

长春医学高等专科学校

Changchun Medical College

主办：中共长春医学高等专科学校委员会

主编：张湘富 副主编：王迪新 责任副主编：胡皓月

连续性内部资料准印证：JN01-041 2013年12月15日 第15期（总第122期）本期4版

张校长参加临床医学部辅导员会议



张湘富校长参加临床医学部辅导员会议

本报讯（通讯员 丁硕）临床医学部在善学楼546室召开了辅导员会议，作为兼职辅导员的张湘富校长参加了本次会议。

高寒副主任在会议上就本

学期辅导员测评、优秀班级评选及假期离校安全等问题进行了针对性安排部署，并对即将到来的大学外语考试及期末考试、诚信教育、考风考纪等问题上进行了特殊强调。

会议结束前，张校长就会议提出了三点意见。一是对在学生中开展综合素质测评给予了肯定；二是就学风、考风建设提出了要求，他要求辅导员要深入班级，向学生讲清人生成长具有不可逆性，要让学生切实做好期末复习，遵守学校考试纪律要求，重视每一次考试；三是期末是关键时期，学办和辅导员要重视安全管理，特别是圣诞节这一敏感时期，同时要腿勤、嘴勤，确保学生人身、财产、交通等各方面的安全。

年终岁尾，临床医学部全体学工人员会更加努力，时刻关注、关爱每一位学生，全心全意为学生们服务，确保校园安全稳定。

我校获得助学贷款全额风险补偿奖励资金

本报讯（通讯员 赵小平）12月18日，国家开发银行吉林省分行和吉林省学生资助中心奖励我校助学贷款风险补偿金46,956.00元。全省高校中共有3所高校获得全额风险补偿奖励资金。

2012年是我省国家助学

贷款本金到期的第一年，我校全年到期本金335,400.00元，涉及78名贷款学生。面对学生毕业后联系方式不断变更的困难，学生处资助管理办公室通过电话、信件、网络、派当地学生送信到户等形式进行助学贷款

截止2013年3月，本息全部按时安全回收，没有逾期本息。

本次获得风险补偿奖励资金，是对我校助学贷款工作的肯定，更是激励。学生处将认真总结工作经验，强化贷后管理，提升管理水平，进一步推动助学贷款工作持续开展。

生命无小事 安全从我做

学生处组织“安全教育专题讲座”

本报讯（通讯员 雷明）为了提高广大学生的安全意识和自我保护能力，学生处于12月11日在善学楼1223教室举行了安全教育专题讲座。会议由学生处公寓科姜亦彤老师主持。

讲座伊始，播放了学生处公寓科精心截取的11月28日22时10分我校学生由于感到地震在公寓逃生的视频录像。视频清晰再现了学生遇到突发事件的不同心态和处理方式，使在场同学客观冷静地分析了存在的问题，促进了对“生命安全”的反思。

学生处孙晖老师针对视频录像中所暴露的安全问题，结合专业知识进行了有关地震常识和逃生技巧的详细讲解。随

后，孙晖老师结合大量的校园案例，从个人财产安全、寝室安全、突发事件应对、考试安全、假期安全等几方面进行了细致地讲解。整个讲座图文并茂，由



安全教育专题讲座

浅入深，便于广大同学接受和领会。

本次讲座不仅让学生掌握了安全方面的专业知识，更进一步增强了学生的安全意识，提高了防范技能，使广大学生充分体会到生命无小事，安全从我做。

广纳群言 以收众益

教务处召开2013秋季学期教学信息员座谈会

本报讯（通讯员 卢博）12月10日中午，由教务处组织的2013年秋季学

期教学信息员反馈会在1219教室召开。副校长刘伟、教务处处长杨鑫、各系部主任、教务处全体教师以及84名学生信息员参加座谈。

会上43名学生信息员分别就课表编排、课程设置、教师授课质

量和考试时间安排等方面具体地提出了百余条意见和建议。刘伟副校长和各系、部主任肯定了学生提出的中肯而宝贵的意见，针对问题做了耐心细致的解答，并表示会及时整顿和改进。刘伟副校长强调教学信息员的意见一经采纳，学校将予以表扬。并鼓励

同学们多提意见，这不仅是对学校负责，对教师负责，更是对学生自身负责。

教学信息员座谈会是学校教学反馈监控的有效手段之一，每学期一次的教学信息员座谈会架起了广大师生沟通的桥梁，多年来为学校及时掌握教学运行状态，为提高教学质量，建立良好的教风、学风起到了重要作用，为建设和谐、民主新医专增添力量。

榜上有名

在2013年吉林省高等学校图书馆学术年会征文评选中，我校图书馆吴凤君、刘盛男、么洪岩老师的论文分别获得一、二、三等奖。

在刚刚结束的2013年全国高职院校宣传部长联席会议上，我校获得全国职业院校宣传部长联席会议“主席团单位”称号。

我校《护理评估技术》（带头人代生厚，2009年国家精品课程）被评为2013年度国家级精品资源共享课。截至目前，我校两门国家级精品课程已全部成功转型升级为“国家级精品资源共享课”，位居吉林省高职院校前列。

12月18-20日，在杭州举行的全国高职院校体育教师教学技能大赛中，我校教师李洪臣获得中年组三等奖。经全国高等学校体育教学指导委员会推荐，我校周洪凯老师担任了此次比赛评委。

我校召开专项资金执行情况督办会



本报讯（通讯员 王今哲）为了加快落实学校各类专项工作进程，确保今年专项资金年末前支付完毕，计财处于12月3日上午在善学楼二楼会议室召开了专项资金执行情况第二次督办会。校长张湘富、副校长刘伟、王作刚及各项目负责人参加了会议，会议由计财处处长张旭主持。

会上，张旭处长就审计署对专项资金落实材料的检查情况做了简要的通报，各项目负责人逐一按照项目申报书汇报了项目完成情况、资金执行情况、存在的问题及年末前按计划能否支付完毕。各位校领导认真听取了汇报，张校长就各项目剩余资金

的支付提出要求，每个未完成的项目，分管校长牵头负责，涉及招标的要及时与设备处沟通，确保年末前项目资金全额支付。

此次会议对全校12个项目的资金执行情况再次进行了督办，各项目负责人强化了责任意识，纷纷表示马上落实，力争年末前完成专项工作。



专项资金执行情况督办会

药学与药品营销专业自考本科段教育毕业论文答辩工作进行顺利

本报讯（通讯员 何丽艳）受自考主考院校吉林大学药学院委托，由成教部组织的药学与药品营销专业自考本科段教育论文答辩工作于12月7日（周六）上午八点在诚教楼三楼4个答辩现场如期进行，共有204名考生参加本次毕业论文答辩。

