



滨医附院重症医学科 获批国家临床重点专科建设项目

□通讯员 尹宏向 张家栋
董坤

近日,山东省卫生健康委员会发布了《关于做好2025年度国家临床重点专科建设项目建设管理工作的通知》,滨州医学院附属医院重症医学科成功获批2025年度国家临床重点专科建设项目。

截至目前,滨医附院共获批国家临床重点专科建设项目3个、省临床重点专科22个、省临床精品特色专科5个、省中医药临床重点专科2个、省孕产期保健特色专科1个、省医药卫生重点学科4个、省公共卫生重点专科建设单位1个、全国中西医协同“旗舰”科室建设项目1个。

滨医附院重症医学科创建于2002年,是山东省最早一批建立的集医疗、科研和教学于一体的急危重症救治与研究中心,是山东省临床重点专科、山东省“重症肺炎”临床精品特色专科、山东省医药卫生重点实验室、山东省住院医师规范化培训基地、山东省重症医学专科护士培训基地、全国青年文明号、山东省高校黄大年式教师团队、山东省优秀研究生导学团队、山东省高校对接产业类协同创新中心、山东省医学会重症医学分会副主任委员单位、黄河三角洲区域重症医学专科联盟理事长单位、滨州市医学会重症医学专业委员会及医师分会主任委员单位。

科室拥有一支优秀的医护团队,其中主任医师8人,博士生导师2人,硕士生导师8人,博士后2人,2人享受国务院政府特殊津贴。近三年,承担国家及省级自然科学基金项目16项,发表SCI论文60余篇,其中IF>10分的8篇,参与撰写国家级专家共识/著作7部,学科连续多年在中国医院科技量值排名进入百名以内。专科设置了脓毒症与重症感染、脏器功能与体外生命支持、重症呼吸、重症康复、重症心脏等8个临床亚专业,年收治急危重患者近2000人次。拥有ECMO、有创及无创呼吸机、电阻抗成像(EIT)、血液净化机、脑电及脑血流监测、电子支气管镜、彩色超声多普

勒、重症监护集成平台等国际先进的医疗设备及软件系统,已发展成为国内一流、省内领先,集医疗、科研和教学于一体的重症医学中心。

一直以来,滨医附院高度重视学科建设,充分发挥党委对人才学科工作的领导作用,将优秀人才集聚、高峰学科打造以及科技创新突破纳入医院第四次党代会“11338”总体发展战略,制定人才队伍和学科建设专项发展规划,强化对学科和人才工作的顶层设计和统筹谋划。实施分层次学科建设计划,建立学科建设绩效考核和周期性动态评估机制,完善学科分层分类管理,构建以国家重点学科(专科)为引领的“雁阵式”学科体系。

这一国家级荣誉的获得,不仅标志着滨医附院重症医学科的诊疗水平、科研能力和人才培养得到了国家最高权威机构的认可,更是滨医附院整体医疗实力和高质量发展征程中的一座重要里程碑。

下一步,滨医附院将全力推进国家临床重点专科建设项目建设发展工作,确保各项任务保质保量高效完成。并以此为契机,提升医院医疗服务能力和医疗技术水平,建设高质量发展医院和高水平省级医学中心,为守护人民生命健康、建设“健康中国”作出贡献!

开学焦虑? 家长孩子做好这几步

滨医附院心理科医生来支招

□晚报记者 刘飞
通讯员 董坤 张莹莹

临近“开学季”,“开学综合征”总会悄悄缠上一些孩子,心情低落、焦虑烦躁,甚至对上学产生抵触情绪时有发生……

在滨医附院心理科门诊,每年学期初也总会迎来一些这样的小患者。现实生活中,可能还有很多家长没有意识到,孩子开学表现出来的情绪是心理焦虑,那么,孩子出现什么样的症状可能是“开学焦虑”,又该如何去化解这些焦虑情绪,听听滨医附院心理科主治医师孙桂芝怎么说。



>>>缓解“开学焦虑”做好这几步

孙桂芝提示,开学季,家长要密切关注孩子的行为,“大部分孩子可以自我调节、缓解负面情绪,但是,如果孩子出现不想上学、不想吃饭、睡眠障碍、精神抑郁,甚至出现躯体化症状,自伤、自残等极端行为,就要提高警惕,及时前往医院心理科咨询就医。”

