

励志青春

青春如歌,似水而过,让人忘不了的是那激昂的旋律。

青春,流露着浓浓的诗情画意;青春,散发出淡淡的清香幽情;青春里拥有难以忘怀的篇目,也有不堪回首的拾忆……

每个人都经历过青春,相信在你的青春中也有那么一段美丽的回忆,或是你正在享受着青春的绚烂多彩。但是,你是否可以毫不犹豫地:我没有虚度青春!我想,这并不是件简单的事。如今,我们的青春就在眼前,该如何度过?随波逐流,得过且过,还是争分夺秒,开拓奋进?大多数的人,都会选择后者,诚然,人生能有多少这样的日子?

青春给予我们激情,我们就要热情的拥抱生活;青春给予我们思考,我们就要理智的做人处事;青春给予我们力量,我们就要执着的拼搏进取;青春给予我们勇气,我们就要无畏的迎接挑战。只要拥有青春,我们就要珍惜提醒自己,是花儿就要绽放,是树木就要撑出绿荫,是阳光就要温暖整个冬日。也许有人会这样

想,花有重开日,人无再少年,难得此生有这好机会,何不无牵无挂地快乐一阵子,来个“今朝有酒今朝醉”呢?但你可曾想过:一失足成千古恨,再回头已百年身。奥斯特洛夫斯基在《钢铁是怎样炼成的》中有这样一段话“生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品,这就是青春,充满着力量,充满着期待,志愿,充满求知和斗争的志向,充满着希望和信心的青春。”“每个人都应该珍惜短暂的青春。因为,青春逝去就不再回来。等你蓦然回首,青春已不再灯火阑珊处。

青春是时代的风向标,常常引领一代又一代人向着旖旎的风光竞风流。青春是邦国兴盛的代名词,青春是光耀门庭的先锋队,青春是自我升值的黄金时期。我们行走在青春的路上,绿草盈盈,有青春相伴,黄沙滚滚,同成熟相连。即使受了伤,也不让泪水遮盖住脸颊,将泪揩干,我们重绽三月的笑颜。即使迷路,也不把忧伤刻在额前,太阳总会升起,我们要享受着青春的光芒努力前行。

青春是日之黎明,月之光芒,懂得珍惜,不轻言放弃,让你的青春绽放出芬芳美丽的花儿!

医学系 11 级影像班 张晶

我是一名光荣的志愿者

通过生命教育课的引领,我来到了生命“会心”志愿者们这个团队中,带着一份好奇,一份欣喜,还有学长学姐们对我们的帮助和照顾,我正式成为了生命“会心”中的一员,开始了我的生命会心之旅。

如“会心”中,通过做志愿者活动,如一起体验的生命教育课,参与学校的迎新工作等等,在一次次的工作中,我渐渐地感受到了团结那种无穷的力量,每一次的活动,每一个都用行动将“聚是一团火,散做满天星”的精神内涵诠释得淋漓尽致。

在“会心”中,通过下社区帮助孤寡老人,从生活细节上帮助他们,理解他们的烦恼和孤独,不仅感受到了生命的脆弱,同时还不自是的升起一

份医学生的职责,从医之路很漫长,也很艰难,我们要不断前行。

在“会心”中,我不断地跟随老师和所有的会心成员探索生命的意义,追寻最真实的生命本质。

“会心”有一种精神,叫做生生不息,“会心”有一种美丽,叫将心比心;会心有一种特色,叫温暖人心;“会心”有一种骨气,叫从不屈服。“会心”的宗旨就是:你可以做我不能做的事,我可以做你不能做的事,大家在一起可以做伟大的事!

