徐欣毅同学事迹报告会暨“欣毅读书会”第一期活动举行

本报讯 为弘扬“上海市五四青年奖章”获得者徐欣毅同学勤学敬业、仁心爱校的先进事迹，6月18日下午，校团委联合研工部、学工部于校图书馆裙楼四楼报告厅举行徐欣毅同学事迹报告会暨“欣毅读书会”第一期活动。徐欣毅母亲唐力励女士、校党委副书记朱惠蓉、研工部部长何江、学工部副部长车荣华、校团委书记成琳，相关部门的领导和老师以及学生代表350余人参加活动。活动由研究生院团委书记潘屹鸣主持。

纪念视频回顾了徐欣毅同学的生平，表达了广大师生对欣毅的怀念。会上，成琳宣读了“团市委关于追授徐欣毅同志‘上海市青年五四奖章’的决定”，表彰徐欣毅的先进事迹，并号召广大青年团员学习他的优秀品质。

报告会邀请徐欣毅本科期间的辅导员、基础医学院张宇奇，研究生期间的辅导员、龙华临床医学院李佳，以及他的生前好友魏易洪博士，从不同视角为大家讲述了欣毅的事迹，在场师生切身感受到他勤俭自强、乐于助人、求真务实、博学笃志、勤奋敬业的精神。

徐妈妈将欣毅生前的328本书籍及社会捐赠的16000元爱心善款悉数捐予母校，用于支持“欣毅读书会”的建设，激励中医学子们更加勤奋刻苦地读书(如图)。龙华临床医学院研究生党支部书记、教学处处长葛芳芳表示，今后龙华临床医学院研究生党团支部的师生们将与徐妈妈进行对接，共同做好徐妈妈的关心慰问工作。

朱惠蓉指出，徐欣毅同学身体力行地诠释了我校的校训——“勤奋、仁爱、求实、创新”，并鼓励中医学子认真学习，传承欣毅同学的精神，实现自己的理想，为中医药事业的发展贡献力量。

报告会后举行了“欣毅读书会”第一期活动，我校终身教授段逸山与“校明星教师”张黎声交流读书心得。段逸山讲述了读书时从未接触过中医知识却要背医古文时的忐忑，以及通宵阅读中医经典的热情，还带来了一本他近期出版的《中国近代中医药期刊汇编》与同学们分享，希望此书为同学们进一步了解近代中医发展提供帮助。张黎声讲述了他在文革时期的读书机缘，他认为看书最重要的意义在于思考，并带来《贝多芬之魂》与大家分享。同学们对两位老师的经历都表现出了极大的兴趣，并与他们进行了交流互动，现场气氛热烈。

（研工部 团委）

图片新闻

我校京剧协会梨花社成立近一年来，在会长金琳的指导下，开展了丰富多彩的社团活动，除了学唱经典曲目，社员们还不定期观摩京剧演出、邀请京剧界专家前来指导，并举办胡琴现场演奏配唱(如图)，随着学习深入，社员们对京剧的爱好日益深入。

（梨花社 摄影报道）

武术艺术走进社区

我校武术队参加“温暖在塘桥”关爱社区老人主题活动

本报讯 6月10日上午，浦东新区塘桥街道社区老年活动中心举办了“温馨在塘桥”关爱社区老人主题活动。我校武术队编排的“中华神韵”作为开场节目参演。敏捷流畅的双剑，节奏鲜明的长拳，攻击勇猛、步伐稳健的南拳南刀，保健功法八段锦等将我校传统特色项目表现得淋漓尽致，台下观众掌声不断，很多老年人纷纷表示要多参与这样的交流展示活动。

我校作为上海市大学生五星级艺术实践基地，不仅承担着每年的武术比赛任务，也视传播武术文化为己任，充分发挥自身优势，展示当代大学生“文武双全”的风采，将武术艺术文化的丰富内涵传播到基层社区。

（刘杨）

我校2014届毕业留学生为母校种植纪念树

本报讯 6月13日，我校2014届毕业留学生在国际交流中心前举行为母校种植纪念树活动，国际教育学院院长闫晓天、部分教师代表和近70名毕业生参加活动。

闫晓天对同学们为母校捐种杏树表示衷心感谢，勉励留学生们铭记母校的培养之情和同学之间的友情，努力成为医德高尚、医术高明的中医药人才，为中医药事业的发展作出自己的贡献，同时欢迎同学们常回家看看，常来杏树下走走。

毕业留学生以种纪念树的形式表达对母校的感恩、对未来的期待，是国际教育学院今年新增的毕业季活动之一，受到了同学们的积极响应和热烈欢迎。

（徐昊阳）

基础医学院开展毕业生党员系列教育活动

本报讯 6月6日，基础医学院2014届毕业生党员开展“畅谈中医梦”中医理论学习座谈会和“党员面对面”党性修养座谈会，基础医学院党委书记徐强、副书记孙鸿杰，内经教研室周国琪教授应邀出席，基础医学院第八、第九党支部全体毕业生党员、入党积极分子参加会议。周国琪向同学们讲述了自己追寻中医梦的艰苦历程，教导同学们要将中医作为一项事业来经营，要用心、要坚持不懈，同学们无论未来从事医生、教师还是研究人员的工作，都要淡泊名利。同学们还结合自身的就业情况向周老师取经。在“党员面对面”活动中，毕业生党员们学习了习近平总书记在北京大学的讲话视频及文件，并针对“青年要自觉践行社会主义核心价值观”的内涵结合自身未来的职业发展畅谈体会。徐强、孙鸿杰一一进行点评，并希望同学们在未来的工作岗位上能进一步明确目标，把思想上的积极性转化为实践上的积极性。

6月11日上午，该院毕业生党员一行9人瞻仰了龙华烈士陵园。在无名烈士陵墓前，金廷同志带领大家低吟致悼词，表达对先烈们的缅怀和敬意。随后，大家在烈士墓碑前低头默哀，寄托对烈士的哀思。同志们重温先烈的革命历程，受到爱国主义的洗礼，更加坚定走社会主义道路。当天下午，毕业生党员们又深入到陆家嘴街道老年日间健康服务中心开展服务。金廷向社区老人介绍八段锦的基本知识，由毕业生党员集体演示教学内容，然后教授分解动作。党员们讲解详细，教学认真、耐心，使健康服务中心的老人不仅了解了八段锦的相关知识，也掌握了动作要领，乐在其中。服务进社区活动帮助毕业生党员增强奉献、服务的意识，鼓励其在未来的工作岗位上服务社会、回报社会。

（基础医学院）

医学数字

25% 澳大利亚塔斯马尼亚岛孟西斯研究院的一组研究人员花费5年时间跟踪调查了1400名年龄在26–36岁的志愿者。每周至少吃两次海产品的女性，患抑郁症的风险会降低25%，但吃鱼对男人没有明显帮助。

看来这个调查对男人没啥用。

1.56 美国夏威夷大学医学院研究者对8006名日本裔美国人的相关数据进行了深入分析。研究人员对这些出生于1900–1919年的参试者进行了为期50年的跟踪调查。在身高寿命对比的研究中发现，身高不足1.56米的参试者最长寿。

小个子命长。

2 新西兰奥克兰大学一项探讨急性胰腺炎首次发病后糖尿病的患病率、病程进展和相关疾病，以及协变量对其影响的研究发现，急性胰腺炎患者出院后常常发生糖尿病前期或糖尿病，而且急性胰腺炎首次发作后5年内，患糖尿病风险增加2倍以上。

