

# 奋斗百年路 “护” 航新征程

## 护士代表优秀事迹

**● 张 婧 龙华医院**

龙华医院三病区临床护理带教老师。她不忘初心,牢记使命,面对新冠肺炎疫情毫不犹豫驰援抗疫一线。她对学生的学习工作严格要求,在生活中则关心呵护,为学生们树立了美好的职业形象。在专业上,她不断探索,成为龙华医院专科护士培养对象。她希望通过自己传递对护理事业的热爱与追求,感染更多学生践行南丁格尔誓言。

**● 陈燕枫 龙华医院(宁波分院)**

她工作在抢救病人的第一线,2012年冬天作为医院特级护理团队的一员参与了宁波市第一例禽流感患者的救治,历经72小时的奋战后终于让患者转危为安。她热心公益,常常在假期前往社区、工厂、学校普及急救知识。2020年11月她在外出参加培训学习时救治了一名车祸患者,其教科书式的救护经验受到国家红十字会及省、市、区各级媒体的关注。

**● 王 磊 岳阳医院**

外科总带教老师,承担乳腺病、中医实训临床带教工作。担任乳腺病科青年文明号号长以来,她带领青年们获得全国青年文明号等荣誉。她注重提升专科能力,协助护士长发明的“手指爬墙尺”获国家专利,“引流袋的改良”获优质护理金点子优胜奖。她主持开发的“乳腺术后康复瑜伽操”获得第九期上海市医务职工科技创新“星光计划”三等奖,正在申请专利中。

**● 孙 燕 市中医院**

作为带教老师,她不仅言传身教向护生传授知识,更在潜移默化中培养护生的爱岗敬业精神。在完成本职工作的同时,她协助护士长做好科室的管理工作,协助护理总带教老师完成护理部的教研工作。她还是医院操作小组成员,并于2020年新冠疫情期间作为第四批国家中医医疗队(上海)的一员驰援武汉。不忘初心,砥砺前行,她希望能尽自己的努力帮助身边人。

**● 孙 燕 市中医院**

主管护师,内分科代护理护士长。作为医院第一批教学护士,她熟练运用中西医结合教学方法,将理论与实践相结合。担任代理护士长以来,她多次率队迎接护理质量督查、三级综合医院中医护理工作专项督查等。疫情期间,她带头参与核酸采样、疫苗接种等工作。近年来她获得医院优秀教学护士、年度嘉奖、优秀学习组长等荣誉;发表论文2篇,主持院级课题2项。

**● 戴琳律 普陀医院**

主管护师,中医内科代护理护士长。作为医院第一批教学护士,她熟练运用中西医结合教学方法,将理论与实践相结合。担任代理护士长以来,她多次率队迎接护理质量督查、三级综合医院中医护理工作专项督查等。疫情期间,她带头参与核酸采样、疫苗接种等工作。近年来她获得医院优秀教学护士、年度嘉奖、优秀学习组长等荣誉;发表论文2篇,主持院级课题2项。

**● 张 翥 市中西医结合医院**

主管护师,从事护理工作9年余。她工作认真负责,吃苦耐劳,服务热情,待病人似亲人。参加工作以来,她一直严格要求自己,刻苦学习理论知识,不断提高自身业务水平,积极参加医院各类活动,并多次在护理操作比赛中获奖。因工作表现突出,她获得2014年度考核优秀和记功奖励,并于2020年获评医院“优秀护士”称号。

**● 黄 晶 岳阳医院(海口分院)**

为提高护理服务能力,提升专科品质,她在院内开展多项新项目新技术:火龙罐综合灸技术、间歇导尿技术、间歇口胃管技术等。疫情期间,她将住院患者及陪护人的管理措施推广到全院,为规范护理工作发挥了积极作用。作为2020年度青年安全生产示范岗创建活动负责人,她带领科室医护人员认真开展各项工作,获得“海口市青年安全生产示范岗”荣誉。

**● 吴荣雷 岳阳医院(瑞安分院)**

入职以来,她肩负护理职责,秉承“全心全意为患者服务”宗旨,在ICU以良好的专业素养对待护理服务中的每一处细节,以优质的服务为患者康复尽最大的努力。她用心用情关爱患者,向患者传递正能量。她认为,患者的康复是对护士的最佳回馈,正是护士这份崇高的职业赋予了她不寻常的人生价值,她将以心为灯,做生命的守护天使。

