用山楂丸等酸性中药零食易损伤胃黏膜。正在服用药物者应咨询医师，确保摄入的零食与药物不冲突。



沙吉旦木·阿热甫

2021届毕业生
上海市第一人民医院



叶圣昌

2012届毕业生
上海市第九人民医院



万忠莉

2020届毕业生
广东汕头幼儿师范高等专科学校



郑鹏飞

2018届毕业生
日喀则市人民医院



孙秋宇

2007届毕业生
龙华医院

以专业践誓言 以仁心护安康

编者按：5月11日上午，我校第115个国际护士节庆祝活动举行。活动邀请多位优秀校友，立足服务国家、奉献人民，讲述成长与担当的故事。本期专版展示校友在活动中的从医心路历程分享，感受他们以青春之力书写责任与担当的动人篇章，以期激励更多青年学子坚守初心、奋勇争先，在新时代的赛道上绽放属于自己的青春光彩。

步入大学之初，我便立下目标：刻苦钻研专业知识，谋求稳定工作，以自身努力为家庭减轻负担。医学课程厚重繁杂，在我面临学习压力时，学院吕伟波老师主动联系我，帮助我调整心态。得知我利用课余时间外出兼职，吕老师始终牵挂我的安全，让我每日下班返校后及时报平安。在求学路上，我有幸得到学院多位教师的默默关怀，支撑我顺利完成学业。

在专业课程学习中，生物化学曾是我学习中的一大难题。直到走上工作岗位，我才深刻领悟到这些晦涩的知识的重要价值——掌握药物化学结构相关知识，是鉴别药物配伍禁忌、保障用药安全的关键，更是守护患者生命健康的基石。在此，我想寄语同学们：认真对待每一门专业课，深耕细研、夯实基础，这不仅是对未来护理工作的负责，更是对生命的敬畏。

急诊科工作节奏快、任务重，为更好与患者沟通交流、提供优质服务，我刻苦钻研业务技能，练习普通话，凭借扎实的专业能力和贴心的服务，获评医院优秀员工。2022年10月，我主动请缨加入援疆医疗队。作为队中唯一的少数民族医护人员，我承担起翻译工作，完成临床医疗护理任务，同时搭建起医患沟通的桥梁。

未来，我将继续立足临床护理岗位，坚守医者初心、践行使命担当，用实际行动诠释新时代护理工作者的责任与担当。

去年护士节，《青年报》记者给了我一个称号——上海三甲医院最年轻的护理质控管理者。从普通护士成长为呼吸科护士长，再到现在，我用了十三年。临床护理，需要提升操作技能，夯实专业知识，用心照顾好患者。走上管理岗位后，视野要更开阔，要立足全院护理工作，解决实际难题。通过优化护理流程、规范操作标准、提升服务质量，让患者感受到有温度、有精度的护理，这是我的岗位职责，也是我坚守的价值。

成为一名合格的护士，首先一定要有扎实的专业能力，不断学习和提升自我，这是立足岗位的根本。其次，细心、耐心、责任心缺一不可。护理前辈王秀瑛先生说过：“病人无医将陷于无助，病人无护将陷于无助。”因此，我们还要有同理心，学会换位思考。

每年回学校与男护生们作交流时，我都会告诉大家，专业是最坚实的底气。刚入职尤其是打针输液时，有些患者会以男护士不够细心拒绝我。我深耕专业、耐心沟通，以熟练的操作、沉稳的态度，逐渐赢得患者的信任。

忆及刚入职时，全院男护士寥寥无几，如今已发展至130余人。男护士群体体力充沛、抗压能力强，在急诊抢救、重症护理等关键岗位已然成为不可或缺的力量。

愿各位同学珍惜在校时光，深耕专业领域、锤炼过硬本领，书写属于自己不凡的人生篇章。

我出生于甘肃山区的一个普通乡村，初到上海求学时，我立下誓言：学成后一定要回到家乡，或是去更远、更需要我的地方。受学校赴藏毕业生事迹鼓舞，我更加坚定了去到西部、建设西部的决心。毕业那年，我毅然选择奔赴西藏自治区日喀则市人民医院，成为一名急诊科护士，如今已在一线护理岗位坚守8年。

8年来，我始终铭记医者初心，努力克服高原缺氧环境。为了更好地服务藏族患者，我主动学习藏语提升沟通效率。我累计服务患者十万余人次，参与急救六千余人次，用所学专长守护藏区人民的健康。

2022年8月，疫情在西藏愈发严重，我主动冲锋在抗疫第一线，在医院新冠病毒救治基地和医学留观区承担核酸检测、患者日常护理等工作，坚守了108天。我始终无微不至地关心对待每个患者，用行动践行南丁格尔精神。

西藏的蓝天白云、雪山草原，早已深深印在我心中，我热爱这片土地，更热爱这里的人们。我认为，能来到西藏就业，为西部建设添砖加瓦，是我义不容辞的责任。虽然个人力量单薄，但我立志将青春献给高原，把个人理想融入祖国边疆医学发展。

我始终坚定“与时舒卷，与国同行”的初心，秉持“行远自迩，笃行不怠”的决心，以坚定信念担当时代责任，用实际行动证明护理工作是有远大理想、深厚家国情怀、勇于担当的青年。

值此建校70周年之际，祝愿母校弦歌不辍、薪火相传，桃李芬芳、岁岁华章。祝愿护理学院蒸蒸日上、蓬勃发展！