本次论文答辩工作得到了学校领导、药学院及图书馆等部门的大力支持。由吉大药学院4名教师及我校药学院8名教师组成的论文答辩工作组分4组进行现场答辩，考生按序进入答辩现场接受答辩教师的提问，整个答辩过程科学严谨、规范有序。

为了让本次答辩成绩更加科学、规范、公平，论文答辩最后成绩由论文现场答辩成绩、论文指导教师评价、论文相似率比三部分组成。为了保证此项工作的顺利进行，让考生真正学会撰写论文，成教部前期做了大量准备工作，组织进行论文写作辅导、药学院为每位考生安排了论文指导教师、图书馆完成网上论文查询比对等工作，在相关部门的积极配合下，确保答辩工作的顺利进行。本次论文答辩过程使学生得到了进一步历练，也让参与答辩工作的我校教师积累了经验，为学生的未来发展奠定了基础。

我校全国医护英语水平考试工作顺利进行

本报讯（通讯员 吕冠薇）12月7日，全国医护英语水平考试在我校考点顺利进行，考试包括护理类二级和三级，共计14个考场，398名考生，近40名工作人员。

为了保证本次考试工作顺利进行，教务处组织召开了有各系部主任、校办、学生处、后勤办等相关部门领导参加的考前协调会。本着精简会议的原则，教务处整合大外考试的调整事宜，

将协调会合二为一。协调会上，副校长刘伟和教务处处长杨鑫着重强调了考风考纪问题，希望各相关部门积极准备，各司其职、互相配合，认真落实，确保考试工作高质量完成。

鉴于入冬以来天气变化异常和长春地区余震频发，教务处草拟了应对突发自然灾害的预案，并将实施方案、《考务手册》等材料统一上传到校园内网，以便于各部门组织监考教师学习。



医护英语水平考试考前协调会

考试当天，全体工作人员利用休息时间准时来校监考。刘伟副校长和杨鑫处长巡查了各考场，对工作人员的辛勤工作给予肯定。整个考试过程秩序井然，监考教师认真履行监考职责，考场纪律良好，再次体现出我校良好的考风考纪。

本版摄影 孙炬 李游 陈曦 雷明



惠生视点



编者按：风声雨声读书声，声声入耳；家事国事天下事，事事关心。12月10日中午，按照党委宣传部工作要求，校报编辑部组织校报记者团学生记者学习了十八届三中全会精神。同学们就《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》关于教育领域综合改革、大学生就业创业、医药卫生体制改革、生态文明建设等方面进行了有针对性的讨论交流、畅谈心得，现将学生记者学习心得摘录如下。

教育领域改革，给更多的人创造机遇

王丽娟：作为一名大学生，全会中关于教育领域方面的改革让我倍加关注。改革中谈到要加快现代职业教育体系建设，深化产教融合、校企合作，培养高素质劳动者和技能型人才。对照在校园里所受到的教育，我感到自己受益匪浅：学校斥巨资为我们建立了模拟医院，老师用心传授我们护理技能，系部提供各种平台使我们在活动中提升能力。学校还为我们联系实习单位，让我们将知识与技能真正的贯通。学校、老师、实习单位一起努力把我们的这些学子打造成真正有素质、有能力、有技术的人才！作为时代的宠儿，我们是何其的幸运！我们一定要抓住机遇，努力提高综合素质，掌握高超的技术，为医药卫生事业的发展贡献绵薄之力！

岳惠秋：应试教育在很大程度上使我们的教育变得呆板，成为当前社会的一个弊端。全会深化教育改革的一系列措施，从根本上解决了一考定终身的弊端，不但让学生能更好的学习，同时也更看重个人综合能力的培养。考试招生制度的改革，既可以激励同学们向钟爱的方向努力，也减少了考生面对考试时的压力，从而更好地发挥出自己的水平，也可为国家培养出更多的应用型、复合型人才。

李月：少年强则国强，少年富则国富。青少年是祖国的未来，正所谓改变世界要从改变青少年开始！全会中深化教育领域综合改革提出要促进教育公平，健全家庭经济困难学生资助体系，让贫困孩童上学不再难，让等级分班制彻底取消……这些对青少年的成长真是太有益处了。作为一名当代大学生，我为这些政策的出台而感到欣慰！对祖国未来的发展充满信心！

李萌：作为一名大学生，全会牵动我的心弦。全会提出“统筹城乡义务教育资源均衡配置，实现公办学校标准化建设和校长教师交流轮岗，不设重点学校重点班，减轻课业负担。”此政策的实行，意味着就此打破了择校难等问题，尤其使我们这些来自农村的孩子能够享受到教育公平的权利，而减轻课业负担对现在的学生来说无疑是一项更具人性化的政策。由此，足可以看出国家对教育的重视程度。因此，现在的学子们，还有什么理由不努力学习，不为中华之崛起而读书呢！

促进就业创业，让就业梦想照进现实

王秀坤：就业问题一直备受社会关注，就业难已经成为了人民关注的焦点，“大学生毕业就失业”已然成为了一句流行语。十八届三中全会对就业创业方面的改革创新，不但解决了部分毕业生就业难的问题，同时对自主创业的大学生也有了切实的帮助，给新一代的年轻人带来了曙光，作为未来的受益者，我们更要努力增加自己的才干，发挥自己

的优势，为以后的就业创业做好准备。

冯敏娜：全会中深化教育领域改革和促进就业机制的政策让我感触颇深，全会提出健全家庭经济困难学生资助体系、统筹城乡义务教育资源均衡配置、促进以高校毕业生为重点的青年就业、结合产业升级开发更多适合高校毕业生的就业岗位等政策，将全面解决学生没有学上、上不起学、考上大学接受不了正常的教育、上了学又面临就业难等问题。在政府的政策保障之下，学生的教育需求将得到满足，学生的就业压力将得到缓解。党和国家为我们做了这么多，作为当代大学生，我们一定要珍惜机会努力学习报效祖国！

医药卫生体制改革，筑就医学生的职业梦想

高静：全会提出的深化医疗卫生体制的改革，为医学生的就业提供了契机，拓宽了道路，让我在求学的道路上，有了强大的信心和不竭的动力。通过对全会精神的学习，我下定决心要努力学习，不断提升认知能力，提高自己的专业技能，为以后职场的发展做好准备。