**● 丁 键 第七人民医院**

护师,在重症医学科工作6年。他于2018年入选医院新晋培养计划,发表核心期刊论文3篇,申请国家专利1项;2020年入选护理后备人才,同年援鄂抗疫,在武汉雷神山医院ICU担任带组组长,加入ECMO团队参与最危重病人的救治,荣获“抗疫先锋”称号;他曾获2020年度医院“明日之星”称号,在等级复评审西医技术考核中成绩优异并荣获“技术过硬”二等奖。

**● 成亚慧 光华医院**

主管护师,现任关节内科副护士长,在光华医院从事临床一线护理工作10年。在工作方面,她带领科室护理人员在等级复评审中,满分通过中医护理和重点专科两项检查。在思想上,她时刻谨记作为白衣天使的职责,去年在疫情爆发第一时间驰援武汉金银潭医院,参与新冠肺炎疫情防控工作阻击战,由于表现突出获得“最美逆行者”称号。

**● 洋 洁 岳阳医院(义乌分院)**

她从事临床护理工作15年,是“十三五”浙江省中医护理重点专科项目负责人,承担中医护理质控工作。她入选医院第一批“育苗人才”培养对象;获评2004、2005、2011年度仙居县卫生系统先进个人;多次被评为医院先进个人;在院内知识竞赛及护理技能竞赛中获得多个奖项;获评2018-2019年度金华职业技术学院优秀带教老师;2019年被授予“上海中医药大学附属医院优秀护士提名”荣誉。

**● 邱 轶 曙光医院(宝山分院)**

主管护师,内科系统教研组组长兼神经内科科带教老师,从事临床护理工作10年。她入选2018年医院“优秀青年医学人才”项目,参与科研课题2项,以第一作者身份发表护理论文8篇,曾获宝山区卫生系统综合性医院青年护士技能竞赛操作能手一等奖。在医院等级复评审期间,她协助护士长筹备资料文档,组织护理人员“三基”培训与考核,开展紧急人力资源调配与模拟演练等。

**● 邱 轶 曙光医院(宝山分院)**

主管护师,内科系统教研组组长兼神经内科科带教老师,从事临床护理工作10年。她入选2018年医院“优秀青年医学人才”项目,参与科研课题2项,以第一作者身份发表护理论文8篇,曾获宝山区卫生系统综合性医院青年护士技能竞赛操作能手一等奖。在医院等级复评审期间,她协助护士长筹备资料文档,组织护理人员“三基”培训与考核,开展紧急人力资源调配与模拟演练等。

**● 王海燕 龙华医院(天山分院)**

她在护理岗位上兢兢业业工作23年,秉持“一切以病人为中心”的理念,不断提升管理能力,抓牢科室质控工作,注重对年轻护士的培养。疫情以来,她在完成科内繁重护理工作的同时,积极做好各抗疫点的人员调配,并于去年8月担任队长入驻隔离点完成保障任务。未来的路任重道远,她会以实际行动践行一名护士的使命。

**● 王海燕 龙华医院(天山分院)**

她在护理岗位上兢兢业业工作23年,秉持“一切以病人为中心”的理念,不断提升管理能力,抓牢科室质控工作,注重对年轻护士的培养。疫情以来,她在完成科内繁重护理工作的同时,积极做好各抗疫点的人员调配,并于去年8月担任队长入驻隔离点完成保障任务。未来的路任重道远,她会以实际行动践行一名护士的使命。

附属医院优秀护理论文		
一等奖	二等奖	三等奖
过丽珍 曙光医院	A bibliometric analysis of cirrhosis nursing research on web of science	林 楨 龙华医院
卢根娣 曙光医院	腕关节置换术患者术后早期下床活动最佳证据总结	陆静波 岳阳医院
汪 敏 龙华医院	穴位敷贴联合腹部埋线对老年卒中后慢传输型便秘的疗效	董春玲 曙光医院
王 娟 市中医院	予午流注三阳灸对脑卒中软瘫期上肢肌张力及运动功能恢复的影响	陈玉芳 市中西医结合医院
沈 莺 曙光医院	基于德尔菲法的洗手护士非技术技能行为量表的跨文化调适	王 艳 岳阳医院(义乌分院)
郑 蔚 龙华医院	四乳药草在急性乳腺炎患者中的应用效果	黄丽华 龙华医院(奉贤分院)
张孝云 岳阳医院	穴位敷贴联合中药热敷对缓解膝关节疼痛的效果评价	沈永红 岳阳医院
施春香 光华医院	中药热奄包结合穴位按摩在强直性脊柱炎患者中的应用	

本报地址:上海市蔡伦路1200号行政楼416室 电话:51322041 邮编:201203 E-mail:tcmbx408@aliyun.com 排印:上海宝联电脑印刷有限公司(上海市定西路1277号长峰大厦305室)

