

山东省老年病医院联盟正式成立

推进老年健康服务提质增效

本报1月12日讯(记者 邢季萌 通讯员 于丛丛)10日,山东省老年病医院联盟成立大会暨老年医学学术会议在山东省泰山医院(山东省老年病医院)召开。来自全省各市各级从事老年病诊疗的医疗卫生机构、康复护理机构、大中专院校、科研院所、相关企业代表及老年医学专业技术人员等260余人参加。



大会现场。

记者 邢季萌 摄

会议选举阶段,与会人员审议通过了《山东省老年病医院联盟成立大会选举办法》《山东省老年病医院联盟章程》等,选举产生了联盟第一届理事会,审议通过了联盟办事机构设置及人员配置等事项,为联盟规范运行奠定了坚实基础。

成立大会阶段,与会领导为山东省老年病医院联盟揭牌,为副理事长单位、理事单位、成员单位及企业联盟单位代表授牌。山东省泰山医院有关领导作为理事长单位代表作表态发言,表示山东省泰山医院将与联盟全体成员单位精诚协作,共同肩负起提升全省老年病诊疗与健康服务水平的

光荣使命。

学术交流环节,来自北京医院、北京老年医院、山东第一医科大学附属省立医院、山东大学齐鲁医院等国内知名医疗机构的老年医学专家学者齐

聚一堂,围绕老年医学前沿领域展开深度探讨。专家分别以“养老的‘医’靠——老年医学解决医养结合的实践困境”“老年医学的核心和服务模式”等为题目作精彩报告,并聚焦医养结合

泰安实践、老年医院建设标准、老年围术期管理等实践课题分享了经验。同时,专家还就AI背景下中西医结合老年综合评估、老年合理用药、疗养院转型发展等热点议题进行深入交流,为提升全省老年医学服务能力提供了宝贵思路。

会议期间,与会人员实地参观了山东省泰山医院(山东省老年病医院)门诊、病房等区域,围绕如何优化老年服务细节、创新医养结合发展等方面进行现场交流学习。

山东省老年病医院联盟的成立,是全省深化养老服务改革、推进医养结合示范省建设的关键举措,标志着全省老年健康服务迈入资源共享、优势互补、协同发展的新阶段。联盟通过学科共建、资源共享、学术共研等创新联合发展,将有效破解老年健康服务资源分散、协同不足等难题,持续推动老年医学诊疗规范化、服务优质化、产业一体化发展,进一步织密老年人健康“幸福网”,为打造老年健康服务“山东样板”注入强劲动力。

山东第一医科大学第二附属医院 专家科普儿童健康知识

通讯员 赵倩倩

近日,《儿童青少年“五健”促进行动计划(2026-2030年)》(以下简称行动计划)正式发布,为新时期儿童健康工作指明了精准发力的方向。其中,“五健”明确聚焦体重、视力、心理、骨骼、口腔五大具体健康问题。为此,山东第一医科大学第二附属医院儿童保健科专家为广大家长解读与科普儿童健康“五健”问题。

健康体重:告别“小胖墩”与“豆芽菜”。专家提到,儿童肥胖与生长迟缓(过瘦或身高不达标)是同一问题的两个极端,根源都在于营养失衡与生活方式不当。行动计划强调“吃动平衡”,家庭核心行动是:提供均衡三餐,减少高糖、高脂零食饮料;保证每日至少1小时中高强度身体活动(如快走、跑步、球类等);定期监测身高体重,使用生长曲线图评估趋势,比单一数值更有意义。

明亮“视界”:打破“小眼镜”的魔咒。近视低龄化、高发化已成为严峻的公共健康问题。专家提到,行动计划的核心是“户外活动”和“用眼行为干预”,家庭防护关键在于:确保孩子每天日间户外活动60分钟以上,自然光线是近视最好的“拮抗剂”;引导监督孩子减少视屏类电子产品使用时长,优化家庭学习区布置,配置护眼台灯、可升降桌椅等。

阳光心理:构筑坚固的“心灵免疫”。儿童心理问题检出率逐年上升,行动计划旨在建立

早发现、早干预的体系。为此,家长需扮演“观察者”与“支持者”:不仅关注学业,还要细心观察孩子的情绪、社交和行为变化。最重要的不是急于解决问题,而是提供无条件的爱与接纳,成为孩子可信赖的倾诉对象。当疑虑出现时,主动带孩子到儿保科、心理科就医并接受专业评估是家长明智且负责任的选择。