李双言：全会提出深化医药卫生体制改革，这意味着我们将来不仅有更加广阔的工作方向，还会使我们的专业技能得到更加有效的发挥。现如今，我们的首要任务就是掌握扎实的专业技能，成为在同领域中具有竞争力的人才。让我们一起努力吧，要知道，我们未来的高度取决于现如今努力程度与对待生活的态度，让未来掌握在我们自己的手中吧！

生态文明制度建设，实现社会的可持续发展

姜煜：随着国力的增强，综合实力的提高，许多生态环境问题也相继出现。尤其近年来北方的雾霾、南方的水灾、酸雨、温室效应、水体富营养化、生物多样性锐减等，都直接或间接危及着人们的生命安全。全会对此问题做出了明确的规定，采取一系列措施，体现了党和国家真正为人民着想、从人民的健康利益出发，这些政策的出台也是我们国家走在可持续发展道路上的坚强后盾！作为新生代的我们更应努力学习，为祖国的发展和社会的进步做出贡献！

李顺祥：良好的生态环境是人类生存的基本条件，也是人类发展的根基。我们生活在这个美丽的地球上，保护生态环境就是保护我们自己。全会提出要加快生态文明制度建设，用制度保护环境。这让我们对未来充满信心，我们坚信，我们一定能够全面贯彻落实好科学发展观，正确处理好人与自然、发展与环境之间的关系。



校报记者团学习三中全会精神 孙炬/摄

弘扬“杏林精神” 传承“医道天德”

2012年—2013年星级志愿者表彰大会

本报学生记者 李顺祥

12月11日下午，校团委在药学院3348教室组织召开“志愿同行，相亲相爱”2013年度志愿服务工作表彰大会。会上，团委书记刘力为肯定了各级志愿组织的付出与成绩，提出下一步工作的希望与要求，并宣读了“星级志愿者”表彰决定；李映雪、汤媛等获得了“五星级志愿者”荣誉称号，唐立冬、李阔、李顺祥等获得了“四星级志愿者”荣誉称号。

随后，志愿者们为大家带来了精彩的节目表演，体现

了他们的别样风采。志愿者协会同时举行了会旗交接仪式。上一届副会长段云强将会旗交到了新一届会长手中，全体干部在会旗下承诺“像爱惜生命一样爱惜‘杏林’大旗，像珍惜生命一样珍惜这份至高无上的荣誉”。

此次活动激励起更多的人参与到志愿者行列中的热情，长春医学高等专科学校的志愿者队伍将越来越壮大，影响力也会越来越强大，各级志愿者们将为建设美好医专、美丽长春贡献自己的力量！

我的梦·医专梦·中国梦

本报学生记者 焦茹霞

为纪念12.9抗日救亡运动，临床医学部文艺部于12月5日晚在药学院3348教室举行了以“我的梦·医专梦·中国梦”为主题的红色歌曲合唱大赛。13级口腔医学一班兼职辅导员王作刚副校长观看了大赛，临床医学部主任刘洋、副主任高寒、学办主任边洪鑫以及各位辅导员及学生代表担任大赛评委。

参与本次活动的共16个班级，他们各演唱一至两首红色爱国歌曲，并配以朗诵、舞蹈等形式。歌曲前奏时慷慨激昂的朗诵，唤醒了同学们赤子之心。文艺部部长带领大一新生表演了《军装舞》，

生机勃勃的绿军装，多彩大方的迷彩服，简洁庄严的空军装，展现了我国新一代军队的英姿，针灸推拿班梁东演唱的《赞

歌》，向我们的祖国表达了最真切的想法，拳拳爱国之心溢于言表。医学营养班李璐的《站起来》使大家不约而同地站了起来，指向我们亲爱的祖国，希望我们的国家快速发展，更盼望祖国愈加强盛！我们爱我们的祖国，所以我们誓死保卫！我们爱我们的祖国，所以我们寸土不让！

经过激烈角逐，13级视光班获得了比赛团体第一名，13级临床一班高雅同学获得最佳领唱奖。红歌会不仅促进了班级凝聚力，增强了集体协作意识和创新意识，更表达了医专学子热爱祖国的红色情怀。



护理大赛展医专风采

本报讯（通讯员 李宗花） 我校第八届护理技能大赛于12月11日进行了决赛。本次大赛分为选拔赛、复赛和决赛三个阶段。参赛选手来自12级护理和10高职护理共23个班级。

选拔赛选手由实训教师推荐，班级选拔而成，每班10名共计230人参加。复赛包括理论考试（占10%）和静脉输液操作技术（占90%），共选出

优胜选手82人进入决赛。决赛项目共28项，每名选手参加两个操作项目。比赛前学生利用业余时间到开放实训室自主练习，预约指导教师指导，以达到最优的比赛效果。

本次大赛为期90天，是参加选手最多、项目最全的一次，护理技能大赛既提高学生的基础知识及基本技能水平，为社会输送优秀的护理人才，又为省级及国家级技能大赛选拔优秀选手。

临床医学党支部“我的职业梦想”表彰及成果汇报会

本报讯（通讯员 丁硕） 12月4日下午，临床医学党支部在善教楼二楼报告厅举行了“我的职业梦想”表彰及成果汇报会。党委办公室主任胡静涛、团委书记刘力为、临床医学部主任刘洋、副主任高寒及部分师生代表参加汇报会，会议由学办主任边洪鑫主持。

为深入学习宣传贯彻党的十八大精神，将“中国梦”与“医专梦”、“医学梦”更好地融合，临床医学部组织开展了“我的职业梦想”主题征文活动。经过严格筛选和审核，最终评出教师组特等奖6名，学生组25名。汇报会上，获奖教师代表王锐、王丹及获奖学生代表赵日、李宁、依水文，分别

讲解了自己的“职业梦”，赢得了台下师生的阵阵掌声。

刘洋主任总结指出，“中国梦”是中华民族的复兴之梦，“医专梦”是每个医专人的升本梦，“医学梦”是每个临床人的附属医院梦，归根到底是医专师生实现个人价值的职业梦。他希望大家不断提高专业技术水平，提高教学质量，提高自身素质，充分发扬求真务实、埋头苦干的工作作风，自觉做中国梦的参与者、实践者、推动者。

广大师生总结亲历亲见，用文章记录和表达强国之愿、报国志，强化对自身责任和使命的认识，确立积极的奋斗目标、价值取向和精神追求。



临床医学党支部“我的职业梦想”表彰及成果汇报会 学生杨东敏/摄

爱心汇聚力量 善举创造和谐

本报讯（通讯员 李佳卉） 12月11日下午，基础实训党支部在基础楼四楼会议室召开资助助学捐赠仪式。基础医学部和临床实训中心全体教师参加，会议由基础系办主任李佳卉主持。