# 立足百年新起点 奋力开拓新征程

# 上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE AND PHARMACY BIWEEKLY  
 中共上海中医药大学委员会主管、主办 《上海中医大报》编辑部出版 主编:朱慧华  
 第410期(总第850期) 2021年5月15日  
 国内统一连续出版物号 CN31-0817/(G) 网址:http://www.shutcm.edu.cn 本期四版

## 我校名誉校长桑国卫寄语: 紧抓机遇,推动学校和中医药事业蓬勃发展

本报讯 5月6日上午,我校校长徐建光专程赴京拜会第十一届全国人民代表大会常委会副委员长、中国工程院院士、我校名誉校长桑国卫(如图)。徐建光向桑院士汇报我校庆祝建党100周年活动方案和开启“十四五”新征程等相关工作情况。桑国卫对我校近年来开展的工作及在疫情防控新冠肺炎疫情期间所作的贡献给予充分肯定,并指出要牢牢把握中医药事业发展带来的难得机遇,推动学校和中医药事业蓬勃发展,再接再厉再上新台阶。

(党委校长办公室)

本报讯 5月8日,我校客座教授聘任仪式在上海中医药大学博物馆举行。我校校长徐建光、副校长陈红专、受聘客座教授史依弘、汪家芳,相关职能部门负责人及师生代表参加仪式。聘任仪式由陈红专主持。

我校大学生民乐团献上悠扬的民乐合奏,为现场嘉宾带来一场艺术盛宴,拉开聘任仪式序幕。

徐建光在致辞中指出,今年迎来的中国共产党百年华诞,同时也是“十四五”规划开局之年,新时代的征程已经开启,新时代的发展离不开德智体美劳全面发展的优秀青年。他表示,对于高校而言,美育不仅是审美教育、情操教育、心灵教育,更是校园文化建设的重要助推器。为高等中医药院校,学校将更加注重学生美学素养的提升,将文化育人作为人才培养的重要内容。他希望通过美育让学生们于“美”中陶冶,在“美”中探索,向“美”而学,两位客座教授的加入将进一步丰富学校文化育人内涵,为校园文化建设注入新活力。

陈红专介绍我校客座教授情况并宣读聘任决定。

徐建光分别为史依弘、汪家芳颁发聘书、铭牌并佩戴校徽,学生代表为两位客座教授

本报讯 5月12日上午,以“百年初心,护佑健康”为主题的2021年我校“5·12国际护士节”大会在龙华医院远志楼三楼会议室举行。

我校副校长杨永清、护理学院院长张翠娟、医院管理处副处长管红叶、学工部副部长徐丽英,八家附属医院和宝山区中西医结合医院的相关院领导、护理部主任,以及各类受表彰人员近200人出席大会,共同庆祝第110个国际护士节。

大会承办单位龙华医院院长肖霖致辞并代表全体员工向护理人员致以节日的祝福。刚刚步入岗位的新护士们在龙华医院呼吸科护士长魏晔的带领下进行庄严宣誓。大会还表彰了各附属医院的优秀护士、优秀护理论文获奖者及“三十年护龄”人员等。

上海市护理学会“杰出护理人员”、龙华医院张华春、“全国卫生健康系统新冠肺炎疫情防控工作先进个人”、岳阳中西医结合医院唐欢、我校2020-2021年度优秀护士代表、曙光医院张成亮,以及我校“三十年护龄”人员代表、市中医院周瑾在会上作交流发言。

杨永清代表学校党政领导向全校系统护士致以节日祝贺,希望各位护理人员再接再厉,不断提高专业素养,充分发挥中医护理的独特优势,推进中医护理现代化,提高医院整体服务品质,树立起学校中医特色服务的品牌。

其后,来自各附属医院的护士们通过朗诵、歌舞、舞台剧、戏曲表演等形式展现日常生活中的酸甜苦辣及真情奉献,反映出护理人员“百年初心不改,护佑人民健康”的使命与追求。

本报讯 5月12日,我校护理学院开展纪念建党百年暨“5·12国际护士节”主题活动。活动中,情景党课《守“护”·初心》紧紧围绕2021年护士节“传承红色基因,创新发展护理”的主题,运用情景教学、现场访谈、美育展示、视频连线等多种形式回顾我国卫生事业发展历程,以一代代护理人员接续奋斗的故事激励新一代护理学子知史明智、知史担责,秉承南丁格尔精神。

