

发展体育经济 服务全民健身

备战十七运，我们全力以赴

记者 宋伟 刘晶



7月17日，我市首批体育健儿启程出征陕西省第十七届运动会。

当天清晨7时30分，延安市体育运动学校109名运动员和教练员及领队，早早起来整装出发，从延安万花路启程去榆林市参加陕西省第十七届运动会，该校首批队员将参加拳击、跆拳道、举重3个项目的比赛。同时出发的还有体操、羽毛球、击剑及风翼轮滑等队员。本次出征的人员有160多人，他们将参加第一阶段的比赛。

陕西省第十七届运动会于2022年8月6日在榆林市开幕，8月11日闭幕。那么，我市赛前备战训练工作如何呢？为此，我们采访了延安市体育局竞赛训练科科长杨永胜。

我市运动员踊跃注册角逐25个项目的奖牌

杨永胜说，我市今年共参加25个项目，1290名运动员完成了注册参赛资格审查，注册工作从3月15日启动，6月15日截止。

分四个阶段，第一阶段（3月15日至4月20日）为自行采集注册运动员基本信息

和确认注册阶段；第二阶段（5月20日前）通过网络注册管理系统向省直各运动项目管理中心提交审核，并报送运动员书面材料；第三阶段（5月31日前）省直各运动项目管理中心对注册运动员信息材料审核与整理；第四阶段（6月15日前）省体育局对注册注册运动员资格审查及网上公示。

为了将运动员注册工作落实落地，我市于今年3月8日印发了《延安市体育局关于做好参加陕西省第十七届运动会青少年各项比赛相关工作的通知》，详细安排了运动员注册工作，按照时间节点完成工作任务。

精准对标，赛前备战训练紧锣密鼓

为积极备战，切实做好我市参加省运会青少年比赛各项工作，根据实际，我市体育局提出“不打人海战术、实施金牌战略”的参赛方针，按照《陕西省第十七届运动会（青少年组）竞赛规程总则（草案）》，结合省运会重点项目奖牌榜、贡献奖排名必须参加项目全项参加的要求，设置训练项目，力争做到重点项目加强布局，常规项目提升能力。

5月9日，延安市召开备战陕西省第十七届运动会赛前动员大会，对备战工作进行了再动员、再部署和再推动。时任市委常委、副市长高昕出席并讲话，市体育局党组书记、局长马彦平做了动员，强化省十七运会赛前备战和参赛各项工作的组织领导，统筹协调各项工作，保障各参赛项目顺利参赛，迅速掀起备战工作热潮。各训练单位递交了安全管理、赛风赛纪、反兴奋剂工作责任书，训练单位代表、教练员代表和运动员代表分别表态发言。

市体育局成立了陕西省第十七届运动会延安市代表团备战参赛工作领导小组，由局党组书记、局长马彦平担任组长，党组成员、副局长申长良、魏勇担任副组长，市体育局竞赛训练科科长杨永胜为联络员，正式启动我市备战训练工作。各训练单位迅速投入到备战训练中，分管领导多次到训练一线指导工作，解决问题。为全面做好我市参加陕西省第十七届运动会宣传工作，营造“奋力备战、勇创佳绩、只争朝夕、奋发进取”的浓厚氛围，马彦平局长还先后深入志丹校园足球场、志丹县保安中学足球场、安塞

区体育场、安塞区高级中学、延安保小、安塞区青少年体育学校和延安市体育运动学校等单位查看训练场地，检查指导训练工作，现场解决各类实际问题，使各参赛单位无后顾之忧，全身心地投入到备战之中。

赛前报名，瞄准优势项目勇猛出征

杨永胜说，省十七运会报名按照全国比赛报名程序，又结合我省青少年运动员竞赛管理实际，形成比较完整的报名系统，采用运动员参赛网络报名与证件网络申报两个程序，附加纸质报名，完成了593名运动员和150名教练员及工作人员的网络报名和信息上传工作。

比赛共分4个阶段进行，第一阶段7月17日至23日，举行青少年组轮滑、体操、击剑、举重、跆拳道、羽毛球、拳击、群众组足球比赛。第二阶段7月24日至29日，举行青少年组排球、国际式摔跤、空手道、艺术体操、乒乓球、越野滑雪（轮滑）、女子足球、群众组女子篮球比赛。第三阶段7月30日至8月4日，举行青少年组射箭、跳水、皮划艇、中国式摔跤、武术散打比赛。第四阶段举行青年组男子足球、射击、柔道、武术套路、游泳、赛艇、田径、群众组男子篮球、田径、游泳、羽毛球比赛。