志愿者之旅已经起航,前方的路还很漫长,我以我是一名光荣的会心志愿者们而骄傲,借助医学会心这个平台,我将更加自信,更加坚定地走下去,完成伟大志愿者使命。

护理系 11 级护理 1 班 宋玲玲

最想对你说

在每个学子心目中大学就像是一座“象牙塔”。曾经的我对大学有过幻想与憧憬,想象着我将要进入的大学是怎样的,想象着大学中会发生的事。那时的大学,早已成为我心中的一片圣地。

大学,一个梦开始的地方。为了不使这个梦在毕业时落空,那么我们就需要用一种以终为始的心态去规划与度过大学生活。大一是大学的开端,是影响大学其他两年的重要一年,所以进入大学的第一步要走好,这样才可以为其他的两年打下基础,要时刻坚信只要做到了步步为营,就能步步为赢。一切只因“为梦想扬帆起航”!

或许在生活中你会发现,在大学里,你更自由了,更有主宰权了,完全掌控着自己的生活!也因为如此,你会更容易迷茫,容易失去方向,有时候

都不知道自己到底追求的是什么?因此我们要树立一个明确的目标,认清人生道路的航标。

大学生活是漫漫人生路的一个阶段,也是人生之歌的一个乐章。这段路即使是短暂的,也是漫长的,这个乐章既可能是优美动听的,也可能是遗憾苦涩的。虽然,你的大学生活才刚刚开始,但我相信只要你把握好前进的方向,它一定会是充满快乐的。在大学校园中融入了天南地北与社会方圆,其中有来自五湖四海的同学,有形形色色、丰富多彩的活动,有独特的校园文化,有和蔼亲切,温尔文雅的师长;大学校园融入了中学时代的纯真,更包罗了世间百态、人间万象。无论是社会上常见的琐



事俗事,还是学校独有的趣闻逸事,都会时常呈现在你面前。关键就要看你怎样去感悟与理解。

最想对你说,在大学里,我们需要找到一个属于自己的舞台。最想对你说,在这里你既是导演又是主角,只要你敢于尝试,那么所有的聚光灯都会向你打来。最想对你说,你只要努力去演好自己的角色,无论发生什么,相信自己,你是最棒的。

药学系 11 级药一班 王博飞

大学一段新的征程



己,让自己坚强,让自己更快地适应大学生活。

时间永远走的那么快,军训结束了,我们也开始了大学里的课程。上了几次课,渐渐地发现,大学与高中真的不一样,它不再是那种单一的学习方式、固定的学习区域,这里

文化下午茶

李雁萍

以春爰阳占天文,以弱胜强顽石存,追野一步海天阔,故雨圣人扬七善。

- (一)居善地 志向专业存高远,兴趣爱好聚积淀,万众之人所庆焉,乃大高楼楼早肇。
- (二)心善渊 心境祥和志在岸,深思熟虑无险滩,戒骄戒躁修心性,海纳宽广纳百川。
- (三)与善仁 社交交往善尊师,心仁厚待有人范,忠义诚信常挂怀,世故练达三冬暖。
- (四)言善信 诚实守信遵规范,品质高尚靠今天,一言既出重九鼎,驷马难追无贰言。
- (五)睦善邻 公别生明人心盼,康利生成有明断,万物各得其所欲,阴阳器器皆资源。
- (六)事善能 知己如彼求果熟,与众不同寻特点,大器晚成我独白,始之以恒乃关键。
- (七)动善果 当仁不让雷果熟,其乐融融融风险,顺势而为抓机遇,与时俱进学老纳。

经历六月的奋战,度过七月的选择,来到九月梦想的大学。带着激动,带着欣喜,我来到了长春医学高等专科学校,开始了自己一段新的征程。

站在自己梦想中的学校面前,我在心中暗暗地说,你将是人生又一个港湾,此后我就与你结缘了!漫步在校园里,感受着眼前这一幕幕全新的景象,感觉一切都是那样的新奇,那样的美丽,眼前的校园就是一个世外桃源。