校党委副书记、副校长朱惠蓉,校党委副书记、纪委书记许铁峰,护理老专家彭仕强、上海健康医学院附属卫校负责人、上海市医学工会书画协会会长张翔宇,以及学校相关部门负责人、各附属医院护理部主任、抗疫校友代表、护理学院300余名师生代表等参加活动。

朱惠蓉代表学校向护理前辈、附属医院护理工作及护理学院师生致以节日问候,对广大护理专业学生提出殷切希望:牢记嘱托、勇挑重担、砥砺前行,为卫生健康事业发展添砖加瓦。

情景党课《守“护”·初心》开讲,“信仰的底色”“守护的初心”“传承的力量”三个篇章依次拉开序幕。

在“信仰的底色”篇章,护理学院党总支书记史美育带领师生回顾我国医疗卫生事业发展的百年征程。情景剧《红色护理》从学生饰演的新中国成立以来的我国医疗卫生事业的奋斗故事。

在“守护的初心”篇章,护理学院副院长廖晓琴讲述中国共产党建党百年来的独具中国特色的伟大精神谱系。视频《守“护”中》,100多名护理学院学生党员和青年学子走访看望了全国

本报讯 五四青年节来临之际,我校多个集体和个人荣获全国、上海市荣誉。其中,曙光医院呼吸与危重症科护理组获评“全国青年文明号集体”。该护理组的服务对象有呼吸疾病患者、脑血管性疾病患者,更有呼吸危重症监护室的患者。他们以“承中医国粹,救死扶伤,撒一腔热血,闪耀青春”为远大志向,将利他(Altruistic)、永久(Abiding)、敏锐(Acute)、闪避(Ablaze)、活力(Active)的5A承诺贯穿于各项工作中。

国家中医肝病区域医疗中心青

## 刘良院士受聘我校名誉教授

本报讯 4月30日,中国工程院院士刘良受聘我校名誉教授,聘任仪式在校行政中心301会议室举行。澳门科技大学药学院院长朱依淳、我校党委书记曹锡康、校长徐建光、副校长陈红专、人事处处长徐强、中药研究所所长王净涛、交叉科学研究院院长张卫东和国际交流处处长郑林贻等出席。我校师生代表150余人参加仪式。仪式由陈红专主持。

刘良为澳门科技大学荣誉校长、中药质量研究国家重点实验室主任和美国国家发明家科学院院士,兼任世界卫生组织传统医学项目顾问和专家组主席、国际标准化组织/中医药技术委员会第一工作组主席等重要职务。他长期从事中医药诊治风湿病研究及抗关节炎新药研发,荣获国家科技进步奖二等奖2项、教育部自然科学奖一等奖2项和其他省部级一等奖3项。

徐建光为刘良颁发名誉教授聘书和铭牌,曹锡康为刘良佩戴校徽,教师代表汤晓雯向刘良献上鲜花。刘良在讲话中表示,今后作为我校名誉教授,他将更加关注学校的发展,推动我和澳门科技大学加强合作,共同促进中医药发展。

陈红专希望刘良将我校当作第二个“母校”,第二个工作单位,充分发挥在医学科技创新中的引领示范作用,深入整合双方在风湿免疫性疾病研究、中医药创新药物研发等领域优势资源,助力我校学科内涵建设,开创世界一流中医药大学高质量发展新篇章。

聘任仪式后,刘良作“诊疗风湿病研究三十年”主题学术报告,从风湿病诊断、新病理机制、诊疗新策略、用药新模式和创新药物研发等方面畅谈风湿病临床-基础研究-新药研发等团队研究思路和成果。(人事处 中药研究所)

## 校第九届教代会、校本部第四届教代会暨第十三届工代会第六次会议召开

本报讯 4月26日至5月7日,我校第九届教代会、校本部第四届教代会暨第十三届工代会第六次会议召开。学校党政领导班子成员、教代表,列席代表等三百余人参会。会议由校党委副书记、工会主席李光主持。

大会上,代表们听取并审议了校长徐建光作的题为“开局多壮丽,奋进正当时,以昂扬奋斗姿态开拓世界一流中医药大学新篇章”的行政工作报告、财务处处长王璐作的学校2020年财务信息公开报告、提案工作组组长吴志新作的九届六次教代会提案工作报告;听取了副校长杨永清作的《上海中医药大学上海市中医药研究院改革和发展“十四五”规划》介绍;书面审议了《上海中医药大学2020年工会工作报告》《上海中医药大学2020年校务公开工作报告》《上海中医药大学2020年工会财务工作报告》《上海中医药大学2020年“救急难”、“在职职工住院补贴基金”使用管理报告》等。民主评议组组长夏文芳向全体代表通报2020年民主评议校领导的情况。