7月17日，我市首批参赛队员已经启程出征，前往榆林参赛。各参赛队员信心十足，在赛前认真仔细研究竞赛规程，有针对性地进行了强化模拟实战，将运动员调整到最佳竞技状态，发挥最佳水平。同时，紧密联系十七运会组委会以及各单项竞赛委员会，沟通有关比赛必要的事宜，充分做好赛前各项准备工作。我市还配备代表团团服和运动员比赛服装及必要的专业装备，以良好的精神风貌展示延安队员的风采。

陕西省举重摔跤柔道运动管理中心发布表彰通报

延安市体育局获“突出贡献单位”殊荣

本报讯（记者 宋伟 刘晶）近日，陕西省举重摔跤柔道运动管理中心对2022年成绩突出、表现突出的先进个人、突出贡献集体予以表彰，延安市体育局被授予“突出贡献单位”殊荣。

该表彰通报中说，2022年，省举重摔跤柔道运动管理中心紧紧围绕陕西体育“十四五”规划，遵循“三从一大”科学训练原则，在第十四届全运会上取得了5金8银5铜的优异成绩，涌现出一批先进集体和先进个人。为表彰先进，进一步激发中心教练员、运动员、干部职工的工作积极性，经中心领导班子研究，决定对2022年成绩显著、

表现突出的集体和个人进行表彰。希望受表彰的集体和个人要立足新起点，瞄准新目标，真抓实干、珍惜荣誉，不忘初心、牢记使命，戒骄戒躁、再接再厉，再创佳绩。

据了解，十四运期间，我市体育局充分发挥组织协调机制，动员各方力量，为十四运在延安成功举办作出了突出成绩。市体育局表示要按照“发展体育经济、服务全民健身”的工作思路，从娃娃抓起，在传统项目中争先进位，在新兴项目上全覆盖，让全民健身成为一种生活习惯，使体育在延安经济社会发展中发挥越来越重要的作用。



写在非洲大地的无疆大爱

——延大附院援外医疗工作50周年纪念

通讯员 崔永平 高伟

时光荏苒，岁月如歌。50年来，延大附院有一群人，他们远离家乡，甘愿忍受与亲人分离之苦；他们远涉重洋，把自己的生命置之度外。他们在遥远的国度不畏艰苦，甘于奉献，救死扶伤，大爱无疆，将自己辛勤的汗水洒在了异国的土地上，浇灌着不同国家、人民之间的友谊，被当地百姓亲切地称为“中国医生”。

50年累计派出援外队员26名

今年是延大附院援外50周年，从1972年—1978年，延大附院就先后派员参加我省第3批、第6批、第10批援助苏丹医疗队，2013年参加第31批援助苏丹医疗队，到2019年牵头组队我省第35批援助苏丹医疗队开展援非医疗援助工作，2020年又参加第36批援助苏丹医疗队，2021年牵头组队我省第9批援马拉维医疗队。

多年来，延大附院积极响应国家号召，共派出7批次26名专业技术人员执行各类援外医疗任务，服务国家外交大局，严格落实省卫健委的工作部署，全力以赴做好援外医疗工作，担负起大型公立医院的社会责任。2021年，该院被授予“援外医疗工作先进单位”荣誉称号，由该院牵头组建的第35批援助苏丹医疗队被授予“援外医疗工作先进集体”称号。

新时代的“白求恩”——延安精神传播者

50年来，延大附院的援外专家和医护人员用精湛的医术为当地百姓解除病痛，在条件艰苦、疫情严峻的环境下，做了大量扎实细致的工作，圆满完成援外医疗任务，救治了大量患者，树立了中国人、陕西人、延安人的良好形象，发扬了延安精神，为推动中国与受援国的医疗卫生合作，增进中非友谊发挥了重要的桥梁纽带作用。

延大附院康复医学科医生王国军于2019年10月至2022年4月先后两次远赴非洲。作为援助苏丹医生，他以自己的中医康复专业特长，用中药、针灸、艾灸、按摩、推拿、拔罐、蜡疗、熏蒸等中医疗法，在苏丹帮助运动功能丧失或部分丧失患者进行康复治疗，他真诚热情、精益求精的工作作风，赢得了广泛赞誉，传播了中医文化，增进了中苏人民的友谊。