真是祸不单行啊。

2 由美国科罗拉多大学牵头的研究小组，分析了825对白人夫妇的基因组，结果显示，婚姻配偶在DNA上更相似，这现象被称为遗传型婚姻配对。该小组的研究进一步表明，教育程度类似的两人，其结婚机会比仅比DNA类似的两人高出2倍。

缘分来自基因，维系要靠教育。

6 韩国岭南大学科学技术学院一项新研究发现，健康人的感知能力在一天内的不同时段会产生明显差异；健康个体在下午6时的感知能力是最强的，明显高于早上和午间。也就是说下午6时是人最敏感。

重要的事放在下午6时做。

24 近日，东南大学的第三代人类基因测序关键技术研究取得重大进展，有望在24小时内完成对个体的基因测序，这样便可提前预测潜在遗传疾病。

如何防治才是关键。

30 台湾一项最新研究发现，肾病患者坚持散步有助于延长生命，减少致残风险，而且会降低其肾透析或肾移植的必要性。即使最少量的散步，如每周只有一次少于30分钟的散步，也对肾病患者健康有益，散步最勤，时间更长则能带来更大的健康益处。

坚持散步肾好，甚好。

（转自《健康报》）

（上接2、3版中缝）蔬菜应该每顿都有。要选深颜色的蔬菜，用急火快炒，或用上汤的方法烹调。餐后，可以来点坚果，杏仁、葵花子、榛子、小胡桃、核桃等都可以，少量为宜。水果每天都要吃，品种不限。讲营养不是件难事，关键就在于持之以恒。

（转自《健康报》）

上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE AND PHARMACY BIWEEKLY

上海中医药大学 上海市中医药研究院主办 《上海中医大报》编辑部出版 主编:朱慧华

第297期(总第737期) 2014年6月30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

我校与嘉定合作共建“国际中医药城区”

本报讯 6月17日下午，我校与嘉定区人民政府举行“区校共建嘉定国际中医药城区”签约仪式，嘉定区委书记马春雷、区长吴云和我校党委书记张智强、校长徐建光，以及嘉定区副区长李原、蔡潇飞，我校副校长施建蓉、季光等领导出席仪式。上海市卫生计生委主任沈晓初、市中医药发展办公室副主任张怀琼到会祝贺并见证双方合作备忘录的签署(如图)。

建设“嘉定国际中医药城区”是上海市扶持发展中医药事业、推动中医药服务百姓健康的重要举措，是促进嘉定实现转型发展、提升城市功能的重要保障。根据该项目的总体规划，在嘉定新城东区将建成占地500亩的国际中医药城区，以嘉定区政府全面主导、我校全程参与的方式，构建由我校附属医院和临床研究基地等为主组成、融合中医文化元素的绿色生态城区，导入与国际化医疗服务需求相适应的管理机制，力争成为中医药高新技术聚集区、现代中医药服务业示范区和中医药健康生活实践区。

徐建光在签约仪式上指出，嘉定具有深厚的中医底蕴，曾涌现新中国中医事业奠基人吕炳奎以及针灸名医陆瘦燕、推拿名医朱春霆等中医巨匠，嘉定中医医院作为“全国示范中医医院”，迁入国际中医药城区将会更好地发挥维护人民群众健康的重要作用。他表示，学校近年来着力推进中医健康服务协同创新，参与共建“嘉定国际中医药城区”既是服务社会的应尽责任，也是加快发展的大好机遇；作为上海地方高校，我校将充分发挥医疗、教学、科研、人才、学科等方面的优势，全力助推共建工作，努力为建设具有鲜明特点和亮点、造福于百姓健康的国际中医药城区作出应有贡献。

签约仪式前，我校及附属龙华医院的有关领导在嘉定区卫计委领导的陪同下考察了嘉定中医医院迁建新址，该院将按照三级甲等中医医院和大学附属医院的标准迁入“嘉定国际中医药城区”新建，规模达到占地200亩、床位1000张，由我校附属医院全面管理，导入国家中医临床研究基地、国家中医药标准化中心以及全国和上海市名中医工作室等优势项目，为嘉定百姓提供优质、规范的中医药服务，并向嘉定周边区域及长三角地区辐射。

（党委、校长办公室）

我校2014届毕业典礼隆重举行

本报讯 6月26日、27日，我校2014届本科生、研究生毕业典礼在校体育馆隆重举行。全校共923名七年制学生和本科学生参加本科生毕业典礼，其中有43人获得“上海市优秀毕业生”荣誉称号，46人获得“上海中医药大学优秀毕业生”荣誉称号；共146名博士毕业生和466名硕士毕业生参加研究生毕业典礼，其中有25人获得“上海市优秀毕业生”荣誉称号，26人获得“上海中医药大学优秀毕业生”荣誉称号，132人获得“上海中医药大学研究生优秀毕业论文奖”的表彰。

在6月26日举行的2014届本科生毕业典礼上，校党委书记张智强，校长徐建光，校党委副书记何星海、朱惠蓉，副校长施建蓉、胡鸿毅、张瑾、季光，学位评定委员会委员，以及各二级学院、附属医院和相关职能部门领导及教师代表出席。典礼由朱惠蓉主持。会上播放了《青春·梦想·成长》主题视频，毕业生代表进行了《点赞青春》的表演，校领导和学位评定委员会委员们为毕业生颁发学位证书并正冠授穗。校“明星教师”、基础医学院解剖教研室张黎声作为教师代表发言，他以父辈、师辈和朋友三重身份表达了对毕业生的牵挂、关怀和不舍。

徐建光代表全校师生员工致辞。他指出，在这个交织了古今、融汇了中外的校园里，每个人的梦想都是“中医梦”的一部分，都在为中医的大医精诚、传道授业、文化传承增添内涵。他向毕业生赠送“追求”、“责任”和“幸福”等三个词语组成的“乌鸡排骨汤”，希望毕业生在意气风发时“养阴退热”，在意志消沉时“强心补血”。

在6月27日举行的2014届研究生毕业典礼上，校领导张智强、徐建光、何星海、朱惠蓉、施建蓉、胡鸿毅、张瑾、季光，学位评定委员会委员，各二级学院、临床医学院等研究生培养单位和相关职能部门领导及教师代表、家属代表出席典礼。典礼由胡鸿毅主持。会上播放了主题视频《感恩·梦想·成长》和精彩视频《我们毕业了》。校优秀毕业生、2011级针灸推拿学王观涛博士等10位毕业生代表以朗诵的形式，深情回顾了研究生学习生活中的成长点滴。研究生导师代表、针灸推拿学院博士生导师杨华元教授寄语毕业生，勉励他们要“继续学习、不忘良知、不忘母校”。严世芸、严隽敏等8位校学位评定委员会成员为校研究生优秀毕业论文奖获奖代表颁奖、颁发学位证书和正冠按穗，并接受毕业生代表的献花。

徐建光为全体毕业研究生发表了题为《敢于担当，勇于创新》的精彩讲话。他回顾了我校研究生教育教学工作近年来取得的长足进步和荣誉成绩，为所有研究生同学点一个“赞”，并送给同学们两句话：一是敢于担当——希望毕业生们敢于担当不推诿，直面困难不退缩，只争朝夕不懈怠；二是勇于创新——希望毕业生们不忘母校“勤奋、仁爱、求实、创新”的校训，踏实做事，勇于创新，在各自岗位上不断作出新的成绩。

又讯 6月5日下午，我校2014届专科生毕业典礼在图书馆裙楼四楼报告厅举行。校领导张智强、朱惠蓉、胡鸿毅，教师代表和家长代表等出席典礼。典礼由胡鸿毅主持。会上播放了毕业生们在校三年学习、生活的视频；毕业生代表展示了声情并茂的诗朗诵《致青春》；表彰了2014年上海市和我校优秀毕业生，三位校领导为他们颁发证书；教师代表和家长代表送上了他们饱含真情的勉励和期许；在场的学生代表向教师代表赠送了写满自己心语的贺卡，表达他们心底最真挚的祝福和感谢；校领导及导师们为毕业生颁发毕业证书。