大会期间,教代表们围绕学校启动“十四五”规划,推进教育综合改革与地方高水平、“双一流”大学内涵建设,以及厉行节约等方面进行了充分讨论,并结合广大教职工、医务人员普遍关心的问题踊跃发言。

徐建光在大会上就各代表组集中和高度关注的学校事业发展、管理服务及民生工程三大类六个方面的具体问题作出回应,并督促相关部门建立反馈机制,分层分类形成解决方案,抓好落实。他希望教代表们及时向广大师生员工做好引导、解释和宣传工作上,带动全体师生员工形成昂扬向上、比学赶超、争创一流的敬业奉献氛围,共同努力支持学校事业发展。

校党委书记曹锡康在大会闭幕式上作题为“牢记初心使命,共谋事业发展”的讲话,就持续强化教代会发挥作用的机制建设和切实加强对工会工作的全面领导等方面提出要求。他希望全校教职工切实以主人翁意识发扬担当精神,以更加饱满的工作热情、更加勤奋的工作态度、更加务实的工作作风投入到各项工作中,凝心聚力、锐意进取,以昂扬奋斗姿态努力开创世界一流中医药大学建设新局面。(工会)

近20名在护理教育、科研、临床和抗震救灾等方面作出杰出贡献的党员代表。

谈有62年党龄的“全国优秀中医护理工作者”彭佳珍、“全国卫生系统先进工作者”陆静波和抗疫中火线入党的“全国向上向善好青年”鄧琳。

在“传承的力量”篇章,护理学院党总支副书记、院长张翠娟和党总支书记张琪共同讲述护理学院二十一载的发展历程。赴西藏工作的2018届上海市优秀毕业生“郑鹏飞”传声视频,代表学院赴藏工作的9名优秀毕业生讲述他们支援祖国边疆卫生事业的奋斗故事。

在“大美护理”美育展示环节,护理学院师生“秀”出海派旗袍、茶艺、书法等中华优秀传统文化育人成果,明晓宇挥墨写下“初心·使命”和护理学院院训“明德、善学、胸怀、精业”等作品。

我校附属医院护理部主任、护理学院教研室主任和抗疫校友代表为即将参加临床实习的208名学生逐一戴上圣洁的燕尾帽。(护理学院)

我校研究员丁越获评“上海市青年五四奖章个人”。丁越为我校学术荣誉体系特聘教授、教学实验中心中药学实验室主任,曾入选上海市“曙光计划”、上海青年科技英才扬帆计划等,主持科研课题12项,发表科研成果273篇,获发明专利7项、上海市科技进步奖三等奖1次、中华医学科技奖三等奖2次。(团委)

## 我校多个集体和个人荣获全国、上海市荣誉

本报讯 五四青年节来临之际,我校多个集体和个人荣获全国、上海市荣誉。其中,曙光医院呼吸与危重症科护理组获评“全国青年文明号集体”。该护理组的服务对象有呼吸疾病患者、脑血管性疾病患者,更有呼吸危重症监护室的患者。他们以“承中医国粹,救死扶伤,撒一腔热血,闪耀青春”为远大志向,将利他(Altruistic)、永久(Abiding)、敏锐(Acute)、闪避(Ablaze)、活力(Active)的5A承诺贯穿于各项工作中。

国家中医肝病区域医疗中心青

## 我校与珍宝岛药业签署合作协议 共促中医药事业创新发展

**本报讯** 5月12日下午,我校与珍宝岛药业人才建设及科研合作框架协议签约仪式在校举行。双方签署多项合作协议,将在交叉科学研究院设立人才支撑计划,激励优秀科研人才,推进中医药创新药物开发,实现校企产学研深度融合发展。我校副校长陈红专,党委校办办公室主任吴志新,人事处处长徐强,科技处处长赵咏芳,产学研办公室主任唐靖一,交叉科学研究院院长张卫东,党总支书记周强,以及珍宝岛药业董事长方中华、总裁陈海、副总裁李志勇等出席仪式。张卫东主持仪式。

我校交叉科学研究院于2016年成立,致力于中医药学与生命医学相关学科的交叉融合,通过发挥多学科交叉和人才聚集优势,打造面向国际、国内一流的中医药多学科交叉研究系列平台。为更好地推动交叉学科发展,学校自2018年起在交叉科学研究院内部试点“科研特区”制度,研究院在科学