此次活动中，不仅党员同志慷慨解囊，所有非党群众也都积极奉献爱心，为2012级张翠英和郭晶两位同学捐款1600元，2013年基础实训党支部共为两名学生捐款3200元，不仅在生活上给予资助和

帮扶，而且对她们的学业和品格养成加以关怀和引导。两位同学不负众望，多次获得奖学金，德智体全面发展，让老师们倍感欣慰。

最后，于景龙主任对基础实训党支部所有同志奉献的爱心和真情表示赞赏和感谢，希望受资助的学生在逆境中奋进，培养友善诚信、乐于奉献的品格，把爱心奉献给需要帮助的人，把助人之乐这种中华民族的传统美德继续传承下去。

药学系党支部举办入党积极分子培训班结业典礼

本报讯（通讯员 袁宝欣） 12月11日中午，药学系党支部第十三期入党积极分子培训班结业典礼在药学院3348教室举行，党支部书记董佩玲、宣传委员高雅静及全体辅导员参加结业典礼。

结业典礼在庄严的国歌声中开始。宣传委员高雅静从本期培训班的特点和学员的收获对培训班进行了总结；董佩玲副书记宣读了刘焯等4名“优秀学生干部”、尹永凤等9名“优秀学员”以及1个“先进学习小组”的表彰决

定。她希望广大学员坚定理想信念，自觉践行党员标准，成为学生的楷模与榜样，定期向党组织汇报思想，努力提高党性修养，争取早日成为一名合格的中国共产党党员。

本期培训班历时36天，共聘请了8名教师为培训班做专题讲座，通过培训使学员进一步熟悉了党的基本知识，加强了大学生理想信念教育；通过对十八届三中全会的学习使每位积极分子坚定了实现“中国梦”的决心。经考核共有107名同学顺利结业。



走进新运动, 走近新健康

体育教研部 宋志明

近些年来, 随着生态环境的破坏, 生活、工作等各方面压力的增大, 人们的身体素质都普遍下降, 各类疾病的突发率也在逐年增高。人们逐渐意识到健康的重要性, 也在寻找维持健康的方法, 于是各种健身馆、减肥中心如雨后春笋一般呼之欲出。这说明运动已经在人们心中有了很重要的位置, 作为新时代的大学生, 更应该养成爱运动的好习惯。

为使同学们有一个更好的运动环境和运动习惯, 学校早在多年前就本着“我运动、我健康、我快乐”的宗旨为学生建立了设施齐全, 具有综合性、多功能的大学生活动中心。活动中心内设有形体馆、轮滑馆、体能训练中心、羽毛球馆、篮球馆、排球馆、乒乓球馆, 可满足同学们不同的兴趣爱好和体育运动需要。指导教师也会为同学们提供正确的运动指导, 让同学们可以在运动中收获快乐, 收获激情, 提升素养, 学会包容, 学会理解, 学会合作, 这正是当代大学生所需要具备的品质。

在孩子运动的问题上, 家长也许会说: “我的孩子天生安静, 不喜欢运动”, “学习最重要, 有时间才可以运动”, “运动不就是等于让孩子玩, 这样会让孩子玩野的”……这样的说辞不在少数。从中可以看出, 很多家长在培养学生运动的习惯问题上还是缺乏认识的。

其实运动不仅仅是一种活动, 在运动的过程中, 不但可以让孩子的身体得到锻炼, 同时也能让孩子的人际关系得到改善, 智力也会在运动中得到提高。经常运动, 能使我

们身体的各个运动器官变得灵活, 大脑反应也会更加敏捷, 身体的协调、躲闪能力和速度也会跟着提高。运动不仅对于身体素质的增强有帮助, 同样也会提高我们的心理素质, 直面失败, 跌倒了就再爬起来, 这在很大程度上会减少在社会生活、学习中遇到挫折就自暴自弃甚至自杀的悲剧。

近些年来, 我国越来越重视体育教育事业的发展, 在继全民运动活动开展后, 又针对高校大学生发出了“阳光体育运动”的号召, 各大高校开始开展丰富多彩的体育运动。我校虽为医学类院校, 但历来非常注重增强学生的身体素质, 所以我校特开展了“阳光长跑”活动, 取得了良好的效果, 也获得了老师和同学们的一致好评。

归根结底, 运动在我们的生活中已经成为了不可或缺的存在, 经常锻炼, 选择一项自己喜欢并且可以坚持下去的运动对我们自己的健康还是有很大帮助的。人生在于运动, 是一句永远不会过时的“训诫”。

所以, 希望同学们在课余时间加强锻炼, 让自己有一个好身体, 才能在以后的生活工作里顺心如意, 欢迎更多的同学加入到运动的行列中来!



大学生活动中心形体馆

踏实走好每一步

护理系 2012级护理四班 王硕

我所学的专业是护理, 似乎与有关药品的工作不沾边, 但是我立志当一名ICU护士, ICU护士应该是医院护士中的精英, 对药物方面的知识要有很广泛的涉猎, 所以, 在暑期我所选择的见习地点是家乡的一所药店, 主要是进行药品销售, 消费者可以主宰自己的消费导向, 自由选择, 再加上药师及营业员的答疑和介绍大大增加了用药的安全性。

刚去药店时, 我首先了解的是药品的分类和具体摆放的位置, 然后通过自己的介绍让顾客去购买某种药品并且满意。一开始我还很紧张, 不知道怎样去做, 但是在药店阿姨们的帮助下, 我逐渐适应, 并能独立指导患者用药。

通过在药房的学习和亲身体验, 让我对中药、西药有了更好的了解。由于中药的质量、质地、性质有显著差异, 所以在煎药过程中有很多需要注意的事项, 煎药的方法和煎煮时间也不尽相同, 煎药时还要注意火候, 火候的控制也要根据药物的性质和质地。中药是完全治愈疾病的最佳良药, 坚持长期服用中药可以治疗多种慢性疾病, 从而改善身体机能。西药是现在药品的主力, 在向顾客推荐西药时要确保推荐的药品准确无误。例如, 在介绍消炎药品时, 应先问顾客是否对红霉素过敏, 以免拿错药对其造成不良反应。为了确保药品质量, 药品一经出售不得退换。这就要工作人