来到学校的第二天,我们开始了为期十五天的军训生活,军训是大学的必修课,也是我们进入大学的第一课。通过军训,我们有更多的时间去了解学校,有更多的机会去磨练自

己,让自己坚强,让自己更快地适应大学生活。

时间永远走的那么快,军训结束了,我们也开始了大学里的课程。上了几次课,渐渐地发现,大学与高中真的不一样,它不再是那种单一的学习方式、固定的学习区域,这里

的学习更多的需要我们去独立去钻研,去思考,在大学里,老师只是画龙点睛,起到一个引领的作用,我们必须要学会学习。

昨日的我们还在憧憬着大学的轮廓,今日的我们已在这里开始了新的生活,所有的想象都变成现实,我们用亲历来满足自己的好奇。从前,大学是一种朦胧的美,现在,大学是一种真实的美,一种成长的美。大学是一个新的起点,在这里我们开始了新的征程,在这一段征程中,我们将不断地完善自己,提升自己,让自己成长、成熟、成功,步入大学,我们将一步一步脚踏实地地走下去。

医学系 12 级临床 1 班 邓文庆

工作的时候你可以看一看,它能使你更顺利的完成领导布置的各项任务。把这些学的、听的、看的及时记录在你的脑子里,对于你将是一个完美的补充。

问一遍的问题不要问第二遍、做

一步一步的去完成,一次完美的作品会提升你在领导心中的形象,只有领导认可你的能力,你才有机会去做你想要的事;做事要坚持,有耐心还不够,还要有坚持做下去的决心,无论遇到什么困难,不放弃;做事要细心,做任何事不光要有速度,还要够细致、够完美,这样才能使你在领导和同事的心里加分。

这个社会教给我们太多在课本上学不到的知识,它会改变我们的心态、改变我们的处事方式,让我们越来越成熟,让我们在成长的过程中长大、在长大的过程中明白自己肩负的责任。相信,我们会努力,并且正在努力,希望所有处在同一阶段的朋友,可以克服一切困难,坚持下去,享受这一过程带给我们成长的快乐、带给我们实践的意义。

加油,我的同学们!

药学系 10 级中药制药技术班 柏梦雪

实习感言

热的那段时间一起在大库里挑胶囊。每天都有几千件货物经过我们的手,无数的灰尘吸附在我们的身上,无数的汗水流过我们的脸颊,无从不说苦。热了,就用双手就着灰尘擦一擦;累了,就在箱子边坐下歇一歇。在忙碌中我慢慢明白了什么叫坚持,它让我这养在温室里的花朵经历了风雨之后变得坚强,使我对以后的工作充满信心。

三个月的实习生涯,每一份工作

我都得到不一样的体会。

每个人接触到一份全新的工作时,总会感觉无所适从,这是正常的现象。你要做的,就是去学习,主动的学习,不断的学习,遇到不明白的先自己琢磨,有的时候你甚至会发现其实它很简单。学习要讲究技巧,勤听、勤看、勤记,同事之间讨论工作的时候你可以听一听,它能帮助你了解这项工作、了解这个单位;同事

热的那段时间一起在大库里挑胶囊。每天都有几千件货物经过我们的手,无数的灰尘吸附在我们的身上,无数的汗水流过我们的脸颊,无从不说苦。热了,就用双手就着灰尘擦一擦;累了,就在箱子边坐下歇一歇。在忙碌中我慢慢明白了什么叫坚持,它让我这养在温室里的花朵经历了风雨之后变得坚强,使我对以后的工作充满信心。

三个月的实习生涯,每一份工作

我都得到不一样的体会。

每个人接触到一份全新的工作时,总会感觉无所适从,这是正常的现象。你要做的,就是去学习,主动的学习,不断的学习,遇到不明白的先自己琢磨,有的时候你甚至会发现其实它很简单。学习要讲究技巧,勤听、勤看、勤记,同事之间讨论工作的时候你可以听一听,它能帮助你了解这项工作、了解这个单位;同事

本版摄影 孙炬

守护牙齿健康

1989年,由卫生部、教委等部委联合签署,确定每年的9月20日为全国爱牙日。宗旨是通过爱牙日活动,广泛动员社会的力量,在群众中进行牙病防治知识的普及教育,增强口腔健康观念和自我口腔保健的意识,建立口腔保健行为,从而提高全民族的口腔健康水平。建立爱牙日是加强口腔预防工作,落实预防为主方针的重要举措。

2012年爱牙日主题:健康口腔,幸福家庭;爱自己,保护牙爱。

刷牙的最好方法是什么?