研究、产学研合作、人才引进、资产管理等方面享有充分的自主权,从而激发与释放出更大的科技创新活力。“十三五”期间,研究院获得各类纵向课题86项,与业内优秀企业合作开展横向课题60余项;多人入选“国家自然科学基金优秀青年科学基金项目”“青年岐黄学者”“上海市优秀学术带头人计划”等;张卫东领衔的科研团队入选首批国家中医药多学科交叉创新团队。研究院成立五年来,已在国内外学术刊物上累计发表各类学术论文450余篇,多项成果在国际高水平杂志上发表。

2020年疫情期间,研究院牵头主持国家重点研发计划应急项目“清肺排毒汤治疗新冠肺炎的科学基础研究”,在不到一年的时间内系统揭示了清肺排毒汤治疗新冠肺炎的效应物质和作用机制,累计发表论文10余篇、申报发明专利6项,为推动清肺排毒汤“从方到药”的转化提供了科学依据。

## 学校“星火”大学生红色精神宣讲团入选上海市大学生理论宣讲联盟

**本报讯** 为进一步做好大学生理论宣讲工作,献礼中国共产党建党百年,近期中共上海市委讲师团办公室、中共上海市教育卫生工作委员会宣传处联合打造上海市大学生理论宣讲联盟,我校“星火”大学生红色精神宣讲团(以下简称“星火”宣讲团)脱颖而出入选联盟。

我校“星火”宣讲团由学校优秀团员青年组成,学校自2016年纳入地方高水平大学建设以来,就将红色精神的教育与传承作为立德树人的重要抓手,学校分别在一大、二大会址纪念馆,四大纪念馆,龙华烈士纪念馆,渔阳里,井冈山,福建古田,以及广西百色等地建设了多家红色主题教育类铸育人实践基地,从大学生“青马工程”培训班和大学生骨干研习营中选拔优秀学员,利用假期赴各基地开展形式多样的主题实践活动。截至目前,已有近700名学员赴各基地进行实践教育。该宣讲团于2020年荣获“上海市青年五

四星集体”荣誉称号。

今年“星火”宣讲团将建设多层次、宽领域、多渠道的宣讲阵地,注重理论传播,创新宣讲形式,打造青年红色精神理论宣讲的坚实堡垒,扩大社会影响力和覆盖面。

**又讯** 为进一步丰富学习实践活动形式,在全校团员青年中广泛持续开展“学党史、强信念、跟党走”主题教育,5月12日,我校“青年大学”线下学习暨“星火”宣讲团宣讲清单发布活动在图书馆前举行。校党委副书记、副校长朱惠蓉,组织部部长夏文芳,宣传部副部长刘颀,上海中医药博物馆党支部副书记郭峰,团委书记吴平,以及师生代表等参加活动。

活动由师生“快闪”拉开序幕,数十名师生共同演绎歌舞串烧,点燃学生学习热情。在建党百年之际,我校培养了100名“星火”宣讲员,他们利用假期和课余时间前往革命遗址和红色场馆,讲述红色故事,传递红色信仰。朱惠蓉和夏文芳共同发布“星火”宣讲团

2021年是“十四五”规划的开局之年,也正值我校交叉科学研究院成立五周年之际。为深入学习贯彻习近平总书记关于中医药工作的重要论述,促进中医药振兴发展,交叉科学研究院将聚焦中医药领域关键问题,结合珍宝岛药业以科技创新为战略核心,以科学质量为战略基础,以研发生产为战略目标的发展方向,积极推进创新性成果的产出和转化。经过友好协商,双方达成合作协议,将发挥各自优势,开展一系列创新药物开发、院内制剂开发、中药复方二次开发等方向的研究合作,以项目为纽带,推进产学研联合攻关。

在现场领导和嘉宾的见证下,张卫东和李志勇代表双方签署合作框架协议。双方将在合作共赢的基础上,遵循中医药发展规律,守正创新、传承发展,加快推进中医药现代化、产业化,推动中医药事业高质量发展。(交叉科学研究院)

宣讲清单,清单分为红色足迹追寻、红色人物走访、红色实践基地宣讲及“老物件”重温红色经典四部分。

“星火”宣讲员为大家带来题为“一个医用药箱中珍藏的红色记忆”的党史宣讲第一课,讲述傅连暲先生怀着赤诚的奉献之心投身医疗和革命事业的故事。

金山区委党校、上海青年讲师团讲师顾大宇思思带来“党与人民相印,同甘苦、共奋斗”主题演讲。她用毛泽东在陕甘宁边区的故事激励大家勇于担当,以攻坚克难的实际行动诠释对党的忠诚和对人民的赤诚。