员养成认真负责的工作态度。西药有多重应用, 如, 西咪替丁用于消化道溃疡, 但在皮肤病治疗中也很常见, 主要是用了西咪替丁的不良反应达到治疗的目的: 对内分泌及皮肤的影响, 它具有抗雄性激素的作用, 可以治疗皮炎患者。在这里不仅学习了销售的技巧, 还对各种药品有了更进一步、更系统、更全面的了解。

在药店见习期间常常会有顾客买药时, 会购买多种药品治疗同一疾病, 我以前也是一样。现在我向顾客推荐药品时, 总是会对药品做一个简单介绍, 让顾客对所要药品的功效有个了解, 同时提高顾客对销售人员的信任度, 也避免重复用药的情况。再就是语言上尽量做到口齿清晰、语速均匀、动作熟练、微笑服务等。让顾客感到我们的热情, 在愉悦的同时, 买药治疗疾病。

在实践中, 我每天都认真地进行自我检讨, 改掉许多以前的坏毛病, 培养了自己良好的生活习惯。比如, 提高了自己的应变能力, 遇事能够独立思考, 办事不再拖拖拉拉。与此同时, 我没有忘记应向老员工请教学习, 从他们身上我学到的不仅仅是如何做一名合格的药品销售员, 更重要的是学习到了热情奉献、一丝不苟的工作作风, 不骄不躁, 积极乐观的良好心态, 为我以后的工作生活打下了坚实基础。

经过假期实践, 我进步了很多, 也成熟了很多, 但我深知自己的人生道路才刚刚开始, 路还很长, 需要自己踏实地走好每一步。我会牢记自己的梦想, 并且会时刻提醒自己努力学习专业知识。“医道天德”这四个字很重, 我会一生受用, 南丁格尔的誓言, 亦将陪伴我度过职业生涯。

“梦想”如丝帛, 美好得让人向往, 人人都想将梦想编织出来, 感受梦想带给自己的喜悦与美好; “梦想”如丝帛, 需要我们用坚持做织针, 用汗水做织线才能将梦想的美好呈现在眼前。

每个人都有属于自己的梦想, 或是如红色般热烈或是如蓝色般沉静。梦想不仅仅荡漾在我们夜晚熟睡的脑海里, 还可以刻画在我们的心中化作我们前进的动力。

在不断的比较中, 我一直认为自己是一个幸运儿, 比如在追求自己职业的路上, 我一直在前进着, 一直在坚持着, 我没有像一些同学那样选择了一个自己不喜欢的专业。我一直非常喜爱临床医学专业, 并立志做一名临床医生。

说起我的职业梦想, 记得技能老师为我们推荐了北京协和医院一名妇产科医生张羽的《只有医生知道》, 从她的字里行间里我读出了迎接新生命的快乐与幸福, 通过她的文字, 我能联想到那种场景, 感受到那种温馨甚至能预想到当自己见证一个新生命到来时, 也会感到无比的骄傲。所以, 我的梦想就是在那一刻坚定了, 我希望可以像张羽那样成为一名临床医生去感受生命带来的喜悦与激动, 我最终的职业梦想是做一名第一时间迎接新生命的妇产科医生。

梦想看似很高, 飘扬在天边, 其实梦想与我们之间的距离并不遥远, 而通往梦想的那道阶梯就是我们的不懈努力。

为实现我的职业梦想, 我会脚踏实地的学习, 将每个知识点都学透, 将所有的知识融会贯通, 变成自己的东西。同时还要提高自己的学历, 目前我最近的小目标是专升本, 并且我正在不断地努力。接着的目标就是考执业医师资格证、考研、乃至考博。只有用一个小目标当阶梯, 不断地去累积才能追逐到梦想。

做为一名临床医生, 必须要是提高自己的专业技术水平, 为此, 暑假期间我走访了长春市的几家医院, 见习了一段时间, 了解到作为一名妇产科医生需要掌握的操作技术和专业技能。在以后的日子里, 我还会参加各种临床实习、实践活动, 积累更多的经验。同时, 我认为做为临床医生要做好和患者及家属的沟通, 为了锻炼与人沟通的能力, 我加入了学生会, 锻炼自己为人处事方面的能力, 学着与老

师沟通、与同学沟通, 解决沟通过程中遇到的所有问题。这些, 都是我在织梦途中累积的小小财富。

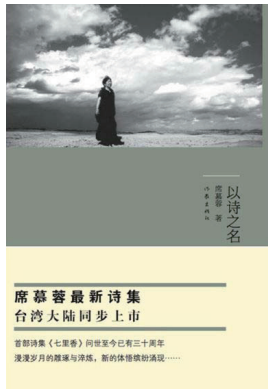
无论从事什么行业, 都要做到以人为本, 尤其作为一名医生, 这一点显得更重要。做为医生对患者要有无微不至的关怀, 要学会与患者交流, 在交流中关爱患者; 要有一颗仁爱之心, 急病人之所急, 痛病人之所痛, 这样才能称得上是一名好医生。拥有一颗仁爱之心是我们一生都要牢记的, 尤其是妇产科医生。所以我时刻提醒自己, 我们面对的是鲜活的生命, 不能有一丝马虎, 我们面对的不只是一个生命, 而是一个家庭, 所以更要有爱心, 多用心。

也许, 这条路我会走得很久很久, 会有很多时间都用在织梦的过程中; 也许, 这条路我会走得很累很累, 需要不断地去克服自己的缺点优化自己。但无论如何, 我会坚持自己的选择, 我会一直努力, 我相信我的未来不是梦。

梦想, 看似飘渺, 但它更多的是一种渴望, 是一种人们追求的目标, 是前进的动力梭子。如果没有“梦想”, 就会有许多人碌碌无为。因为有梦想, 才有可能创造奇迹, 因为有梦想, 人和社会, 才得以不断发展与进步。有梦想的人, 让我们一起加油, 将梦想这条丝帛, 编织得越来越精致, 越来越精彩吧!