健康人的口腔内部常能检查到大量细菌和污物,常见的污物有软垢、牙结石、食物残渣和菌斑等。如果平时不注意口腔卫生,有害细菌就会在污物上繁殖,进而破坏牙齿软、硬组织,从而造成龋齿或牙龈炎症。而刷牙是保持口腔卫生最有效的方法。

刷牙不仅可以清除牙齿表面和牙缝里的牙垢及食物残渣,减少口腔内细菌和污物的数量,防止牙齿和牙垢的沉积,还可以通过刷牙的机械刺激对牙齿及牙周组织起按摩作用。目前推荐的刷牙方法是水平颤动法。其要点如下:

将牙刷头横放在牙颈部,毛束与牙面成45°,毛束向着根尖方向轻轻加压,使牙刷前端部分进入牙龈,牙刷刷毛移动1mm左右,按照一定顺序,依次清洁每一个牙面,确保没有遗漏。刷牙时牙刷侧面向上,可以将刷头竖起,以刷头的前部接触近牙龈的牙面,做上下颤动。

使用水平颤动法刷牙时,力量要适当,过大容易损伤牙龈,过小则不能有效清洁牙面。另外,颤动幅度要小,如幅度过大,将造成错误的横擦动作,容易在牙齿颈部形成缺损。刷牙时间的选择也很重要,特别要强调晚上临睡前刷牙。因晚上入睡后,口腔内各组器器官处于相对静止状态,唾液的分泌量大大减少,这时口内的自洁作用较差,滞留的污物给细菌的繁殖提供了条件。因此,要养成早晚刷牙、饭后漱口的良好习惯。

(下转 2、3 版中缝)



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 责任编辑:杨敬然
连续性内部资料准印证:JN01-041 2012年9月24日 第10期 (总第102期)

新学期新憧憬 新征程新希望

本报讯(记者 胡皓月)金秋九月,又一个收获的季节,随着新学期的到来,又一批学子走入了长春医学这个大家庭中。在学校的精心准备和有序安排下,9月19日下午1点20分,“长春医学高等专科学校2012—2013学年开学典礼”在秋季渲染的茶萃广场隆重举行。学校全体师生以及特邀嘉宾吉林康乃尔药业有限公司董事长宋治国出席典礼,校长办公室主任张立主持典礼。由四名学生代表、全校师生合

唱《心中圣地,长春医专》拉开了典礼的序幕。副校长刘伟公布了《关于对2012年校级优秀教师、教坛新秀和优秀教学团队表彰的决定》,授予药学系纪耀华为2012年校级教学名师;医学系陈金锐、药学系梁芳慧、外语培训中心刘阳、基础医学部王丹丹为2012年校级教坛新秀;分析化学课程组教学团队、临床实训中心教学团队为2012年校级优秀教学团队。副校长杨永太公布了《关于先进集体、优秀个人、五四青年、优秀学生干部、十佳大学生及文明班级的表彰决定》以及《关于开除学籍及留校察看处分的通报》。张湘富校长为获奖的教师及学生颁发了荣誉证书,并合影留念。

优秀个人、五四青年、优秀学生干部、十佳大学生及文明班级的表彰决定》以及《关于开除学籍及留校察看处分的通报》。张湘富校长为获奖的教师及学生颁发了荣誉证书,并合影留念。