强健骨骼:挺直成长的“脊梁”。骨骼健康关乎体态、身高乃至终身健康。行动计划重点关注脊柱侧弯,家庭可着力于:鼓励孩子多进行户外运动,保持运动时间,从而增强肌肉力量、促进骨骼健康;督促保持正确坐姿、站姿,避免长时间单侧负重;保证足量的钙与维生素D的摄入。

洁白牙齿:守护第一道“健康门户”。口腔健康直接影响营养摄入、面容发育乃至全身健康。行动计划强调以龋齿防治为重点,家庭护齿有以下三要素:从第一颗牙萌出就开始刷牙,逐渐养成孩子早晚刷牙、科学刷牙、饭后漱口、使用牙线等良好习惯;定期涂氟与窝沟封闭是有效的防龋“盾牌”;减少餐间零食频率,尤其需要限制黏性含糖食品。

山东第一医科大学第二附属医院儿童保健科专家提示,儿童健康是“管”出来的,需要科学的早期干预和持之以恒的习惯培养,从而为孩子夯实一生健康的根基。

市中医院 医疗服务进警营

本报1月12日讯(记者 颜凯 通讯员 张勇)为深入落实省卫生健康委“四送四进四提升”健康促进行动,切实解决特定群体急难愁盼的健康问题,近日,市中医院组织多学科专家团队走进市公安局交通警察支队开展医疗服务进警营活动。此次活动将优质的中医药健康服务直接送达一线警务人员身边,赢得了广大交警的高度赞誉。

活动中,市中医院针灸专家带来了题为“从肌肉的角度谈健康”的专题讲座,结合交警长期站立、执勤、处理交通事故等工作特点,深入浅出地讲解了肌肉劳损、颈肩腰腿痛等职业相关疾病的成因、预防及中医调理方法,为现场警务人员打开了健康管理的新视角。

讲座结束后,活动进入义诊体验环节。市中医院派出了由心血管病一科、脑病科、骨伤四科、内分泌一科、针灸三科、外一科、杂病门诊、美容养生科、肺病科、肝病科、风湿免疫科及中医护理门诊科室的专家组成义诊队伍。面对前来咨询的警务人员,专家耐心细致地开展中医体质辨识,一对一健康问诊,细致询问既往病史、日常工作,全面评估警务人员身体状况。

现场设置了中医特色体验区,针灸、火龙罐等传统疗法快速

缓解肌肉紧张和疼痛;中医护理门诊提供了耳穴压豆等简便验廉的保健服务。专家根据每位警务人员的具体状况,提供个性化的诊疗建议和健康管理,其精湛的技术让警务人员深切感受到了中医药的独特魅力。

同时,市中医院拥军服务办公室的工作人员在现场设立咨询台,详细介绍各项拥军政策。针对交警群体,医院提供优先挂号、就诊、检查、治疗、取药等绿色通道服务,切实将尊崇与关爱落到实处。

此次医疗服务进警营活动,是市中医院主动延伸服务链条、践行社会责任的生动体现。活动不仅为辛勤守护城市交通安全的交警送去了实实在在的健康关怀,有效提升了其健康素养和自我保健能力,还搭建了一座警医连心的桥梁,营造了尊重、关爱警务人员健康的良好社会氛围。市中医院相关负责人表示,今后将继续深化此类活动,探索更多形式的健康服务合作,让中医药在保障群众健康、服务特殊职业群体方面发挥更大作用。

市口腔医院专家答疑:

定期洗牙是“伤牙”还是“护牙”?

□通讯员 王振瑞

“洗牙会让牙缝变大、牙齿更敏感”,类似说法让不少人将洗牙望而却步,甚至将其归为“伤牙行为”。但口腔医学领域的权威答案十分明确:科学、规范的洗牙并非伤牙,而是守护牙齿健康的核心手段。

很多人不知道,牙齿表面并非肉眼所见那样光滑。日常进食后,食物残渣会迅速附着在牙齿表面,与口腔内的细菌结合,形成一层无色透明的黏性薄膜——牙菌斑。这层薄膜黏性极强,仅靠日常刷牙很难彻底清除。随着时间推移,牙菌斑会与唾液中的钙、磷等矿物质发生钙化反应,逐渐形成坚硬的沉积物,也就是牙结石。

“牙结石堪称牙周病的‘元凶’,对口腔健康的危害不容小觑。”市口腔医院专家介绍,牙结石坚硬如石,会紧紧附着在牙齿与牙龈的缝隙之间,持续刺激牙龈组织,引发牙龈炎,具体表现为牙龈红肿、刷牙或咬硬物时出血。若此时未及时处理,牙结石会进一步向牙根方向蔓延,破坏连接牙齿与牙槽骨的牙周膜,以及支撑牙齿的“地基”——牙槽骨。二者一旦受损,牙齿便会失去支撑,出现牙缝变大、松动等情况,严重时甚至会导致牙齿脱落。而洗牙,正是清除牙菌斑和牙结石的有效方式。