张智强在典礼上致辞，表达了对毕业生的良好祝愿，并寄语毕业生要承担责任、服务社会；保持自信，充满阳光；不断学习，德才兼备。他希望毕业生们在振兴祖国中医药事业的广阔舞台上挥洒青春、书写辉煌，为实现中华民族伟大复兴历史任务的“中国梦”而努力追求。

（学工部 研工部）

市教卫工作党委副书记虞丽娟等来我校专题调研党员发展教育管理服务工作

本报讯 6月25日下午，上海市教卫工作党委副书记虞丽娟带队到我校调研高校党员发展教育管理服务工作。出席调研会的还有市教卫工作党委组织干部处处长周国明、副处长王瑞杰，华东理工大学党委组织部副部长陈荣武，市教卫工作党委组织干部处干部王精明、史悦，我校党委副书记何星海以及校党委职能部门负责人、党组织负责人代表、普通党员代表、离退休党员代表和群众代表。

会上，虞丽娟介绍了本次调研工作的背景和意义，希望学校以此为契机做好特色工作总结，梳理问题，创新工作机制，进一步提高学校党建工作科学化水平。

何星海代表校党委从党员发展、党员教育、党员管理和党员服务四个方面总结了我校做法、存在不足和今后努力的方向。会后，调研组还召开了座谈会，并与我校参会者进行了个别访谈。

（组织部）

我校聘请国医大师颜德馨为名誉教授

本报讯 6月18日，校党委书记张智强、校长徐建光、副校长施建蓉等一行来到国医大师颜德馨家中，专程看望颜德馨教授，并送上我校名誉教授聘书(如图)。

颜德馨教授是首届国医大师、全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师、上海市名中医，我校专家委员会顾问，国家级非物质文化遗产传统医药项目代表性传承人。他创立了调气活血的“衡法”治则，把传统气血学说发展到一个新高度，为治疗各科疑难杂病、老年病开拓出新途径。

多年来，我校聘聘了十余位中外学术界德高望重、学贯中西某一专业领域的知名学者为名誉教授。颜德馨教授长期以来为中医药事业传承发展作出了突出贡献，在全国中医药界具有极高的学术地位和学术影响。聘请颜德馨先生为我校名誉教授，将进一步传承他高尚的医学道德、深厚的中医学术思想和丰富的中医临床经验，促进我校医教研各项工作的发展。

（人事处）

我校叶毅君团队荣获第八届“挑战杯”上海市大学生创业大赛金奖

本报讯 6月15日，主题为“创青春·彩虹梦”的创新创业成果展示会在上海科技馆四楼会议厅举办，现场展示了第八届“挑战杯”上海市大学生创业大赛的优秀项目并颁奖表彰。我校有7件作品从上海各高校400余件作品中脱颖而出取得佳绩，校团委书记成琳带队参会。

比赛分创业计划竞赛、创业实践挑战赛、公益创业赛三项主体赛事。叶毅君团队的《微体检，3分钟做一次体检——基于面诊、舌诊、智能问诊、中医诊断引擎的移动互联服务》荣获创业计划竞赛金奖。艾建团队的《上海健嘉泰生物科技有限责任公司》等6个项目获得铜奖。我校还荣获该项赛事的优秀组织奖。

（团委）

书记校长同“献艺” 丝竹惜别毕业生

张智强、徐建光联袂合奏为毕业生送上特别的祝福

本报讯 6月27日晚，“献给学生的歌·一份特殊的毕业礼”主题歌会在上海交通大学徐汇校区文治堂举行。作为上海市庆祝教师节30周年系列活动之一，市教卫工作党委、市教委领导和上海15所高校领导倾情高歌，与本市1000多名各高校毕业生代表组成的观众群亲密互动、共叙情谊，为2014届毕业生献上一份难忘的毕业礼。校党委书记张智强、校长徐建光与我校民乐团共同表演的民乐节目赢得了满堂喝彩，表达了校领导对毕业生的真挚情谊。

“老师准备了一些哼叮，校长张罗了一桌好饭，生活的烦恼和老师说说，工作的事情和校长谈谈，常回校看看，回校看看……”。耳熟能详的《常回家看看》被改编成了《常回校看看》，张书记吹奏的葫芦丝动情委婉，徐校长弹奏的二胡拨弦入心，精彩而动情的演出，引得掌声不断。一曲结束之后，应观众要求，又加演一曲《赛马》，更是将演出推向了高潮。据悉，张书记亲自挑选了经典曲目《常回家看看》作为演出曲目。他说，这支曲子通俗易懂、脍炙人口，不仅可以代表老师们对于学生的思念和祝福之情，其中蕴含的朴素的“德”、“孝”、“和”的思想也是社会主义核心价值观的题中之义。张智强在现场接受采访时谈到，“我和徐建光校长同台演出还是第一次。作为学校，非常希望毕业生能常与母校保持联络。”

台上一分钟，台下十年功。为了给毕业生送上这样一个特别的礼物，校领导们下足了工夫，他们利用下班时间和民乐团的同学们磨合试演。同台演出的顾嘉明同学说：“从来没有想到过两位领导如此平易近人。虽然工作一天之后难掩疲乏，但他们还是非常专注地和我们一起彩排，这让我们非常感动。”据了解，张书记自孩提时代学习竹笛，后又对葫芦丝产生浓厚兴趣。排练期间，他每天晚上一有空都在听伴奏带，慢慢领会、慢慢摸索着把自己的旋律写成曲谱。临上场前，张书记说“我觉得效果应该会不错，很有自信。”徐校长从小学习二胡，扎实的“童子功”加上不断的练习，使技艺日渐精进。著名二胡演奏家马晓辉曾赞誉徐校长，“好好练上三个月，以他的天资和水平就能去开独奏音乐会了。”多日的加紧练习，徐校长的手上都磨出了水泡。为了保证演出效果，彩排前，徐校长还打了止痛针，细心的同学发现演出时他手指上都缠着胶布。

校博士生冯康敏同台表演的口弦惊艳全场。在接受采访时，冯康敏略显激动，“以前看学校领导，都是仰望的；从一起排练到同台演出，一下子就拉近了距离，就像在一个家庭里那样亲切。”

这场特殊的毕业礼，没有苦白的说教，没有枯燥的照本宣科，有的是书记、校长展现出的亲切、慈爱和多才多艺的另一面。毕业生们感受到了温暖的师爱和振奋的力量，合下由我校毕业生们组成的“强光粉丝团”激动不已，欢呼声不断。一名毕业生在接受采访时说“校领导真是太酷了！”特殊的毕业礼，除了传递出师长们对学子们深深的祝福和无限的期望外，更是他们为学子们离校前精心准备的“最后一课”。

6月25日晚，在我校隆重举行的2014年“感恩母校 逐梦飞翔”毕业季音乐会上，张智强和徐建光已与我校大学生民乐团的同学们联袂为毕业生献上民乐合奏《常回校看看》，给在场的师生们一个长长的惊喜。

