

山西大同大学三个实验室

获批大同市重点实验室

近日,大同市科学技术局公示了2023年度市级重点实验室的名单,山西大同大学共有3个实验室申请成功。这是对该校科研实力和科研成果的充分肯定,同时也是对学校科研发展的高度期望。

申报过程中,在校领导的大力支持下,科学技术部积极组织相关专家对实验室具

体研究内容和方向进行凝练,寻求与实验室研究方向相近的单位进行合作,通过与大同市科学技术局的多次交流后确定实验室名称,最终该校3个实验室获批。

新获批的大同市重点实验室,必将肩负起更为重要的科研任务和社会责任。下一步,科学技术部将按时督促和评估,以确保

实验室按计划开展相应科学研究,培养优秀科研人才,推动科技成果转化,以实现科技创新与社会发展的深度融合。山西大同大学也将以此为契机,不断提升学校的科研实力和创新能力,为大同市的科技进步和社会发展做出更大的贡献。

(组稿 白金)

省针灸医院“新九针”“火龙药灸”团队

赴乡宁县中医院等医院开展基层适宜性技术项目推广应用培训



本报讯(记者 张丽 闫珊 通讯员 陈晓燕)近日,省针灸医院专业医师团队赴乡宁县中医院、新绛县中医院、长治市上党区中医院开展基层适宜性技术——“新九针”“火龙药灸”项目推广应用培训。

培训会上,该院医师张天生、聂培瑞、王建朝、刘晓波、陈晓燕分别讲授了《灸疗技术标准化的思考》《“火龙药灸”的操作规范》《新九针芒针“秩边透水道”技术》《锋钩针治疗肩周炎技术》等,同时在课间与学员进行充分的交流、互动。

培训会后,该院医师团队会同相关负责人,深入到病房开展查房工作。大家认真分析病史,耐心与患者及家属沟通,听取主管医生病历汇报并进行交流,一同为患者制定最佳的治疗方案。随后带领学员前往针灸门诊、中医综合治疗区进行义诊及“火龙药灸”“新九针”实操,为慕名而来的患者释疑解惑,施针开药,缓解病痛;并让学员们亲身实践,体验“火龙药灸”和“新九针”技术。

“今后将把培训中的所学、所感、所悟更好地运用到临床医疗工作中,为百姓健康做好服务……”基层适宜技术推广活动受到参会学员的广泛认可。

更正

2023年9月15日,第七版标题为《浅析新媒体在国有企业宣传中的应用》的文章,作者应为义煤集团新义矿业有限公司梁艳红,特此更正。

在太原市财贸学校

省中等职业学校教师教学设计与展示现场交流活动落幕

本报讯(记者 张丽)11月19日,由山西省职业教育文化素质教学指导委员会主办,太原市财贸学校承办,高等教育出版社协办的2023年山西省中等职业学校教师教学设计与展示现场交流活动在太原市财贸学校隆重举行。

此次大赛有来自全省语文、历史、数学、英语、艺术、体育与健康、信息技术、素质教育类、计算机类、医药卫生类10个专业/课程类别共144名教师参加。参赛教师采用PPT的形式,从教学分析、教学策略、教学过程、教学反思等方面进行说课展示,并适时展示微课;之后专家评委从参赛材料、说课所涉及的理念、目标、策略、成效、创新点、反思以及思政教育元素等方面对选手提出问题,选手进行答辩。经过全体裁判员、参赛选手、工作人员的努力,此次山西省中等职业学校教师教学设计与展示活动落下帷幕。

下午1点30分,2023年山西省中等职业学校教师教学设计与展示现场交流活动闭幕式暨颁奖典礼召开,省职业教育文化素质教学指导委员会主任委员、山西金融职业学院副院长富伯亭,省职业教育文化素质教



学指导委员会委员、山西财贸职业技术学院心理健康教育中心主任李慧,高教社中职出版事业部主任王素霞,太原市财贸学校校长王彦飞、教学副校长胡艳芳,山西工程科技职业大学基础部主任霍桂利,太原市教科中心史晓云以及全体参赛教师参加了闭幕式。会议由胡艳芳主持。首先王彦飞和王素霞分别代表承办单位太原市财贸学校和协办单位高等教育出版社致辞。随后,李慧宣读大赛获奖名单。此次比赛共决出一等奖20名,二等奖30名。富伯亭,王彦飞、王素霞分别为一、二等奖

获得者颁奖并合影留念。颁奖典礼结束后,两位优秀教师代表进行了教学设计现场展示,霍桂利、史晓云对此次大赛进行了点评。富伯亭作重要讲话,他表示教学设计是高质量课堂的逻辑起点,一份高质量的教学设计必须要对课标、对教材做深度分析,尤其是要做好学情分析,老师要对学生的认知水平、交互方式、获取知识的方式做深入的了解,同时要根据优点、缺点、短板等对学生进行分类,针对不同层次的学生采用不同模式的教学,只有把握好学情这个变量,才能真正实现高质量的课堂。

论文

重视老年男性健康 关注前列腺增生

■ 山西省忻州市人民医院 李应青

我国人口老龄化趋势日益严重,越来越多的中老年男性朋友被前列腺疾病所困扰。许多老年男性朋友,会出现排尿次数增加、尿不尽、尿等待的现象,造成日常生活质量严重下降。你身边这样的人多吗,你了解前列腺增生吗?