今年是中国共产党成立100周年,也是“十四五”开局之年,我校学子积极开展党史学习教育,在线上参与“青年大学习”,汲取红色养分,在线下广泛开展各类教育实践活动,积极参与基地学习实践和理论宣讲,在浸润体验和行动实践中,坚定理想信念,厚植爱国情怀。(团委)

**本报讯** 为庆祝建党百年,奉献社会、服务社区居民,5月8日,在世界红十字日到来之际,我校康复医学院党总支、上海中医药博物馆党支部、上海市中老年老年医学研究所党支部、龙华医院骨伤科党支部与上海沪东医院党支部党建共建签约仪式暨义诊活动举办。我校副校长王拥军,浦东新区沪东新村街道党工委书记苏珏莹,我校参加党建共建的党组织负责人,上海绿谷沪东医院管理公司总经理张辉,上海沪东医院党支部书记朱德新和院长邹水川,以及师生志愿者等五十余人参加本次活动。

签约仪式后,我校康复医学院“岐黄育人”实践基地揭牌仪式举行。上海沪东医院成为我校康复医学院实践基地后,将为康复专业学生提供更多实践机会,在帮助学生规划职业生涯、为学生办实事、服务学生成长成才等方面发挥积极作用。

其后,王拥军等为康复医学院三支志愿者服务队授旗,开启康复医学院在沪东新村街道的志愿服务活动。这三支志愿者服务队分别是致力于服务中医药文化进校园、进社区“岐黄轩”志愿者的服务队,服务阿尔兹海默症患者的“青松志”老年康复志愿者服务队,以及服务自闭症儿童的“杏花语”儿童康复志愿者服务队。

王拥军指出要加强党建引领作用,推动党建与医教研工作同频共振,通过明确共建目标,提升共建质量实现优势互补,切实把党建优势转化为业务优势和竞争实力,形成以党建促发展,以发展强党建的良好局面。

义诊活动中,师生志愿者与沪东医院医护人员在沪东医院门口广场一同为沪东新村街道及周边的居民开展医疗咨询服务。学生志愿者们还现场表演并教授太极拳和八段锦,宣传普及老年常见病的防治方法等。

作为康复医学院庆祝建党百年的系列活动之一,本次义诊活动体现出康复医学院党员师生们以“我为群众办实事”的实际行动践行全心全意为人民服务的宗旨。(康复医学院)

## 我校多个党组织与上海沪东医院党支部党建共建签约仪式暨义诊活动举办

# 学党史 抓党建

# 强党性 育新人

## 我校系统表彰“三十年护龄”人员、优秀护士

**编者按:**为加强护理队伍建设,提高青年护士职业荣誉感,值此庆祝“5·12国际护士节”之际,学校决定对附属医院“三十年护龄”人员、优秀护理论文获奖者进行表彰,并授予张靖等人“上海中医药大学附属医院优秀护士”称号,授予曹慧娟等人“上海中医药大学附属医院优秀护士提名”荣誉。校报特辟专版展示获表彰人员名单,部分“三十年护龄”人员对青年护士的寄语及部分优秀护士先进事迹,希望进一步激励广大护理人员做好本职工作,在平凡的岗位上做出更大贡献,推动中医护理事业高质量发展。

**编者按:**为加强护理队伍建设,提高青年护士职业荣誉感,值此庆祝“5·12国际护士节”之际,学校决定对附属医院“三十年护龄”人员、优秀护理论文获奖者进行表彰,并授予张靖等人“上海中医药大学附属医院优秀护士”称号,授予曹慧娟等人“上海中医药大学附属医院优秀护士提名”荣誉。校报特辟专版展示获表彰人员名单,部分“三十年护龄”人员对青年护士的寄语及部分优秀护士先进事迹,希望进一步激励广大护理人员做好本职工作,在平凡的岗位上做出更大贡献,推动中医护理事业高质量发展。

### 2021年附属医院“三十年护龄”人员

<b>龙华医院</b>	杨敏 高芸 武振红 林楨 王凤杰 李文娟
<b>龙华医院(金山分院)</b>	徐备军 刘颖
<b>龙华医院(奉贤分院)</b>	徐梅 朱林娟
<b>龙华医院(天山分院)</b>	叶欢逢 盛丽华
<b>龙华医院(台州分院)</b>	励莉 顾奕
<b>龙华医院(闵行分院)</b>	邵丹平 赵秀贞
<b>曙光医院</b>	方静 徐小娟 顾琴花 燕彩华
	郑娟 周霞 阮静 单琪 曹玉凤 王莉芬
	吴晴岚 张晓青 陈凌 徐炜堇 秦秀芳 王萍
	徐青 沈舟 宋华 杜培欣 叶永青
	徐爱芳 鲍建英 宋华 叶永青
<b>曙光医院(宝山分院)</b>	陈璐 周美群 朱瑞琦 吴英 王君华 张燕
<b>岳阳医院</b>	范萍 黄芳 徐贤 无