第六届全国临床医学专科教育研讨会在我校成功举办

本报讯(通讯员 李红)8月29—30日,第六届全国临床医学专科教育研讨会在我校召开。来自全国27所院校的60余位专家齐聚我校,热议临床医学专科教育。教育部高职高专医学类专业教育指导委员会主任委员文历阳教授、全国医学高职高专教育研究会理事长涂明华教授、全国高等医学教育研究所副所长郭永松教授到会并作了专题讲座。吉林省卫生厅医政处处长周振元、省教育厅高教处副处长冯晓莹,我校党委书记杜金华、校长张湘富、副校长刘伟等出席宴会。

杜金华书记代表学校致欢迎词,她表示,第六届全国临床医学专科教育研讨会在我校举办是大会的信任,是各兄弟院校对我们的关心,我们一定不负众望,为大家做好服务工作。涂明华理事长致开幕词,阐述了本次研讨会的重要性和意义。

本次会议由全国医学高职高专教育研究会临床医学教育分会主办,由我校和浙江医学高等专科学校共同承办,医学系承担了具体会务工作。在刘

伟副校长的多次指导下,医学系14人的会务工作小组多次召开会议的具体日程,改进接待方案,接待工作体现出我校的热情和周到服务。

本次研讨会特邀三位医学教育专家分别围绕不同主题做精彩报告。文历阳教授从政策面解读了新一轮医学教育改革的背景、任务及相应政策。文教授在报告中指出,在《国家中长期教育改革和发展规划纲要》颁布实施、医药卫生体制改革深入推进以及医学整合趋势日益加剧的大背景下,新一轮的医学教育改革已经到来。此次改革将重点着力于医学教育与医药卫生事业发展的紧密结合、试点与整体统筹推进、体制机制和培养模式改革的重点突破、职业素质和临床实践能力的显著提升等四个方面,主要任务是优化临床医学人才培养结构,构建“5+3”为主体的临床医学人才培养专业,实施“卓越医生教育培养计划”,推进临床实践能力建设,改革管理体制,加强质量评价体系建设。面对紧迫的改革形势和任务,文教授提出,医学教育要转变思想,更新观念,牢固树立医学学生中心地位,夯实人文基础,促进自主学习,培养创新潜质,强化实践能力,努力培养全面发展的复合型的医学人才;涂明华教授着重谈了“对农村医学教育的认识和实践。涂教授在报告中指出,临床医学专科教育要面向基层农村侧重培养具有较强实践能力的全科医生。涂教授重点培养农村医学人才的临床思维能力和操作技能、社区管理和协调能力,并介绍分享了九江学院医学院的做法和经验。针对医学生学不下去、留不住的问题,涂教授提出了定向培养、订单培养及在职培训相结合的解决方式。最后,涂教授提出了“推广县、乡、村医疗服务一体化改革和管理”的政策探讨;郭永松教授与大家分享了对第三代医学教育改革的38篇优秀论文进行了评奖,我校教师刘洋、李玉波、王安丽撰写的论文分别获得一、二等奖和优秀奖。

会议期间,与会代表参观了我校



张湘富校长在开学典礼上的讲话

今天,我们在金秋的医专校园举行2012—2013 新学年开学典礼。首先,请允许我代表学校全体师生诚挚地欢迎新生!向受到表彰的集体和个人表示衷心的祝贺!向为学校发展付出辛勤劳动的师生员工们致以崇高的敬意!

长春医专有着76年的办学历史,学校开设成人本、专科办学层次,在校学生5914人。

作为校长,十几年来,我目睹了一批批学子满怀对医学事业的憧憬走进医专校园,又学有所成地走向社会,践行他们医乃仁术的职责。

今天,1981名佼佼者的到来,再次为长春医专增添了新的活力。我和大家一样,心里充满了激动。这种激动,来源于富有理想、充满激情、承载未来的你们的到来;又来源于师长们能够“择良才而育”的荣光!