前列腺位于膀胱颈下方,是男性最大的附属腺体。前列腺形如栗子,重约20克,底朝上,与膀胱相贴,尖朝下,前面贴耻骨联合,后面依直肠,尿道从它中间穿过。前列腺的功能主要是产生前列腺液,是构成精液的主要成分之一。

前列腺是全身唯一一个不随年龄增长而衰老萎缩的器官,随年龄的增长,前列腺增生会致尿道延长、受压变形、狭窄和尿道阻力增加,而使人排不出尿来。研究显示,男性到60岁时,前列腺增生患者大于50%,80岁时高达83%。前列腺增生的病因主要有年龄的增长及有功能的睾丸两个重要条件。同时也有研究表明,吸烟、肥胖及酗酒、家族史等与前列腺增生的发生也有关系。

一、前列腺增生的症状

进行性排尿困难是前列腺增生最主要的症状。早期表现为尿频、排尿费力、排尿等待、尿液分叉、尿线无力、时间延长、尿不尽等,特

别夜尿次数明显增多。原来不起夜的老人出现夜间1~2次的排尿,常常反映早期梗阻的来临,而有些严重的患者每晚可以起夜6~7次,严重影响了睡眠质量,造成患者困扰。前列腺增生较重的患者,可发生急性尿潴留,需要留置尿管,有部分患者会出现镜下血尿和肉眼血尿,少数后期可有肾功能不全、肾积水等症状。有些老年男性朋友还可能诱发其心脑血管疾病。所以,前列腺增生需要引起足够的重视。

二、前列腺增生的检查

前列腺增生的检查包括:尿常规、直肠指检、前列腺B超(判断前列腺体积的大小、形态并测量残余尿)、血清前列腺特异性抗原(PSA,查PSA有助于诊断或排除前列腺癌)、尿动力学检查等。

三、前列腺增生的治疗

1.非手术治疗

随访观察:如果症状较轻,可以观察等待,可通过改善生活方式(包括戒烟酒,少熬夜,多锻炼等)缓解症状,但要遵医嘱及时复查。

2.药物治疗

适用于临床症状不严重,残余尿<50ML的患者。常用药物有:

(1)5a还原酶抑制剂:非那雄胺。该药使用三个月以上可以缩小前列腺体积,改善症状,降低急性尿潴留的风险,对前列腺体积较大或血清PSA水平较高的患者疗效好。注意事项:该药物肝功能、肾功能不全者慎用,服药期间可能出现勃起功能障碍等情况。

(2)a受体阻滞剂:特拉唑嗪、盐酸坦索罗辛,赛洛多辛等。该类药可改善尿频、尿急、尿痛等症状,对尿路刺激症状严重的患者见效快,但该类药不能缩小前列腺的体积。注意事项:用药期间需要警惕体位性低血压,与其他降压药联用时可引起血压下降过快,同时对该药物成分过敏者禁用。

(3)M受体拮抗剂:托特罗定、索利那新。这类药物可减轻膀胱过度兴奋引起的尿频、尿急和急迫性尿失禁的症状。但该药会增加尿潴留的风险。注意事项:服药期间,可能出现口干、视力模糊等症状,高空作业、开车者、肝肾功能不全者慎用,尿潴留、胃肠道梗阻、青光眼患者禁用。

(4)植物制剂:普适泰、通尿灵、舍尼通、前列康等。该类药物可以改善排尿困难及尿频、尿急的症状,缓解炎症,副作用较小,但如果超过2周无效后,请及时就医。

3.手术治疗

经药物治疗后效果不好,患者症状无改善,严重影响患者日常生活或出现相关并发症时尽早手术治疗,手术治疗包括:耻骨上经膀胱前列腺摘除术(开放手术),经尿道前列腺柱状水囊扩张术、经尿道前列腺电切术等。

四、前列腺增生的预防

1.进食大豆制品、鸡蛋、牛肉等食物,多食蔬菜、水果,多喝水,每日大于1500ml,忌烟酒,忌食辛辣刺激食物。

2.避免久坐。长时间压迫会造成会阴部充血,故长期久坐工作的人,应该定时起身活动。

3.注意防寒保暖。前列腺受凉会导致腺体收缩,局部血液循环不畅,导致前列腺供血不畅,造成疼痛或炎症。因此秋冬季节,天气较为寒冷时,应特别注意保暖。

4.不要憋尿。憋尿会损害逼尿肌功能,造成膀胱过度充盈,甚至还会造成尿液反流,给肾脏和输尿管带来危害。因此一定注意不能憋尿。为了避免影响夜间睡眠质量,睡前建议少喝水。

5.不要熬夜。熬夜或过度劳累,会影响身体激素分泌水平,从而影响前列腺,引起排尿无力,造成尿潴留。

6.加强体育锻炼,改善机体抵抗力,促进前列腺局部血液循环。

7.注意个人卫生,适当性生活。

8.应避免过于激动、精神紧张导致不良情绪产生,尽量保持轻松、愉悦的心情。

9.出现症状时及时到医院检查。