《以诗之名》



【书籍信息】
书名: 《以诗之名》
作者: 席慕蓉
出版社: 作家出版社
推荐人: 唐诗扬

【内容简介】
《以诗之名》是席慕蓉最新诗集, 距她的第一部诗集《七里香》正好三十年。《以诗之名》收录了2006年以来未收录、甚至未发表过的作品。旧的情怀依然发酵, 新的体悟继续涌现, 是爱诗之人不可错过的珠玉之作。漫漫岁月的雕琢与淬炼, 使一颗诗心更加温润、澄澈。从亚洲到欧洲, 从四川到蒙古, 岁月的河流洗去绵长的喜悦与哀愁, 也卷进了无尽的怀想与坚贞。

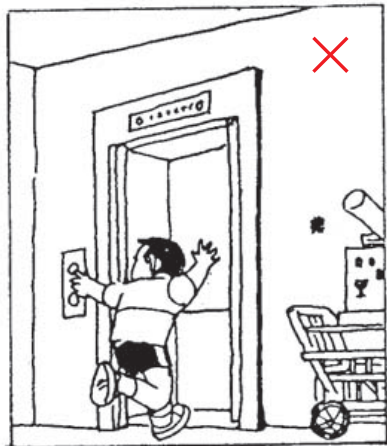
一微一世界



作品: 悟道 作者: 夏维柱
原料: 长白石 尺寸: 32×8×16cm

地震避险小常识

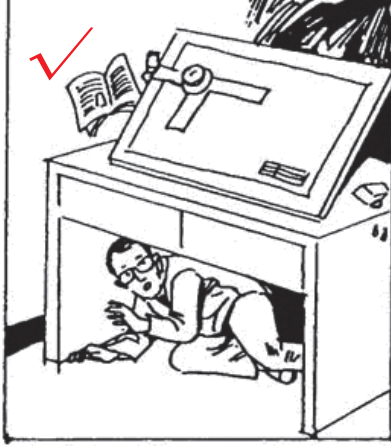
校报记者团 谢明娜



电梯上



楼梯上



结实的写字台下



低矮家具边



本版摄影 孙炬



药学系 13级药剂班 周海玲

“秋天深了，王在写诗”，不知海子在写下这句诗时的心境是怎般的霸气亦或是悲凉，我揣摩不透，这样神秘而冷清的句子让我着迷。每每秋风含着风情袭来，夹杂着谷物的味道，似乎让人闻起来就饱饱的，懒洋洋的伸个腰，一切惬意正如猫咪，配上心脏处的温度，那正是好极了的，但眼前并非如此，深一脚浅一脚的积雪，覆盖着大地，双脚如快乐相知的小鹿，蹦蹦跳跳着在雪堆上嘎吱嘎吱，喜欢这样欢快的节奏，这边是冬天了，有雪的冬天。

初冬的雪，晶莹剔透，在这样雪白的日子里，偶尔还是有阳光的，都说阳光在人需要的时候最温暖，于是追着光束挪移，但这温柔的阳光终究是敌不过北风的，真正的北风啊！像是速冻剂般将皮肤冻得僵硬，这还只是晚秋初冬啊，换作在南方，这样的冰冷一定是冬天得不能再冬天了。

阳光聚焦成一个点，而恰好那个点打到了我身上，我期待着阳光将我点燃，然后打个盹儿，五彩的光都洒到眼睫毛上了。树枝隐隐在眼前晃动，半掩着眼，远远望去，道儿上一弯儿一弯儿的白，这些积雪果真是可爱极了，竟然公然挑战阳光，我以为积雪会惨败化为一滩雪水的，其实不然，也不知是阳光的怜悯还是白雪的刚强，白雪终究是没有被消融，在南方一定不会这样子了。

北方姑娘们将糖葫芦冻在窗外，据说是可以使糖葫芦的口感更好，吃起来确实很酷！本以为北方少

男少女们已看够了雪，意外的是他们和南方孩子们一起惊喜这第一场雪的到来，其兴奋感和快乐感丝毫不亚于从未见过大雪的南方孩子。一定是因为，雪景真的有扣住人心的魔力吧。纷纷扬扬的雪地里，每个人都用着自己的方式与雪接触，将雪团成团，追着，闹着，躲着，推着，无尽欢声，亦或是笑语，将所有热情埋洒在白雪里，简单却又尽兴的欢乐盛宴。爱上这样冬的感觉。

偶尔一场淅沥沥的小雨滋润着干燥的冬，空旷的夜晚干净神秘。



如今是否还在留恋。飞逝的时间除了令人唏嘘外，还会改变着身边的一切。虽然岁月无情，但是真情无价，因为我们拥有同样的愿望——让爱长存。

曾记否？

风雨三载，他们伴我们一路走来，为了我们，他们操碎了心，磨破了嘴，处处与我们“斤斤计较”，明灯一般照亮我们前行的路。每日笼罩在白色粉尘中，但他们从无怨言，尽职尽责，因为我们拥有共同的心望——展翅飞翔。

曾记否？

每至夜幕降临，总会有两道目光默默注视着您；有两颗心默默牵挂着您；有两个身影默默守护着您，因为他们希望您早日实现梦想——自由飞翔。

曾记否，在困难与失败中，吸取教训与经验；

在成功与胜利中，积攒信心与勇气；在失望与迷茫中，寻找希望与方向。

忆往昔，峥嵘岁月稠，万千思绪涌心头，难忘那朝朝暮暮。“那些年错过的大雨，那些年错过的爱情。”胡夏歌声依旧，我明白，我们之间没有错过。友情、爱情、恩师情、亲情永远陪伴在我们的身边。

当我回到校园时，他们主动拿起课本给我补落下的功课，故意在我面前讲笑话逗我开心，看到我不吃饭，他们就买好饭哄着我吃下。在那个时候，他们把我当成

了一个小孩子，处处呵护着我，不让我受到一点点刺激，那种小心不是每个人都可以做到的。做为学生生活费都是有限的，但他们都自愿地从自己的生活费中省出一部分钱来帮助我，老师们也偷偷塞给我钱。他们从物质和生活上给我帮助，却从不需要我回报！她们的愿望只有一个，就是希望我能更好地生活！只要我好好学习和乐观生活就好！他们对我的付出，千言万语都说不完，而他们带给我的感动更是无法用语言来表达。一直以来，我都是在他们的帮助下乐观生活，努力学习，也在他们的感动下认真地做好班委的工作，尽可能地回报他们，每每完成一件工作，自己都感到很满足，为能够以这种方式来回报他们而高兴。

回忆往事，不禁再一次热泪盈眶，也让我的心里再次充满了感激之情。亲爱的伙伴们，你们放心吧！我现在很好，我还在继续为同学们服务着，做着同样的职务，尽着同样的职责，尽管对象不是你们，但我永远不会忘记你们的。在大学我拥有和你们一样善良友好的同学和师长，他们同样很关心我，照顾我，我也会更加努力地生活，用自己的真心去回报他人。我会一直一直好好地学习，乐观地生活。

