

“同福客栈”变身控烟课堂

——聊城市疾控中心控烟短视频荣获省级一等奖

健康教育

□ 鞠圣娇

“吕秀才”不再念《道德经》，变成了控烟知识宣传员；“燕捕头”不再抓小偷，而是在公共场所寻找吸烟者……在聊城市疾控中心推出的短视频《同福烟云之无烟为成长护航》中，演员们通过诙谐的演绎，让控烟知识深入人心。该短视频获得2023年山东省健康科普新媒体短视频作品大赛一等奖。

近年来，我市不断推动控烟工作走向深入，采用多种方式进行控烟主题宣传，让市民意识到烟草的危害，养成自觉抵制烟草制品的习惯。实践过程中，市疾控中心工作人员发现，很多群众对二手烟、三手烟的危害认识不够，且仍有人在公共场所吸烟。为此，聊城市疾控中心联合阳谷县疾控中心策划、制作了短视频《同福烟云之无烟为成长护航》，以情景剧的方式进行控烟宣传。

《同福烟云之无烟为成长护航》拍摄于今年5月，在古城区的一家中式餐馆取



展演现场。受访者供图

景。

视频开始，放学回来的“小贝”穿过弥漫的烟雾，拿出了学校发放的控烟宣传单，和“佟掌柜”“吕秀才”“小郭”等人讨论起烟草的危害。“佟掌柜”起初担心

自己的饭馆禁烟，会导致客源流失，但随着“烟草有害健康”的证据一一呈现，她改变了想法，开始支持禁烟。

这部情景剧的参演人员是聊城市疾控中心、阳谷县疾控中心的工作人员和

一名工作人员的孩子。他们不是专业的演员，但为了塑造好每一个角色，大家仔细揣摩角色性格，熟记台词，精准地向观众传达了控烟知识。

该视频在媒体平台播出后，受到了观众的一致点赞，转发量不断攀升；在各公交线路的电子屏幕上播放时，也获得了群众的好评。

9月下旬，喜讯传来，《同福烟云之无烟为成长护航》在全省报送的566部作品中脱颖而出，荣获山东省卫生健康委、山东省委网信办、山东广播电视台主办的2023年山东省健康科普新媒体短视频作品大赛一等奖，参演人员受邀在颁奖典礼上进行展演。

“健康教育不是自说自话。讲得再卖力，群众不听不看，相当于白做。内容和形式是健康教育服务的灵魂，应贴近群众，使群众一看就懂、一学就会、一用就灵。”《同福烟云之无烟为成长护航》编剧、市疾控中心健康教育所所长张蕾说，作为健康教育工作者，今后，他们将不断创新，从群众喜爱的角度、形式和内容着手，丰富健康教育传播载体，让更多群众受益于健康教育宣传。

患儿点赞聊城市人民医院东昌府院区儿科日间输液中心——

“这回‘住院’感觉挺好”

文/图 鞠圣娇

“一般来说，孩子生病，不住院怕好不了，住院怕睡不好。这回来这里治疗，我就没这种担心了！”10月13日，在聊城市人民医院东昌府院区（以下简称“东昌府院区”）儿科日间输液中心，市民吴菲（化名）看着正在输液的孩子，高兴地对前来巡查的医生李彩云说。

儿童生病后病情变化快，有时需要输液才能康复。但很多孩子住院期间得不到充足休息，从而延长了康复时间。鉴于此，东昌府院区开设了儿科日间输液中心，这种“白天输液、晚上回家”的治疗模式，不仅有利于儿童康复，还方便了家长护理。

吴菲的女儿乐乐（化名）今年4岁。10月12日中午，乐乐因为咳嗽、憋喘到东昌府院区就诊，被确诊为支气管炎，需要输液治疗。乐乐不愿意住院，哭着要回家睡午觉。东昌府院区门诊医师向吴菲介绍了儿科日间输液中心，并向乐乐承诺在那里可以好好睡觉。乐乐将信将疑地来到儿科日间输液中心，发现这里的医护人员态度温和。乐乐在专属于她的病房里，开心地玩起了拼图。后来，吃过午饭的乐乐睡了个美美的午觉。

在乐乐隔壁的病房，14岁的晓强（化名）同样因为肺炎需要输液治疗。晓强住在度假区，晓强的父母听说东



李彩云（左二）在病房查看患儿情况

昌府院区有儿科日间输液中心，便带他前来输液。在病房里，晓强看书、写作业，轻松愉快地度过了几个小时，他说：“在这里输液很安静，这回‘住院’感觉挺好。”

“这几天，肺炎患儿明显增多，儿科日间输液中心恰好满足了这部分孩子的治疗需求。”该院儿科主任张丽丽说，作为改善医疗服务的具体措施，儿科日间输液中心一患一病房，降低了患者之间的交叉感染风险。医院安排了高年资医师定期到病房巡视，观察

患儿病情变化，解决突发问题。该院儿科日间输液中心从上午8时一直开到晚上8时，家长可以分时段预约，能够满足大部分患儿的治疗需求。在治疗费用方面，该院儿科日间输液中心不收取单间费，减轻了患儿家属的经济负担。

“阿姨再见，我明天还来输液！”10月13日下午5时，乐乐的治疗结束了，她高兴地和病房护士长莱艳丽告别。

一坐车就晕？

专家提醒：警惕晕动症

□ 鞠圣娇

“这个‘双节’假期出去玩，我一直在晕车，这病能治吗？”10月12日，在聊城市中心医院眩晕中心主任张西亭的门诊上，市民王琳琳（化名）说起晕车经历，满面愁容。

“晕车是晕动症的一种，是可以改善的。”张西亭说，晕动症是由于各种原因引起的摇摆、颠簸等所致疾病的统称。晕动症初期常表现为头昏头晕、胃部不适、涎液增多，继之全身乏力、恶心、面色苍白，甚至发生全身器官衰竭。当患者在密闭空间或车辆急刹车、突然启动时，晕动症会表现得更加明显，下车休息可以缓解。

为什么有的人会晕车？张西亭说，人的内耳中藏着主管人体平衡的前庭器官，它会随着身体的晃动调节身体的稳定性，并向大脑传递平衡信号。当汽车启动后，前庭器官向大脑发出调整信号，但此时人的眼睛看到的仍是静止和动态交互的画面，大脑同时接收到两种信号。前庭器官敏感的人更容易出现晕车。

“实在无法忍受晕车，可以针对前庭器官进行专门的强化训练，提高前庭功能。”张西亭说，很多人在多次坐车后不再晕车，其原因就是通过坐车，对前庭功能进行了强化训练，而市中心医院也有强化训练的仪器。另外，坐车时不要看手机，也不要向两边看，减少进入大脑的信息；选择前排座位，坐在前排可以双眼注视前方，保证前庭器官和视觉器官传递给大脑同样的信号；提前服用合适的晕车药物，降低神经的兴奋性；出门前注意休息、上车后开窗通风，也对晕车有一定帮助。