<b>岳阳医院(崇明分院)</b>	
<b>岳阳医院(海口分院)</b>	
<b>岳阳医院(瑞安分院)</b>	郭秀娟 何耀柳
<b>岳阳医院(义乌分院)</b>	朱燕妮 王航平 金巧玲 施旸杏
<b>市中医医院</b>	陈浩 严晓琳 周瑾 朱秋琦
<b>普陀医院</b>	黄嗣俊 祁慧 彭宏 李静 钟俊华 程瑄

<b>市中西医结合医院</b>	江华 彭璧群 蒋谦华 俞峰 史文英
<b>第七人民医院</b>	曹之华 赵建英 顾玉兰 姜燕青 葛卫红 周莉
	陆瑞芬 徐丽波 金环 林雅珍 马咏华 颜静芳

<b>光华医院</b>	
-------------	--

### 寄语青年护士

● **李文娟 龙华医院**

悠悠三十载,弹指一挥间。希望你们在护理工作中用真诚的、精湛的专业技能善待病人;在生活中好好爱自己,珍惜与家人相处的时光。护士是默默奉献的天使,愿你们用热情应对工作与生活,用青春书写护理新篇章。

● **徐梅 龙华医院(金山分院)**

护理工作神圣而伟大,选择了护理专业,就意味着选择了责任和奉献。护士最基本的职业要求就是对患者有爱心和耐心。希望你们在工作中认真学习,注重理论联系实践,不断提升自我,快速成长成为一名优秀护士。

● **盛丽华 龙华医院(奉贤分院)**

既然选择护士这份职业,就要热爱它,用心用情服务患者,真正做到自尊、自爱、自强、自立,无怨无悔地以一颗赤诚的心面对一切挑战。

● **金爱芳 曙光医院(宝山分院)**

愿你们勤学习、练技术、善思考,不负肩上责任,踏着南丁格尔的足迹,用执着谱写奉献之歌,用爱心传承护理事业。

● **黄芳 岳阳医院**

希望你们担负起“天使的责任”,以爱心、同情心、细心、责任心关爱患者,用实际行动践行南丁格尔的誓言,用专业知识抚平患者的伤痛,为护理事业增光添彩。

● **郭秀娟 岳阳医院(瑞安分院)**

希望你们全副身心为患者服务,以仁爱之心、责任心对待每一位患者。愿你们在面对压力和挑战、机遇和希望时,勇于拼搏进取、甘于无私奉献!

● **朱燕妮 岳阳医院(义乌分院)**

你们的微笑充盈出你天使的模样,你是白衣天使、健康守望者。你用真心的付出、悉心的照顾、热心的关怀和耐心的劝解温暖了患者。愿你们时刻开心,生活顺心,祝你们护士节快乐!

● **郭秀娟 岳阳医院(瑞安分院)**

你的微笑盛满人间的情意,你的呵护充满生命的温柔。你是守护健康的天使,你是护佑生命的卫士,你用对生命的爱实践着南丁格尔誓言,愿你在默默的奉献中实现人生的价值!

● **王颖 市中西医结合医院**

护士职业虽然平凡,但护理人却以生命之水的涓涓细流滋养着患者,成就了不平凡的善举。爱在左,同情在右,走在生命之路的两旁,随时播种,随时开花,让我们一起去携手,有时去治疗,常常去帮助,总是去抚慰,将生命之路点缀得花香弥漫。

● **徐丽波 第七人民医院**

护士是守护健康的天使,是带来希望的信使,是生命之舟的水手,是打败病魔的战士,这个职业平凡而神圣。亲爱的护理同道们,新时代赋予我们这份职业更广阔的发展空间,我们应该有更明晰的志向。希望青年护士们做到自尊、自强、自信,在努力奋斗中实现人生价值。

● **秦立新 光华医院**

我曾经看过一篇关于北京协和医院某护理部主任的访谈文章,其对后辈们的嘱托令我记忆犹新:希望青年护士德才兼备,全心全意为患者服务。没有本事不行,光有本事,没有全心全意为患者服务的思想也不行。我想把这真挚而朴实的话语送给你们,期望你们坚守生命、不忘初心。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。

微笑常开开心永保持,坚持锻炼练就好身姿,营养均衡合理配膳食,充分睡眠优化作息时。希望你们成为优秀的守护健康的卫士。