（宣传部 团委）

沪喀联手 岐黄惠南疆

——记喀什二院中医科上海援疆专家秦保铎

附子秦

中医学是祖国的传统医学之一，是中国古代人民与疾病斗争的经验总结，对人类的身体健康、繁衍有着至关重要的作用。新疆作为祖国不可分割的一部分，地处西北边陲，社会经济发展、人民的生活、医疗水平相对落后，在上海医疗援疆的背景下，我校附属曙光医院与喀什二院实施中医药对口支援，在既往发展的基础上，大力发展中医药。“中国只用全球5%的卫生资源就解决了全球20%人口的医疗保健需求，中医药发挥了很大作用”。喀什二院与曙光医院联手，为人民健康保驾护航。自援疆工作开展以来，南疆、北疆的病人闻讯赶来，利用中医药治疗病人无数，有效地缓解了病人的痛苦，赢得了患者好评。

患者叶某，中年女性，出现右侧上肢、下肢麻木，疼痛半年，双膝关节疼痛，遇冷加重，患者有痛经病史，月经有血块，舌淡，脉沉细。患者来诊时，由于饱受疾病折磨，夜不能寐，整日忧郁寡欢，纳谷不香，身体逐渐消瘦，曾在外院检查，头颅、颈椎核磁共振未见明显异常，血常规、肝肾功能、风湿免疫指标以及激素水平均正常，由于无器质性问题，医生告知患者适当锻炼，服西乐葆止痛治疗，患者由于口服西乐葆以后出现胃部不适而停药。上海援疆医生秦保铎根据患者发病情况以及舌、脉表现，认真分析，认为患者多属于中医痹症的表现。所谓痹症，是指在人体卫气虚弱时，由于汗出当风、坐卧湿地、涉水冒雨等，风寒湿等邪气侵入机体经络，留于关节，导致经脉气血闭阻不通，不通则痛，正如《素问·痹论》所说：“风寒湿三气杂至，合而为痹”。予乌头汤加减，温经散寒，祛风除湿，患者服药1周，疼痛明显减轻，再服一周巩固治疗，疼痛至今未发。

一位老年女性患者既往有动脉硬化、高血脂病史，近几年出现潮热、盗汗、失眠、口干等症状，四处求医，先后在多家医院进行中西医的治疗，曾诊断更年期综合征，予激素替代疗法，但临床疗效不佳，患者倍感疾病困扰，整日烦躁，失眠，不能正常生活、工作。当患者得知喀什二院中医科有上海曙光医院援疆专家坐诊的消息，便立刻前来医院诊治，当时患者潮热、盗汗、失眠、烦躁、口干、乏力、纳可，二便利，舌淡苔白，脉细，诊断为虚劳病，证属气阴不足，冲任失调。予二仙汤加减，益气养阴、调整冲任治疗，告知患者饮食清淡，注意休息，患者在口服中药汤剂2周后，上述症状就有明显的改善，再通过2周的中药巩固调理后，患者各项症状均已消除。

喀什二院中医科相对薄弱，但是喀什地区人民对于中医有着极高的需求，自从援疆开始的第一天，短短不到三个月时间，秦保锋医师已经诊疗病人500余人次，周三的专家门诊更是人满为患，为了照顾远道而来的病人，秦医师每次都是顾不上吃午饭，坚持看完最后一个病人，才能下班，每次都要从早上忙到下午3点左右。为了培养一支带不走的中医队伍，秦医师手把手带教，始终坚持“授人以鱼不如授人以渔”，使岐黄之术惠及更多的新疆人民。

本版责任编辑 王薇

疾湿体质 养生宜忌

李其忠

中医学理论中，“痰”的概念较为宽泛，大略而论，其有“有形之痰”和“无形之痰”之分。前者为狭义之“痰”，主要是指积存于肺系之中的痰液；后者指广义痰湿之“痰”，是机体水液输布障碍而生成的病理产物，具有污秽、黏滞、稠厚的特点，可影响至多个脏腑经络的功能，或积存于人体不同部位而罹病，即所谓“痰之为物，随气上下，无处不到”。

湿，也有“外湿”与“内湿”之分。外湿多由外在水湿之邪入侵所致。内湿常与脾失健运、津液停滞、酿湿成痰有关，具有重浊、属阴、黏滞、趋下的特点。

痰湿体质的人，形体多见肥胖，面部皮肤油脂较多，多汗且黏，舌体胖大，口中黏腻，大便不成形或黏滞不爽。湿性重浊，故多见头脑昏沉，身重不爽。就发病倾向而言，痰湿体质的人，具有易患高血压、糖尿病、肥胖症、高脂血症、痛风、冠心病等特点。

情志养生 痰湿体质之人，性格温和、安静沉默，注意力多较为集中。为人多和善稳重，善于忍耐，情感内敛。处事多深思熟虑，深藏不露，不够随意。但多反应较为缓慢，故平日应当增加社交活动，以克服懒散，主动结交朋友，以交流情感。并应培养广泛的兴趣爱好，增加动力，开阔眼界，舒畅情志，以改善痰湿体质偏颇。

起居养生 痰湿体质之人多体形肥胖，与高血压、高血脂、冠心病的发生具有明显的相关性，最易酝酿现代生活方式病。

痰湿体质之人以湿浊偏盛为特征，所居之处宜朝向阳面，保持居室干燥，不宜居住在潮湿的环境里。在阴雨季节，特别要避免湿邪的侵袭。

夏秋之交的长夏时节，气候常出现高温、潮湿、多雨的现象。中医五行理论认为，夏秋之交的“长夏”与五脏中的脾胃相合。痰湿体质的人因其脾气偏虚，长夏时节更易感受湿热邪气而患病，故其时须特别注意体质调养。

痰湿体质之人，应有意识地坚持早起，锻炼毅力，以摆脱困乏、嗜睡的精神状态，避免黏滞之性影响身心。

运动养生 脾主运化，亦主四肢。痰湿体质之人，多脾虚失健，故平时更应多进行户外活动，借助自然界之力振奋人体之气，以舒展阳气，通达气机。

痰湿体质者，形体多肥胖，容易困倦，因此要加强机体物质代谢过程，应当注意运动节奏，做较长时间的、循序渐进的有氧运动。长期坚持运动锻炼，如散步、慢跑、球类、武术、八段锦、五禽戏以及各种舞蹈等，均可按需选择。对于体重超重、陆地运动能力极差的人，应当进行游泳锻炼。若有条件，运动时间可选择在午后两点至四点阳气极盛之时，运动环境宜选择在温暖宜人之地。在湿冷的气候条件下，要减少户外活动，避免受寒雨淋。

饮食养生 痰湿体质者体形大多肥胖，身重容易疲倦，喜食肥甘厚味的食物，并且食量大。因此，在饮食调养过程中，首先要重视慎食肥甘厚味，尽可能戒酒。过多饮用啤酒容易致人发胖，所以痰湿体质的人最忌豪饮啤酒。平素用餐最忌暴饮暴食和进食速度过快。

适宜痰湿体质之人食用的蔬菜，有芥菜、韭菜、香椿、葱、蒜、辣椒、生姜、木瓜、白萝卜、荸荠、紫菜、洋葱、冬瓜、蚕豆、圆白菜等。山药、薏苡仁、扁豆等药食两用之品，更是上佳的选择。“冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开药方”。因萝卜具有化痰祛湿的保健作用，故在这里我们特别提倡痰湿体质之人多吃萝卜。

由于痰湿体质的人体内脾运化水湿的功能失调，应少吃动物肉类、动物内脏，坚持低脂肪、低胆固醇饮食。在水果的选择上，应以性温、平、口味淡的为主，如杏、荔枝、柠檬、樱桃、杨梅、槟榔等。