长春医专是一个追求卓越的精神家园,这里所特有的校园文化,将引领你们从稚嫩走向成熟,从幻想走向理想。希望你们能提前做好准备,迎接大学生活的崭起点。

面对即将开始的一段崭新生活,我想和同学们分享一下对于你们的大学和人生的意义。

坚守责任,敢于担当。要想成为一名合格的卫生工作者,就必须坚守责任心。希望你们从现在开始就会责任担当,

既关心自己,更关心他人;理想自我,更关注社会。制订好自己的理想追求与奋斗目标,在承担与完成责任的过程中磨砺完善自我,在服务与奉献社会的实践中书写人生。

追求真知,自主奋进。大学不是简单地灌输知识,而应去点燃心智的火焰。希望每位同学能够充分利用在医学学习的时间,走近老师,走进图书馆,走进临床。

全面发展,虚心从善。为学者必先为人。长春医专推行全人教育,就是使大家能够成人、成才。时代亟须的人才,不仅在掌握精确的专业知识、技能,更要有深厚的人文素养、完善的人格境界。希望同学们在今后三年的学习生活,既学会学习、学会做事,又要学会明理、学会做人,懂得管理和约束自己。做到“大其心,容天下之物;虚其心,受天下之善”。

全面同学们,还有6天,学校将迎来教育部新一轮的评估工作,希望全体师生能够再一次发扬卓越进取、敢于拼搏的医学精神,以饱满的热情和昂扬的斗志投身迎评最紧张的时刻,为我们共同的期待而努力。

最后,再一次对新同学的到来表示欢迎,祝愿各位同学们学业有成、再创辉煌!祝愿各位老师工作顺利、阖家幸福!

校务自治“有我一言”

校务委员会召开第二次会议

本报讯(记者 杨敬然)9月7日,我校校务委员会第二次会议在善教楼二楼会议室召开,校办主任张立主持会议。会议包括四项议题,讨论各委员会誓词、在学校发展中的意义、作用及其文化影响力,同时对设立的必要性和科学性进行了论证;会议的第三项议题是审核学校的规章制度,法制办马继红老师对学校规章制度的修订情况加以说明并主持审定。最后,会议对校务委员会“聚力劳动、齐礼立诚、治端行廉、处心智”的作用。会上,还有部分中层干部和科级干部发言列席会议。

为了进一步推进现代大学制度建设,采购工作委员会、教务工作委员会、校务委员会、人事工作委员会、学术委员会分别撰写了誓词,以期各委员会委员不断提醒自己,要公平、公正,无私地开展工作,绝不辜负全校教职员工的重托。为审定誓词内容能否达到设立的初衷,校务委员会各

价值、以胜任力为导向的课程体系改革、改革学习模式,推进转化学习。郭教授提出,在新形势下,医学教育要研究如何构建医学教育连续统一体,如何制定医学教育标准,如何构建以胜任力为导向的临床医学专业课程体系,如何加强学生自主学习等方面的重点内容。

浙江医专蒋建平副教授、我校医学系主任刘洋和漯河医专崔明辰副校长在交流发言中分别介绍了本校开展的“卓越医生教育培养计划”的方案,引起了积极的反响。会议还对征集到的38篇优秀论文进行了评奖,我校教师刘洋、李玉波、王安丽撰写的论文分别获得一、二等奖和优秀奖。

会议期间,与会代表参观了我校

的社区卫生服务中心和模拟医院,对我校社区医院的院系合作模式给予了高度评价,对于模拟医院的仿真模拟教学条件和教学管理给予了充分的认可。

8月30日,研讨会圆满落幕,张湘富校长致闭幕词。他指出,此次研讨会是在新一轮医学教育改革中,临床医学专科教育面临如何加快改革与发展的新形势下召开的一次重要会议,可谓适逢其时,通过专家的专题报告和与会人员的交流探讨,大家进一步分享了信息,开阔了眼界,沟通了思想,达成了共识,增进了友谊,为推进全国临床医学专科教育的改革与发展作出了积极的贡献。

本版摄影 孙炬