2019年，关云成为中国第35批援助苏丹医疗队队员，并担任派出单位的带队队长，开始了为期一年零四个月的对外医疗援助及抗疫工作。关云是延大附院护理部副主任、主任护师、陕西护理学会教育专业委员会委员，曾担任6省市医院中层管理干部暨首期护士长赴新加坡研修项目学习代表团团长。

援非一年多来，关云始终牢记党和祖国的重托，带着延大附院人饱满的精神，面对当地炎热的气候、动荡不安的社会秩序、新冠疫情、疟疾、霍乱等传染病肆虐和缺医少药、防护物资极度缺乏等现状，她与援苏医疗队员一起沉着应对，不负众望，克服了各种不利因素，把医务工作者的大爱从祖国播洒到世界，用生命和行动书写了南丁格尔誓言。

2021年1月16日20时，中国（陕西）第36批援助苏丹医疗队抵达苏丹首都喀土穆。延大附院共派出消化内科主任医师史盛梅、疼痛康复医学科副主任医师武小岗、心脑血管病医院神经内科副主任医师韩繁龙、心脑血管病医院康复医学科副主任医师王国军4名业务骨干执行援外医疗任务。

韩繁龙被任命为恩图曼驻地第一小组组长，配合医疗队进行日常物资采购、协调小组成员帮厨等工作安排，解决队员日常困难。在驻苏丹大使馆领导下参加外交部“春苗行动”，为在苏丹华人接种新冠病毒疫苗，累计完成近300人次，得到当地华人的赞扬。迄今为止，他已处理门诊病人150人次，克服手术条件简陋、手术设备缺乏等困难，成功主刀完成神经外科专科手术10余台，手术均达预期效果，其中2例慢性硬膜下血肿病人术后很快清醒、肢体活动明显改善，1例颈

椎病患者在轮椅上生活一年有余，术后1周就能够在小孙子的搀扶下行走，当地医务人员和病人家属交口称赞手术做得好。其中2例手术在新华网进行了报道。

让中国医疗队精神在非洲大地扎根开花结果

作为中国的“白衣外交官”，援非医护人员们弘扬“不畏艰苦、甘于奉献、救死扶伤、大爱无疆”中国医疗队精神的同时，将延安精神、白求恩精神带到了非洲人民。

在新冠肺炎疫情国外形势严峻的情况下，目前延大附院仍有6名队员在马拉维执行援外任务。队员们表示，“将始终牢记党和人民的嘱托，发扬延安精神和白求恩精神，用实际行动践行‘不畏艰苦、甘于奉献、救死扶伤、大爱无疆’的中国医疗队精神”。

援外医疗工作牵涉面广、政策性强，延大附院党委书记李小龙表示，将认真执行中省市的安排部署，继续努力、积极进取，多渠道、多层次、多领域地拓展对外医疗合作，全方位提供援外队员的后勤保障，努力适应新形势，完成新任务，作出新贡献。



医疗前沿
延安大学附属医院



接过接力棒 继续写华章

中国医科大学第29批帮扶专家团来延

本报讯（通讯员 高小娥）7月15日，中国医科大学第29批帮扶专家团一行来延，与延安市人民医院召开了业务托管座谈会，共同回顾了中国医科大学十年来对市人民医院的帮扶过程。

延安市人民医院院长满广东说，在十年的帮扶过程中，中国医科大学选派以朱悦、刘彩钢、郑锐等为代表的多名管理专家，直接指导和参与了延安市人民医院完成三级甲等医院的创建，组建了延安第二医疗集团，使医院在学科发展、人才队伍建设、技术能力提升、内涵质量、科室管理、科研教学等诸多方面获得了快速进步。尤其是在学科发展上，帮助骨科成为国家临床重点培育专科，新生儿科和骨科为省级重点专科，呼吸、神外、普外、消化、心内、妇产、耳鼻喉等16个市级重点学科，实现了延安市人民医院全面快速发展壮大。

第29批帮扶专家代表、中国医科大学附属第一医院骨科主任医师杨军在表态发言中说，延安是我从小就向往的红色革命圣地，今天终于如愿以偿，心情非常激动，也十分荣幸。来院后，我将与骨科同道共同学习、共同进步、共同发展，进一步弘扬医务人员“敬佑生命，救死扶伤，甘于奉献，大爱无疆”的崇高精神，更好地为延安人民健康服务，为延安市人民医院的发展作出积极的贡献。