附：食谱推荐——冬瓜山药汤

原料：冬瓜200克，山药200克。

调料：大葱、姜、盐、味精适量。

制作方法：

(1)冬瓜去皮洗净，切厚片。

(2)山药去皮洗净，切厚片。

(3)葱、姜洗净，切成末。

(4)锅内放油烧热，放入葱姜丝略爆，注入清汤煮沸。

(5)放入山药、冬瓜中火煮至熟透。

(6)加入盐、味精调味，盛入碗中即可。

养生功效：冬瓜是清热解毒、利水消痰、除烦止渴之佳品，与具有健脾补气作用的山药搭配同食，尤其适合痰湿体质者。

高等学校创新能力提升计划(简称“2011计划”)·中医健康服务

本报地址:上海市蔡伦路1200号 行政楼414室 电话:51322041 E-mail:tcmxb408@aliyun.com 邮编:201203 印刷:上海文喻实业有限公司 上海市宝山路450弄12号505室

校党委书记张智强、副校长季光等调研中医文献研究所

本报讯 6月16日下午，校党委书记张智强，副校长季光及党委、校长办公室副主任严月华前往中医文献研究所开展工作调研。中医文献研究所所长梁尚华、总支书记史美育、工会主席黄燕、办公室主任袁敏、业务科科长梁慧凤参加调研座谈。

梁尚华汇报了文献所目前总体工作情况、近期主要工作成效和今后工作思路；阐述了目前存在的困难，如《中国中医药年鉴》编撰和出版经费不足、中医相关的文科类课题申报途径少、中医文献研究在学校教育教学中发挥的作用不够、科研人员的研究方向无法形成团队等。梁慧凤介绍了近期文献所的科研情况，并希望学校能够针对文科类课题的申报给予支持，开设相关讲座，提高文献所科研人员标书写作质量。

在听取工作汇报的过程中，校领导对文献所目前的工作给予肯定。季光指出，中医文献研究应注重现代信息技术在中医文献研究中的应用，希望文献所全体职工能够聚焦研究方向，在国内形成研究特色和领先地位。他建议文献所应针对正在形成的有特色的研究方向给予扶持，对想做事、能做事的科研人员加大培养力度，谋求长远发展，促进文献所事业的发展。

张智强指出，学校对文献所的工作给予了高度重视和大力支持。我校承办的《中国中医药年鉴》是国家中医药管理局的一项重要工作，希望今后进一步提高《年鉴》的质量。他特别强调，在科研方面，要打开思路，错位竞争，凝练研究方向，形成文献所的研究特色；在人才队伍建设方面，要树立正确价值观，弘扬正能量，激发内部活力，使之贯穿于人才和干部培养、考核、奖励等各方面。他鼓励大家为了文献所的发展要齐心协力，团结一致，不畏困难，开拓创新。 （文献所）

徐建光校长等调研科技实验中心

本报讯 6月9日上午，校长徐建光赴科技实验中心调研，党委、校长办公室，设备处，财务处，后勤中心等部门领导陪同调研。徐校长等在科技实验中心负责人陪同下实地考察了分析测试室和分子生物与药理实验室，并出席座谈会。

科技实验中心主任段艳霞汇报了中心基本情况，并就中心的定位与未来的发展目标进行讨论，其中包括人才培养、技术培训、考核激励机制、设施设备等制约中心发展的重要问题，提出今后工作思路将以绩效考核、分类评价为抓手，深化中心的管理体制改革，调动广大教职工积极性。她表示要继续坚持以服务为第一宗旨，坚持以技术人才培养为导向，努力把中心建设成优质的校级共享公共服务平台与研究型实验技术培训基地，同时配合学校做好“知识服务平台”的建设与服务。

座谈中，徐校长与各实验室主任、职能部门领导就目前科技实验中心的现状及存在问题进行了讨论和交流。徐校长表示来到中心感到很振奋，在肯定了中心的工作、定位与发展目标的同时，希望中心根据学校发展需求添置更多的大型仪器设备，加大宣传力度，与更多的二级学院、医院进行合作，提供更加优质的科研条件，将专业技术能力提升与提供优质公共服务结合起来。同时，徐校长提出中心要在人才培养方面进一步加大力度，通过培训提升技术人员的技术能力，提倡更多的年轻人主动参与课题，从而提高中心的总体技术服务水平。 （科技实验中心）

我校第二届动物实验技能操作大赛举行

本报讯 为进一步提高我校青年教师、实验技术人员和研究生的动物实验技能，规范动物实验基本操作，由教师发展中心和科技实验中心共同主办的我校第二届动物实验技能操作大赛于日前在实验动物楼落幕。校本部各二级学院、研究所、中心及附属医院45名青年教师、技术人员和学生参加比赛。科技实验中心主任段艳霞亲临现场指导比赛，原实验动物中心主任汤家铭等8位老师担任大赛评委。本次大赛采用预先公布评分标准、现场操作、当场评分的流程进行。经过激烈角逐，教工项目组中张聪聪获一等奖，宋哲平、张蓓蓓和孙伟获二等奖，祝晓雯、顾伟梁、陆宾、赵培、赵文霞、樊海艇和潘裕获三等奖；学生项目组中李星子获一等奖，时潇丽、顾晨晨和王赟获二等奖，王会琳、曾佳凯、张航飞、魏海燕、钟琳和陈建获三等奖。

本届大赛得到各学院、所、中心及附属医院的高度重视和积极参与。在6月23日举行的颁奖大会上，教师发展中心主任魏建平和段艳霞对本次大赛作总结，肯定了参赛老师和学生的精彩表现，对获奖选手表示热烈祝贺。她们指出，动物实验操作技能是生命科学实验的基础之一，在去年顺利举行首届实验技能大赛的基础上，今年又成功举行第二届实验技能大赛，大赛内容增加，技术质量提高，参赛选手扩大至研究生，这对提高和促进我校青年教师、实验技术人员和学生的实验技能，增强动物福利与动物伦理意识，建立规范标准操作具有十分重要的意义，不仅为教师和学生提供了学习交流的平台，也提升了实验技术人员在学校的影响力。

据悉，学校今后仍将继续不定期地举办实验技能操作大赛，不断提高我校教师和学生的实验技能水平，确保实验结果的准确可靠。（教师发展中心 科技实验中心）

我校参加德法教育展

本报讯 6月9日至15日，副校长张瑾等随教育部“中国教育代表团”赴德国、法国参加教育展。代表团参加了在柏林举办的“Vocatium Berlin 2014”德国国际教育展和在巴黎第五大学举办的“留学中国说明会”。此次展览和说明会采取学生提前预约与现场参观相结合的方式，我校展台以友好热情的交流互动和丰富的课程内容，吸引了大量德国、法国青年学生和高等教育同行前来观展和咨询，有力地宣传了中医教育和中国文化，充分展示了我校国际教育的良好品牌，收到了良好的效果。 （国教院）

标题新闻

●曙光医院荣获全国第一批节约型公共机构示范单位

●我校邱文薇团队荣获第二届上海市大学生“创业希望之星”大赛特等奖

曙光医院产科重新开诊

本报讯 近日，曙光医院产科在东院贵宾楼一楼重新开诊。校医管处副处长王珏、曙光医院院长周华等院领导出席开诊仪式。

重新开诊的曙光医院产科门诊位于东院门诊2楼，并设有孕妇学校。病房位于贵宾楼一楼，总面积1068平方米，床位22张，待产床位5张，产床3张，环境优美整洁，配备了一整套安全防护设施，有效地保护孕产妇的隐私、保障孕产妇的安全。

曙光医院产科始创于半个世纪前，曾在许多老上海人的脑海中留下了深刻的记忆，后因种种原因而关闭。产科重新开诊，是医院顺应新一轮生育高峰、满足市民需求、提供优质服务的务实举措，也是医院充分发挥中西医结合优势、积极推动妇产科学科发展的创新实践。