你们的恩情我一辈子都会记得！我相信，善良的人终究会有好报！我相信你们会更加幸福！你们的善良会为您的人生增光添彩！为了我请照顾好自己！想念你们！也再一次感谢你们！

那些年，曾记否

临床医学部 13级康复班 刘月鸣

“又回到最初的起点，记忆中你青涩的脸，我们终于来到了这一天，桌垫下的老照片，无数回忆连结。”还记得吗？那些年我们一起走过的日子……听着熟悉的曲调，往事历历在目，不禁回忆起那些年共度的快乐时光。

曾记否？

三年前的聚首，使我们相识、相知、相携手。我们朝气蓬勃，散发着青春的气息。我们同舟共济、患难与共，因为我们拥有同一个梦想——渴望飞翔。

曾记否？

当初的相识，青春的懵懂，那个令你我心动的瞬间。曾经的追逐与守候，



在报纸上偶尔看到这样一个故事，一个南方的女孩来到东北师范大学读书，在这个陌生的城市，她拥有了很多志趣相投的“姐妹”！

在一次检查后，她被发现得了急性白血病，预计治病需要花费一百多万元。这对于一个普通家庭来说相当于天文数字，女孩决定放弃治疗，可是她的姐妹们没有放弃。她们把女孩的事公布于众，组织全校师生捐款。虽然有了师生们的十几万元，但仍然是杯水车薪，于是她们又去轻轨三号线向社会进行募捐。每天她们自备干粮，从早到晚，不管天气多么炎热，不管一天站下来多么辛苦，她们都从无怨言地、不辞辛苦地向每一位行人重复着同一个话题。她们的汗水没有白流，终于把治病的钱募集得差不多了，她们的脸上露出了灿烂的笑容。

看到这个故事时我被深深触动了，因为类似的事也曾发生在我身上。从小就没有妈妈的我，高二的时候爸爸也因意外突然去世了，这仿佛晴天霹雳，让我感到生活太不公平了！虽然没有妈妈，但我一直都乐观的生活着，可是上天为什么还要狠心地夺走我的爸爸呢？这次事故后，一直给予我帮助的老师和同学们更加关注我的生活，他们在照顾我的同时也更加小心翼翼，怕触及我脆弱的心。老师们经常找我谈心，虽然谈话的内容不同，但他们却有同一个初衷——希望我可以继续乐观地面对生活。同学们更是在学习上，生活上，精神上给我鼓励，自从知道我出事以后，我的短信和电话就应接不暇，他们都在鼓励我，告诉我要我坚强，要勇敢，告诉我我不是一个人，我还有他们。

再生的感激情

护理系 13级护七班 朱琳琳

当

我回到校园时，他们主动拿起课本给我补落下的功课，故意在我面前讲笑话逗我开心，看到我不吃饭，他们就买好饭哄着我吃下。在那个时候，他们把我当成

了一个小孩子，处处呵护着我，不让我受到一点点刺激，那种小心不是每个人都可以做到的。做为学生生活费都是有限的，但他们都自愿地从自己的生活费中省出一部分钱来帮助我，老师们也偷偷塞给我钱。他们从物质和生活上给我帮助，却从不需要我回报！她们的愿望只有一个，就是希望我能更好地生活！只要我好好学习和乐观生活就好！他们对我的付出，千言万语都说不完，而他们带给我的感动更是无法用语言来表达。一直以来，我都是在他们的帮助下乐观生活，努力学习，也在他们的感动下认真地做好班委的工作，尽可能地回报他们，每每完成一件工作，自己都感到很满足，为能够以这种方式来回报他们而高兴。

回忆往事，不禁再一次热泪盈眶，也让我的心里再次充满了感激之情。亲爱的伙伴们，你们放心吧！我现在很好，我还在继续为同学们服务着，做着同样的职务，尽着同样的职责，尽管对象不是你们，但我永远不会忘记你们的。在大学我拥有和你们一样善良友好的同学和师长，他们同样很关心我，照顾我，我也会更加努力地生活，用自己的真心去回报他人。我会一直一直好好地学习，乐观地生活。

你们的恩情我一辈子都会记得！我相信，善良的人终究会有好报！我相信你们会更加幸福！你们的善良会为您的人生增光添彩！为了我请照顾好自己！想念你们！也再一次感谢你们！

11月，不一样的日子，就这样望着窗外一片白雪皑皑的大地，高高低低白云朵朵，远方充满的是晶莹剔透的美丽，最温暖的是那一缕阳光，那一缕阳光融化了冰霜，融化了一切！

在这感恩的季节里，穿梭在都市繁华的街道，各个商家为了感恩用折扣商品来回馈顾客，在校园里也因感恩展开了一系列活动。为了让同学们明白感恩是一种品德，更是一种责任；让同学们不忘父母、老师、朋友以及身边无私奉献的人；让同学们知恩、感恩，拥有一颗感恩的心，在个人生活中做到明礼诚信、团结友善、勤俭节约。做为班委的我准备召开一次“传播爱，懂得感恩，学会勤俭节约”的班会。

在筹备班会的过程中，我开始给自己加上了一杆爱的天平，用这杆天平来衡量曾经为我无私奉献的人。但我发现这杆爱的天平，我的这端却显得太轻太轻。我要加重砝码，用实际行动不让她过于倾斜。

在校园电子阅览室里，我思考着“为什么要去感恩，要去感恩谁，怎么去感恩？”慢慢地脑海里浮现了一幅幅我与父母之间的画面，无数个场景在像胶片一样飞过。浏览着网上一个个“爱”的故事，看着一幅幅父母沧桑的面孔，我流泪了。此时此刻，无尽的话语想对父母说，却又一个字也说不出，做着PPT的我明白，无论有多少个页面也无法承载这无私的爱。

父母把我们带到这个世界，沐浴着师恩我们逐渐成长。有人说：“十年树木，百年树人。”我们知道：每一个人的成长都离不开老师用心血浇灌，用生命乳养。从幼儿时代，启蒙老师就给我们上了一堂最深刻的课，让我们懂得孝敬父母，尊重师长。小学时代的我们，在老师的指引下为我们的梦想插上了隐形的翅膀。步入中学的大门，为了让我们离自己的梦想更近一些，老师的字典里没有“累”这个字眼，他们陪我们一起奋斗，一起拼搏。大学里老师给我的感

受依然如故，他们教会我们生存的本领，让我们在社会上站稳脚步！老师永远都是那样伟大与神圣，是他们陪我一起成长，我们没有理由不去由衷地道一声：“老师，您辛苦了！”我们不能不加重砝码，感谢我们的恩师。