“我想跟大家分享几个小技巧,帮家长和孩子轻松度过开学前的焦虑。”孙桂芝说。

首先,不管是家长还是孩子,都要接纳自己的情绪。我们要认识到这个阶段出现这种情绪的孩子很多,有一些焦虑担心是正常的。另外父母也一定要保持稳定的情绪,在这个基础上可以帮助孩子做一些心理减压或者情绪的调节,比如做一些运动,听听音乐,做一些放松训练来进行积极的调整。

其次,开学前一段时间,同学们可以回顾一下自己的假期生活,整理暑假作业,查缺补漏,这个时候,家长可以帮助同学们一起整理,确保在开学前把老师布置的作业都做完,信心满满地去上学。开学后要制定适当的学习计划,最好是一个近期的学习计划,不需要

多么宏大,计划可行可操作,有一点点收获的这种:比如每天固定的时间复习或者预习,背一首古诗文言文或者做一道数学题等。

再次,把作息时间调整好。暑假,大部分同学作息时间紊乱,睡得晚起得晚,要想在开学前调整好作息就需要提前准备,至少需要1周左右的时间进行调整,按照开学的时间表来安排起床和睡觉的时间,可以逐步进行调整,每天可以提前30分钟早睡,逐渐适应,也可以通过定闹钟的方式,早起30分钟,将时间向前推。午睡也要控制时间,有些同学暑假里可能养成不睡午觉或者一睡就睡很长时间,睡眠时间点与学校作息时间一致,作息调整好了身体才能逐步恢复到一个规律的情况。

最后一个就是鼓励同学们主动社交,这也是影响同学们情绪的一个主要方面。很多同学可能担心开学后与同学处不好关系,建议同学们开学后主动社交或者开学前主动和同学联系,分享一些暑假趣事,开学以后积极参加班级的集体活动,拉近和同学们的关系,避免出现社交孤立的现象。

>>>注意,孩子这些表现可能是“开学焦虑”

“一想到要开学,晚上我就睡不着。”“新学期学习任务更重了,我觉得非常焦虑”……每逢开学季,在滨医附院心理科门诊,总会听到类似的声音,孙桂芝表示,这些看似抗拒上学的表现,很可能是“开学焦虑”。除了孩子们,很多家长也

有“开学焦虑”的症状。那到底什么样的表现是“开学焦虑”,这种焦虑又是因何而起呢?

“每个人的焦虑症状是各不相同的,有些小朋友的症状比较明显,比如情绪低落、焦虑烦躁,抗拒上学,还有些孩子,可能表现在上课注意力不集

中、记忆力减退等等。”孙桂芝说,有些学生,他的焦虑表现反映在生理上,比如肚子痛、头痛、牙痛、呕吐等等,但往往去医院检查不出问题,“这些并非孩子的身体病了,而正是焦虑情绪所导致的身体反应。”

>>>为什么会出现“开学焦虑”呢

“大部分同学开学产生的焦虑情绪,离不开环境变化、学业压力、社交焦虑以及家庭期待这几个方面的原因。”孙桂芝表示。

“孩子特别是小朋友突然从舒适安逸的家庭环境走进一个陌生或者相对没那么安逸的地方,心理难免有落差感。”孙桂芝说,另外,经过一个假期,身体已经习惯了假期的放松节

奏,突然要切换到规律、紧张的开学作息,身体和心理还没做好准备,心理难免会焦虑。

“另外,很多孩子害怕开学,是怕新学期学业难度增加,自己的学习成绩跟不上,还有些同学的暑假作业没有完成,担心开学后老师会批评自己,再加上家长对孩子的诸多期待,也为孩子心理施加诸多压力。”孙桂芝说,这些焦虑的本

质,都是对未知事物的紧张。

不少孩子有开学焦虑,还有一个很重要的原因是人际关系焦虑,“有些同学担心与新学期的新同学、新同桌合不来,也有一些同学原本与班级里个别同学关系不融洽,还有些孩子性格内向,害怕开学后的交际。”孙桂芝表示,这种焦虑,在新入学,或者刚刚升入初、高中的孩子间更为普遍。