作为拥有108年历史的综合性中医医院，曙光医院也将在产科建设中充分发挥中医药特色，其坚实的学科基础为产科重新开诊提供了保障。曙光医院妇科为国家中医药管理局“十二五”重点专科，获得多项国家自然科学基金课题。优势病种主要有妇科瘤（子宫肌瘤），癥瘕（子宫内膜异位症），妇科癌病（卵巢癌）等，中医药治疗不孕不育颇有特色。2013年妇科门诊量19.5万人次，出院人数2935人次，手术量2631人次，手术类型从普通开腹手术、微创宫、腹腔镜手术，至肿瘤手术全覆盖。此外，医院儿科为上海市中医临床优势专科，为新生儿疾病诊治提供了保障。 （曙光医院）

我校学生在全国大学生英语竞赛中喜获佳绩

本报讯 2014年（第十六届）全国大学生英语竞赛（National English Contest for College Students，简称NECCS）决赛成绩近日揭晓，我校中药学院2013级的王思嘉同学荣获C类全国特等奖，2013级硕士研究生兰蕾同学和2013级康复医学院陈岑同学分获A类和C类全国一等奖。 （外语中心）

我校首届“英语之星”风采大赛决赛落幕

图为外籍教师为获奖者颁奖

本报讯 6月11日晚，我校首届“英语之星”风采大赛决赛拉开帷幕。校党委副书记朱惠蓉、副校长胡鸿毅、教务处处长何文忠、学工部部长陶思亮、研工部部长何江、国教院院长闫晓天、校团委书记成琳、校团委副书记陈正芹出席比赛，丁年青、Robin、赖月珍、李征宇、徐永红、赵海磊等6位老师担任评委。

胡鸿毅在赛前讲话。他指出，“英语之星”风采大赛的举办有多重意义：一方面，尽管中西医从其根本而言相通，然而由于文化背景不同，中西方对中医的见解始终存在着较大分歧，学好英语有利于多角度研究和思考中医，求同存异，为我所用；另一方面，中国传统文化的传承和传播也需要跨越国界、超越民族，语言障碍的消融无疑是前提条件。

决赛主要由参赛选手主题演讲、即兴问答和才艺展示三部分组成。参赛的10位选手都是经历全国大学生英语竞赛和学校30进10复赛脱颖而出的。演讲以医学人文为主题，选手们从不同角度加以解读。在即兴问答中，选手们更是思维敏捷、对答如流。在才艺展示环节，选手们的表演形式丰富多彩，有唱歌、有配音，还有话剧和Talkshow。经过激烈的角逐，李培菡荣获特等奖，江舒帆、蔡妩扬分获一等奖，兰蕾、王思嘉、汤晓雯分获二等奖，崔晨、陈岑、沈盼盼、蔡娲分获三等奖。

据了解，我校首届“英语之星”风采大赛由校团委和外语教学中心联合主办，学生会学术部承办。大赛旨在进一步激发和培养学生的英语学习热情，提高学生英语语言综合运用的能力，增强学生在交流、沟通、表达方面的人文素养和思维能力，从而积极推动学风和校园文化的建设。 （团委）

凌耀星学术经验研讨学习交流会在岳阳医院举行

本报讯 前不久，凌耀星学术经验研讨学习交流会在岳阳医院举行，校党委副书记何星海、上海市名老中医王庆其、岳阳医院党委副书记黄铮、宁波市江东区中医院院长王松鹤出席本次会议。会议由“凌耀星工作室”负责人吴士延主持，60余名各科室临床医师参会。

会上，该院老年科主治医师李欣作工作室工作汇报。他提到，工作室成立至今，各继承人坚持跟师抄方，整理凌教授的临床学术经验，定期开展内部研讨会，共发表学术论文10余篇，负责市教委课题1项、院级以及校级课题3项，参与编写书籍2部，目前由工作室主编的《凌耀星从医七十年文集》也即将出版。2007级中医临床七年制学生姜凤依作为家属代表作简要发言，她回忆了与外婆一起生活的点滴，并表示会继承好外婆的医钵，更会学习外婆仁心仁术的高尚医德、自强不息的人生态度和顽强的拼搏精神，并祝愿年逾九旬的外婆健康长寿。

黄铮对“凌耀星工作室”自2004年成立以来所取得的各项成绩表示肯定。王庆其在会上回忆了与凌老相处多年来的难忘点滴，他概括地用“三能”（即能看、能讲、能写）来高度赞扬凌老在医、教、研三方面的卓越贡献。

何星海作总结发言，他认为中医传承是一个值得深入研究的课题，中医传承创新道路任重道远，鼓励后学应当戒骄戒躁、脚踏实地，从基础做起，求真务实，这样才能从量变到质变，中医药才能服务于世界。 （岳阳医院）

我校“十二五”发展规划顺利实施

学校“十二五”发展规划专栏

（接上期）

推进研究生培养机制改革，着力提高实践与创新能力。推进研究生培养机制改革，完善研究生三级管理体制；推进研究生学位结构调整和学位点建设，逐步加大专业学位的比重，新增2个自主设置学位点；稳步推进临床专业学位与住院医师规范化培训互相衔接的研究生培养新模式；重视实践教学，加强研究生培养基地建设；加强质量监控，提高学位论文质量，我校在国务院学位办抽检的博士学位论文连续三年合格率为100%，2011年我校全国优秀博士学位论文取得了“零”的突破。

努力开拓境外生源市场，着力提升教育国际化水平。“十二五”以来，我校留学生人数逐年增加，呈稳步发展趋势，生源国呈现多方位发展态势。国际教育学院每年通过上海质量体系审核中心的审核，获得CNAS和ANAB证书。

努力扩大继续教育规模，提高终身教育的供给能力。继续教育规模得到了快速发展，拓展开设了虹口、宝山两个新教学点，积极探索开展适应成人业余制学历教育的课程教学改革。

二、推动科技创新，提高科研能力，提升成果水平

承担国家级科研项目能力保持领先。“十二五”以来，我校承担国家科技重大专项等多项课题；获得国家自然科学基金项目的数量和经费有了较大的增幅。

科技成果效益显著。获得国家科学技术奖3项，上海市科技一等奖3项，同时获得上海市科技奖、教育部科学研究优秀成果二等奖以上奖励17项；申请专利和学术论文发表进入量质齐升的新时期。

三、科学定位，打造一支全国一流的附属医院团队

加强附属医院建设。开展了“名中医工作室”“海派中医流派基地”等中医特色传承工作；整合医疗资源，加强区域医疗合作；建设新发突发传染病中西医结合临床救治研究平台，提高中医药参与公共卫生服务能力；加强重点学科建设，新增一批国家临床重点专科和上海市重点学科建设项目，龙华医院“国家中医临床研究基地”和曙光医院“研究型中医医院”的重点病种建设在国家中医药管理局阶段性评估中成绩名列前茅，岳阳医院在国家中医药管理局中西医结合医院等级评审中成绩位居榜首。

（未完待续）

本版责任编辑 王薇

三餐吃好有秘诀

很多人都有自己的一套“营养经”。有人说，鸡鸭鱼肉有营养，因为其中的蛋白质丰富，容易被吸收利用；有人说，素食好，可以排毒养颜、防病强身；又有人说，山珍海味、燕窝鱼翅有营养；有人说牛奶有营养，豆制品有营养；还有人说，粗茶淡饭、豆腐白菜最有营养。于是，有关饮食营养健康的“奇招妙计”不断流行，今天是“茄子、绿豆热”，明天是“泥鳅、地瓜潮”。折腾来、折腾去，忽然发现，钱没少花，健康却没有什么改善。