此次帮扶医疗队领队、延安市人民医院副院长何振巍，对中国医科大学、延安市人民医院的关怀和认可表示衷心的感谢。他说，此次能以新时代红医学子的身份来到这里开展这项神圣而崇高的帮扶任务，每位队员都感到十分的骄傲与自豪。他表示医疗队将从3方面开展帮扶工作，毫无保留地将新理念、新思想、新技术、新方案、新管理传授给延安市人民医院，竭尽全力与同事们携起手来为延安市人民医院的建设和发展贡献力量。作为受聘的延安市人民医院副院长，将协助医院建立健全管理制度，定位学科发展方向，根据先进的管理和服务理念进一步完善现代医院管理体系，按照学校党委“学科引领、按需对接、精准帮扶”的思路，以突出精准、按需长效、以院包科的形式促进延安市人民医院在医疗技术水平、人才队伍建设、学科发展、科研能力方面的快速提高，全面提升延安市人民医院的高质量发展，圆满完成组织交付的光荣任务。



健康人
博爱心

“你们比我们做儿女的还要好”

通讯员 郝笑娜

拓奶奶今年82岁了，丈夫因病去世，膝下有6子。初见拓奶奶，她全身浮肿，头暈气短，满头银发下是疲惫不堪的双眼，常年的病魔缠身，使得她精神状态极差。延安市博爱医院神经内科科护理组组长白延昆见状，二话没说，放下手头工作，全程陪同奶奶，做好了入院前的各种相关检查。

拓奶奶除了本身的病症，并发症也非常多，医生一度下达病危通知书。看着自己的病情比身边的病友严重，吃的药也比别人多，加上天气炎热，拓奶奶开始烦躁起来，对待医生护士总是板着脸，不愿意配合。

主管护士王腾腾有一颗乐观开朗的心，她平日里就是大家的开心果，虽然怀着孕，已经快到预产期了，可还在坚持上班，而拓奶奶正是她主管的患者。面对拓奶奶，王腾腾心生一计，坐在床边给拓奶奶讲起了笑话，刚开始拓奶奶对她爱搭不理，渐渐地拓奶奶的脸上也有了笑容，开始积极配合医生护士做起了各项治疗，日复一日，奶奶的状态慢慢好了起来，腿也不肿了，气也不短了。家属看在眼里，记在心上。“你们比我们做儿女的还要好！”拓奶奶家人由衷地说。6月9日还为神经内科医护人员送来了一封感谢信。

“来到医院的每一位患者都渴望得到医生护士真挚的关心与照顾，在为患者服务的同时，我们也实现了自我价值，我们会不断提升医疗技术、护理服务，在关键时刻能真正为患者解除病痛。”神经内科护士长吕缘说。

老花镜选购五要点

人一上了年纪，很多感观会退化，比如出现老花眼。老人一旦出现老花眼，看周围的事物都会非常吃力，日常生活也会受到影响，所以当务之急就是配一副老花镜。

1. 出现眼花就可配镜，不要拖延。有很多老人出现看东西模糊的现象时，心里会抗拒戴眼镜，所以就拖着不去配。如果长期视物模糊，还可能引起头晕、眼花等现象，所以老人出现视力模糊时，一定要尽快去配老花镜。

2. 配镜前应检查。老人千万不可随意购买老花镜。老人购买眼镜前一定要做一个全面的检查，包括远视力、近视力、眼压和眼底的检查。要排除白内障、青光眼以及一些眼底疾病之后，才能验光确定度数，再根据自己的眼睛情况选取适合的眼镜。

3. 及时更换。老花眼的程度也会随着年龄的增加而加深，所以老人平时要多注意老花镜的舒适度，一旦发现不合适就得立即更换。除此之外，镜片也会有一定的寿命，如出现划痕、老化时，也会造成视物模糊等现象。

4. 需要时才戴。老花眼的特征就是视远物清晰、近物模糊，所以老人只需在看近处时戴老花镜，平时不需要当然不戴是最好的。长时间戴老花镜也会引起头晕、视物不清等症状。

5. 具有过滤紫外线功能的老花镜。老年人的眼镜相对会严格很多，一般需配备过滤紫外线功能，可以保护眼睛，以免得上老年性眼病。

眼睛是心灵的窗户，如果窗不明朗了，还怎么看世界万物。老人一定要好好保护自己的眼睛，在有限的时间多看看身边的事物。

健康大讲堂



传播健康理念
倡导健康生活