洗牙在医学上被称为龈上洁治术,目前主流的洗牙方式为超声波洁

牙。其工作原理是通过超声波仪器发出高频震荡波,将牙结石震碎成小颗粒,再通过水流将碎屑冲刷干净。针对大众担心的“超声波会损伤牙齿”问题,市口腔医院专家表示,牙齿最外层的牙釉质是人体最坚硬的组织,超声波洗牙的震荡力度并不会对牙釉质造成伤害。洗牙后出现的牙齿敏感现象,也并非洗牙本身造成的。由于牙结石长期包裹牙根,会让牙根处的牙本质失去保护,洗牙后牙本质暴露,遇到冷、热、酸、甜等刺激时,就会产生敏感反应。但这种敏感是暂时的,通常在洗牙后的1至2周内,敏感症状会自行缓解。

需要提醒的是,洗牙虽好,但并

非“多多益善”,也不能替代日常口腔清洁。市口腔医院专家表示,对口腔健康人群而言,每半年到一年洗牙一次即可;牙周病患者则需遵医嘱缩短洗牙间隔,部分患者还需配合龈下刮治,才能彻底清理深层的牙结石。

此外,洗牙只是口腔护理的一部分,无法替代日常刷牙。想要拥有健康的口腔环境,需坚持每天早晚刷牙、饭后漱口,同时配合使用牙线清洁牙缝,全方位做好口腔清洁工作。

总而言之,定期洗牙不是给牙齿“找麻烦”,而是为牙齿做专业“大扫除”。大众将定期洗牙纳入日常口腔护理清单,能够让牙齿更稳固,笑容更自信。

我市职业健康检查质控情况反馈会暨规范化培训班举办

全面提升专业能力与服务能级

本报1月12日讯(记者 刘英迪 通讯员 许元陆)近日,由职业健康检查与职业病诊断质量控制中心、市公共卫生医疗中心(市职业病医院)承办的2025年全市重点职业健康检查质控情况反馈会暨规范化培训班顺利举办。

此次培训特邀省级职业健康检查与职业病诊断技术质量控制中心专家、省职业病临床知名专家等省市级专家进行专题授课。市卫生健康委职业健康科负责人及全市各县(市、区)卫生健康局、疾控中心、职业健康检查机构分管领导、相关负责人、医师等100余人参加。

开班动员会系统总结了当前我市职业健康检查工作的总体进展与成效,并就下一步工作推进提出明确要求。会议强调,做好职业健康检查工作是维护劳动者合法权益、促进企业可持续发展、保障社会稳定的重要基



我市举办职业健康检查质控情况反馈会暨规范化培训班。

通讯员供图

础,各单位须以此次培训为契机,深化理论学习与实践能力提升,强化质量

意识,推动全市职业健康检查服务水平实现质效双升。市职业健康检查与

职业病诊断质量控制中心将持续健全职业健康检查质控体系架构,加大对职业健康检查机构的质控检查力度,深化专项培训内涵建设,全面提升全市职业健康检查机构专业能力与服务能级,共同构建职业健康检查工作高质量发展新格局。

培训期间,专家团队围绕重点领域开展专题授课,内容涵盖2025年重点职业病监测项目数据上报情况;2025年市级质控检查反馈情况;职业健康检查质量控制发现问题;职业健康检查及诊断胸片质量控制技术指导;新版《职业健康监护技术规范》解读。

此次培训兼具理论深度与实践价值,凝聚多方智慧共识,为参会人员搭建了高质量学术交流平台,有效拓展了临床工作思路,明确了未来发展方向,对提高我市职业健康检查工作规范化、标准化水平具有重要指导意义。

2026泰安供销大集

活动时间: 2026年1月31日——2月8日

农历腊月十三至腊月二十一 地点: 泰山国际会展中心

马年纳福·年货盛典—2026泰山一站式年货采购

展会亮点

政府引导+市场运作+媒体造势
线上线下全方位宣传
五百余个优质品牌
设置现场集采区
近千家企业参与
预计三万余进场人次

精彩活动

年货会开幕式及巡馆
品牌推介会+产销对接洽谈会
线上直播带货专场
“泰山年味”民俗文化展演
写春联、送福字、剪窗花、摊煎饼……

招商周期

即日起至2026年1月31日
(展位有限,先到先得)

合作咨询 0538-6051717 15564809797 15662047325 15163869559

诚邀优质商家共抓春节消费商机, 共迎马年年货盛典!