营养很重要，那么营养从哪里来？其实就来自于各种各样的食物。我们吃下去各种各样的食物，从食物中获得身体所需要的营养。因此，营养其实就是“吃”的学问。“会吃”，就能吃出营养、吃出健康；“不会吃”，就会吃出疾病。

“吃”是一门实践的学问。首先，需要学习一些基础的营养知识，包括食物的分类、每类食物的营养特点，还应该了解合理营养的原则。然后，根据这些知识和家庭的具体情况合理选择。对食物科学的搭配和烹调，才能从食物中获得充足、均衡的各种营养物质。因此，营养的关键在于把营养知识应用到一日三餐的合理膳食中。

早餐秘诀：头天晚上准备好

不吃早餐会影响学习和工作效率。早餐中要有谷类食物、动物性食物、奶类或奶制品、蔬菜和水果。早餐可以“晚”做。为了节省时间，在头一天的晚上就把第二天早上要吃的食物准备好。例如，把水果洗好、切好，用保鲜膜包好放在冰箱里。要注意：在为孩子准备早餐的同时，家长也应该和孩子一起享用早餐，来营造一种健康生活方式的家庭氛围。

午餐秘诀：上班族午餐自备

如果午餐能回家吃，那是再幸福不过的事了。对于在城市中生活的上班族来说，午餐基本上是凑合。单位有食堂的大家都反映不好吃、油水少。其实，午餐饭菜中的油水少有利于控制体重。吃盒饭吧，盒饭中蔬菜的量很少，主食和肉类相对来说较多，能量往往超过我们的需要。不知从什么时间开始，大家都不从家里带饭了。其实，从家里带饭的做法很好，方便、合口，能量不过量，营养较全面。

晚餐秘诀：谷物为主，最好有粥

晚餐的食物种类应该以谷类食物为主，最好有粥，小米、大米、杂粮粥都可以。动物性食物要适量，以鱼，牛羊肉为主。鱼以海鱼为首选，深海鱼最好，如三文鱼、平鱼。最好用清蒸、清炖、红烧的方法，少用油炸。肉以牛羊肉为首选，同样重量的牛羊肉中所含的脂肪比猪肉少。牛肉可以红烧、用咖喱炖等。羊肉可以清炖，可以放些萝卜；豆制品每周吃1~2次。 （下转1、4版中缝）

校党委开展2014届毕业生党员专题教育

本报讯 6月20日，学校党校会同党委组织部、学生工作部、研究生工作部在图书馆四楼报告厅对2014届毕业生党员开展“为党奉献，为校争光”专题教育。校党委书记张智强，副书记何星海、朱惠蓉，组织统战部部长夏文芳，党校常务副校长陈秋生，相关党组织负责人及2014届毕业生党员共300余人参加教育活动。

集中教育安排了重温入党誓词的集体宣誓仪式。全体毕业生党员在领誓人张智强的带领下，面向党旗，庄严宣誓，增强党性观念、责任意识（如图）。张智强、何星海和朱惠蓉分别向毕业生党员谈党性修养、谈读书学习、谈大医精诚，三位领导还与毕业生党员进行互动交流。张智强与党员们分享了自己的人生经历，引导毕业生党员将个人发展融入到国家、社会发展中，多为他人做点事、为社会做点事，在奉献中收获成长和进步。他就毕业生党员提出的关于如何在理想和现实间找到平衡点的问题畅谈了自己的想法。张智强还代表校党委表达了对毕业生党员的殷切期望和真诚祝福。何星海就毕业生党员关心的我校申报“2011计划”的情况作了详细介绍，表示学校今后将以申请认证“2011计划”作为重要的抓手，促使学校各项事业迈上新台阶。作为有着丰富临床实践的专家，朱惠蓉回答了毕业生党员提出的“如何成为合格临床医生”的问题，与毕业生党员分享了自己成长和带教经历，勉励毕业生党员要珍惜学习机会，勤学好问，不懈努力。

毕业生党员代表王观涛、石英、陈轶倩、宋婷、孙晨冰朗诵了源于每位毕业生党员的心里话，感恩于党的教育和母校的培养，寄语于母校的改革发展，矢志于人生的奋斗拼搏。当天的教育活动还邀请市委党校知名教授谷宇作“曾国藩的治学、交友和忍辱之道”的专题讲座。谷宇教授极富感染力的讲授风格将曾国藩人生智慧之IQ（智商）、EQ（情商）与AQ（逆商）分析得淋漓尽致，激励毕业生党员从中汲取成就人生精彩的智慧。

今年的毕业生党员专题教育除安排上述集中教育以外，从5月份始，由各相关党组织围绕“党性教育与锻炼、社会主义核心价值观培育与弘扬、基层服务型党组织建设、毕业生党员在文明离校中的作用发挥”等方面开展教育。 （唐潇）

校党委组织离休干部学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神

本报讯 6月20日上午，校党委组织召开离休干部学习会，传达、学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神。会议由组织部副部长、老干部工作办公室主任徐敏主持。

会上，校党委副书记何星海向本校离休干部传达了习近平总书记自党的十八大以来围绕着治党治国治军、改革发展稳定、内政外交国防等发表的一系列重要讲话精神及提出的一系列新思想、新观点、新论断和新要求。老干部们表示，要以习近平总书记讲话精神为指导，进一步加强离休干部的思想政治工作和党支部建设。

何星海还向离休干部们通报了学校近期医、教、研发展建设情况。他特别提到老干部工作的重要性，尤其是近期，老干部活动室马上要搬迁整修，这会给老干部活动带来不方便，他强调并要求老干部工作部门的同志要克服暂时的困难，针对老干部的实际，更加用心做好老干部的服务工作。 （老干部工作办公室）

“上海市民族宗教法制集中宣传日”活动举行

我校专家为民众提供医疗咨询服务

本报讯 6月20日，上海市少数民族联合会和徐汇区民族宗教事务办公室在襄阳公园共同举办“上海市民族宗教法制集中宣传日”活动。市民族宗教委副主任王凡，徐汇区人大、政协等相关领导出席活动，我校民族联会长、徐汇区民族联会长雍丽，校民族联王其倩、金珠、李燕娜、陈慧娟等会员也参加活动。

活动当日，由市民族联、徐汇区民族联、我校民族联、上海交通大学医学院民族联、上海市科技系统民族联组织了相关专家在现场设立医疗、科普、法律、心理等便民咨询点。我校五位专家不辞辛劳，冒着大雨，为广大少数民族及社会群众提供医疗咨询服务，共接待前来咨询的群众约500人次。 （统战部）

我校中药学职业生涯发展暨职业导师项目研讨会举行

本报讯 6月25日，我校中药学职业生涯发展暨职业导师项目研讨会在行政楼三楼大会议室举行。校党委副书记朱惠蓉，学生工作处处长陶思亮，中药学院院长徐宏喜、党总支书记李医明、前任院长陶建生、党总支副书记祝建龙，后勤中心副总经理周宁慧，基础医学院党委副书记孙鸿杰，上海家化研发中心技术总监李慧良、浦东新区药检所所长赵建岗等20多位在企事业单位担任重要职位的职业导师和医药企业的嘉宾们等参会。中药学院辅导员颜彦主持研讨会。

会上，徐宏喜强调，与学生建立良好的关系是有效帮助学生职业生涯发展的第一步，要加强对学生的个性化培养；祝建龙介绍了该院职业生涯发展教育工作的开展情况，该院职业导师项目已经运行3年，导师增加至27名，获益学生达150余人，上海市教委立项的职业生涯发展工作室也已开始运行；李医明宣读李慧良等16名优秀职业导师名单，并向他们颁发荣誉证书；陶思亮宣读新一期聘任的27名职业导师名单，并向他们颁发聘任书；优秀职业导师代表李慧良作为校友，他希望通过职业导师项目回馈母校，为培养更优秀的中医药人才尽力，并对中药学院职业导师制提出意见和建议；优秀学生代表陈轶倩讲述自己探索职业生涯的经历，表达了对导师在这一过程中指点迷津的感激之情。