要感恩的还有朋友，一句“朋友是天，朋友是地，有了朋友顶天立地，朋友是风，朋友是雨，有了朋友呼风唤雨”是对朋友最好的总结。朋友，是我们人生中不可缺少的风景，我们同样要怀着一颗感恩的心去感谢身边的朋友。

生活中这样无私而伟大的人还有很多需要我们去感恩。“面朝黄土背朝天”的农民伯伯，为了人类的温饱，他们辛勤地耕耘着，虽然收获了丰收的喜悦，但他们的生活却永远保持着“勤俭节约”的习惯。“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”在烟台大学的保洁员吴明华身上，是那么真实而又实在的体现。他与另外六名保洁员一起吃学生的剩饭，已经坚持了5个多月，只是因为不想看到那么多的粮食被浪费，这个让人感动的故事，值得我们每一位大学生反思。让“米粒虽小君莫扔，勤俭节约留美名”成为我们的警醒吧！

通过筹备这样一个班会，让我明白“感恩是一种文明，是一种素质，是一种品质”。“感恩于心，回报于行”，让我们怀着一颗感恩的心，感谢父母，老师，朋友，和那些为我们无私付出的人，用实际行动来回报他们。让我们从小事做起，去感动身边每一个爱你的人和你爱的人，携手共创美好的明天。

南京！南京！

临床医学部 13级眼光班 焦茹霞

南京，这座饱经摧残的城市，早已回归了它的平静，清晨，太阳徐徐升起时，窗前一缕缕阳光射入，这城市显得静谧而和谐；夜晚，路灯盏盏亮起时，满眼是灯光闪烁的景象，这城市显得美好而安详。

南京，这座古韵犹存的城市，早已和其他大都市相差无几，你看不出曾经的浓烟密布，你看不出曾经的奇耻大辱。但是，人们不会因为看不见而忘记了历史，因为历史曾真切地发生过：三十万华夏儿女曾经惨命于这片土地，几十万卷藏书曾被掠夺于这片土地。1937年12月13日，在这个沉痛的日子里，日军攻陷了南京城，在松井石根的指挥下，开始了长达6周的烧杀淫掠，6周的尸横遍野，6周的血流成河……

时光荏苒，离这段历史已经过去76年了，旧时经历过南京大屠杀的人也大都离世，南京城也日渐恢复如往昔，这座华东古城仿佛在经历过这场“暴风雨”侵袭后发展得更加迅速，对过去的点滴铭记在心却只字不提，面对外界对南京大屠杀真实性的辩论，也从不参与，但是这并不阻碍事实的澄清，美国牧师约翰·马克拍摄的长达105分钟的影像告诉世界南京大屠杀真实存在过。南京，让一个孩子，一夜之间长大了，变得成熟，稳重，但他的坚强却让人心疼，让

世人不

敢小觑。彼时，中国贫瘠，内忧外患，国家内忧外患中无力保护南京；此时，中国强盛，国泰民安，南京不遗余力助中国发展。南京城现今已成为华东地区第二大城市，“贫弱没有尊严，落后就要挨打”时刻鞭答着南京的民众，他们隐忍着伤痛，只为足够强大。

76年后的今天，各国代表前来对30万遇难者进行吊唁，其中不乏有良知的日本人，在人性面前，国界显得那么轻微。事实终会被人们一点点的认清，真相终会一点点摊开在世界面前，南京城定会在国际法庭中陈冤昭雪。



地震小常识

一、地震避 护和

（一）保持
清醒的头脑

据了解，发
生同等破坏性地
震时，中国的人
员伤亡约是日本
的10倍，其中一
个重要原因是民
众对地震反应过
度恐慌，导致不
必要的伤害。

地 震 发 生
时，至关重要
的是要有清醒
的头脑，镇静
的态度。只有
镇静，才能冷
静判断地震的
大小和远近。
近震常以上下
颠簸开始，之
后才左右摇摆
。远震却少上
下颠簸感觉，
而以左右摇摆
为主，而且声
脆，震动小。
一般小震和远
震不必外逃。

（二）就近
躲避，伏而待
定

破 坏 性 地
震突然发生时
，只有几秒到
十几秒时间，
采取就近躲避
，震后迅速撤
离的方法是应
急避险的好办
法。

在1556年陕
西华县8 级大
地震的记载中
也总结到：“
卒然闻变，不
可疾出，伏而
待定，纵有覆
巢，可冀完卵
。”意思是说
，突然发生地
震时，不要急
着向外逃，而
要躲避一时等
待地震过去，
还是有希望存
活的。这“伏
而待定”，高
度概括了紧急
避震的一条重
要原则。

就近躲在结
实物体旁边

及时躲到两
个承重墙之间
跨度最小的房
间里如厕所、
厨房等。也可
躲避在桌、柜
等家具下面以
及房间内侧的
墙角，应选择
室内结实、能
掩护身体、且
易于形成三角
空间的物体旁
。当有物体砸
下来的时候，
低姿势躲在结
实的物体旁，
物体可以先受
倒塌物品的力
道，让一旁的人
取得生存空间
减少对人的直
接伤害。

（下转2, 3版中缝）

地震小常识

（上接1, 4版中缝）

蹲 下 或 坐
下，尽量蜷曲
身体。身体应
采取的姿势：
伏而待定，降
低身体重心。
抓住桌腿等牢
固的物体。

保护头颈、
眼睛，掩住口
鼻。用被褥、
枕头、脸盆等
物护住头部。

为什么地震
瞬间不宜夺路
而逃呢？

大地震时，
人们在房中被
摇晃甚至抛甩
，站立和跑动
都十分困难。

地 震 时 人
们进入或离开
建筑物时，被
砸死砸伤的可
能性最大。

现 在 城 市
居民多住高层
楼房，根本来
不及跑到楼外
，反倒会因楼
道中的拥挤践
踏造成伤亡。

除在低层人
员外，不要跳
窗跳楼。 伏
而待定，伺机
而逃才是上上
策！！

二、学校紧 急避震

一切行动听
从老师的指挥
，同学之间要
互相照顾，大
同学要照顾年
小体弱的同学
；要关心、照
顾残疾同学。

正在上课时
避震：

无论教室是
楼房还是平房
，同学们都要
在老师的指挥
下，迅速躲在
各自的课桌下
；

千万不要慌
乱拥挤外逃，
待强波过后，
在老师带领下
有组织地有序
疏散；

在操场或室
外避震：

若在开阔地
方，可原地不
动，蹲下，注
意保护头部；

注意避开高
大建筑物或危
险物；

震时千万不
要回到教室去
；

不要乱跑、
乱挤，待地震
过去后，再按
老师指挥行动
。