朱惠蓉作总结发言，她感谢职业导师在学校人才培养过程中的辛苦付出，肯定中药学院导师职业制项目取得的成果，并寄予厚望，希望在大家的共同努力下深入挖掘学科特点，增加顶层设计，将项目办得更有特色。

之后，各位参加此次研讨会的职业导师在行政楼330分会场对职业生涯导师制这一项目进行了更加深入的探讨。 （中药学院）

图片新闻

为了做好“夏送清凉”工作，近期，校党委组织部、老干部办公室等开展了慰问工作，重点走访身患重病长期住院治疗的、长期住在养老院生活的以及高龄、有特殊困难的老同志。图为校党委副书记何星海（右一）上门看望慰问生病中的原学校党委书记钱永益。 （徐敏 摄影报道）

医技学院与社科部完成公共事业管理专业学生交接工作

本报讯 不久前，我校医技学院为公共事业管理专业的学生举办了一个简短而热烈的欢迎会，该学院和社科部的学生交接工作至此完成。副校长胡鸿毅，教务处副处长舒静，社科部主任亓曙冬，医技学院院长王秀兰、党总支书记郭峰，以及社科部和该学院相关教师参会。

胡鸿毅对公共事业管理专业学生的专业发展寄予厚望，认为我校培养的公共事业管理专业学生能够在祖国医疗卫生事业发展进程中贡献力量，成为优化医疗管理模式、推动卫生事业管理改革的创新人才。他希望同学们在成才的过程中，要从小事做起，学好专业知识，投身基层岗位，在学习和工作中积累经验、提高能力、收获成功、实现梦想。 （医技学院）

我校承办上海市第十五届运动会（高校组）暨上海市大学生武术锦标赛

本报讯 6月15日，上海市第十五届运动会（高校组）暨上海市大学生武术锦标赛在我校体育馆隆重举行。本次比赛由上海市体育局、上海市教育委员会主办，上海市青少年训练管理中心、上海市学生体育协会联合秘书处、上海市大学生体育协会协办，我校承办，是上海市第十五届运动会中重要的一项竞赛项目，得到上级领导及各高校的高度重视。复旦、同济、华理工等19所高校的近两百名运动员参加各个项目的角逐，其中上海体育学院、我校和上海海事大学分别荣获乙组13金、6金和4金；华东政法大学、上海师范大学、同济大学分别荣获甲组7金、6金和5金；我校、同济大学和上海立信会计学院荣获“体育道德风尚奖运动队”称号。

我校由3名普通学生组成的临时集训队参加甲组比赛，分别获得甲组太极拳第4和第8、甲组传统拳第5名。为进一步培养普通大学生对中国武术的兴趣，发挥武术育人功能，传承民族文化，我校拟近期成立大学生武术艺术团，创新训练模式，培养一批既能参加武术比赛又可进行武术艺术表演的武医复合型人才。

比赛当天，我校副校长胡鸿毅亲临现场观摩比赛，对我校运动员所表现出的顽强拼搏的精神面貌和取得的运动成绩给予高度肯定，并对我校高水平武术队的发展建设提出新的要求：希望我校在武术运动与大众健康方面进行更深入的科学实证研究，进一步加强传统医学与传统体育的结合，将太极拳更好地融入到日常养生保健之中，共同为促进人类的健康发展而努力。 （体育部）

组织共建 服务社会

针推学院第四党支部与张江镇孙建路居民区党支部

本报讯 本着贯彻落实党的十八大提出的“以服务群众、做群众工作为主要任务，加强基层服务型党组织建设”要求，充分发挥高校服务社会的功能，实现双方的优势互补、资源共享、共同提高，6月18日下午，针灸推拿学院第四党支部与张江镇孙建路居民区党支部共同召开了结对共建工作会议。

会上，原该院第四党支部书记邓海平回顾了自2011年起针推学院第四党支部与张江镇孙建路居民区党支部建立共建关系以来双方开展的活动。孙建路居民区党支部书记顾华对学院党员师生为居民坚持不懈的服务表示衷心感谢，并表示将全心全力搭建好平台，为建设和谐社区而努力。该院党总支书记吴志新表示，将积极整合学院资源，针对居民关心的热点问题，提供及时服务，发挥中医药文化引领、服务社区群众的作用，同时应建立互学互访、互帮互助、互促共进的机制。该院第四党支部书记毛慧娟与孙建路居民区党支部书记顾华续签了共建协议书。 （针灸推拿学院党总支）

龙华医院举行中医科普进地铁“健康文化区”活动

本报讯 为更好地满足广大市民对中医科普知识的需求，龙华医院积极申报参加以“弘扬核心价值观，凝聚时代精气神”为主题的第13届上海市社会科学普及活动周活动。针对目前随着检查技术的提升，甲状腺疾病的检出率提高，甲状腺癌发病率是上升最快的恶性肿瘤之一的现状，不久前，龙华医院举行以“中医药防治甲状腺疾病”为主题的上海地铁和龙华医院共建的“健康文化区”科普活动，地点设在地铁4号线、7号线东安路地铁站。活动分科普讲座和健康咨询两个部分。

活动中，医院将“中医药防治甲状腺疾病”的科普知识以展板形式在地铁向市民展出，张黎洋医师为市民朋友作主题科普讲座，并用浅显易懂的话语为大家讲解了甲状腺疾病的发病因素、症状、饮食注意事项、相关中医养生保健知识等，并在现场听众的配合下演示了如何进行甲状腺自我检查。整个讲座过程中市民朋友们认真聆听，还适时记录相关知识要点，并与主讲医师热情互动。在健康咨询环节，张黎洋与陈秋野、葛文金等医师共同为市民朋友开展专题健康咨询，热心解答市民朋友咨询的健康问题。咨询者络绎不绝，甚至排起了队，有些市民朋友“有备而来”，咨询的时候带来了自己以往的病历和检查报告，提高了咨询的效果。

参加本次活动者除了地铁乘客、地铁员工外，还有周边社区的居民朋友。整个活动持续约一个半小时，现场秩序井然，气氛活跃。 （陈容焕）

简 讯

● 6月15日，以“阳光体育，阳光财务”为主题的2014年上海高校财务工作者趣味运动会和龙舟比赛在华东理工大学奉贤校区举行。我校财务代表队获得趣味运动会三等奖和龙舟比赛优胜奖。 （冯恺）

● 不久前，国教院汉语教学中心组织开展了本学期第一次“中国文化主题系列活动”——中国剪纸体验。参加活动的留学生对剪纸都表现出浓厚的兴趣，在倪红霞老师的指导下，完成了一幅幅精美的作品，亲身体验了一次中国传统文化之旅。 （国教院汉语教学中心）

基础医学院召开四届六次教代会

本报讯 6月16日中午，基础医学院在8号教学楼教室召开第四届第六次教代会。会议由院长陈晓主持，学院教代会正式代表29人出席会议。

会上，院党委书记徐强就《基础医学院绩效工资实施方案（草案）》作了说明，与会代表进行了认真的讨论和审议，最后以投票表决的方式，全票通过了《基础医学院绩效工资实施方案（草案）》，一致认为此方案本着“以人为本”的方针，按照“以岗定酬，岗变薪变”的原则，能充分发挥绩效工资的激励导向作用。 （基础医学院）

本版责任编辑 王薇