

“有声有色” “有质有量” “有为有位”

这所学校的职业教育很有味道

方向东 仇睿昊

文字录入接力赛、主题宴会设计、园林景观设计与点钞技能大赛……5月7日,桐庐县职业技术学校(下称县职高)校园里一改往常的恬静可爱风,处处洋溢着青春、忙碌、热烈的气息。一场以“职教改革四十年·产教融合育工匠”为主题,充分展示县职高学子技能成果的“第四届职业教育活动周暨第十七届技能节开幕式”在学校操场举行。



同样在这一天,在该校的“创业一条街”上,机械创新工作室的王同学通过3D打印机,把刚设计好的一幢别墅打印在大家的面前;而李同学则把刚从学校烘焙房出品的蛋挞摆在了大家的面前,并非常自信地“叫卖”着……

今年是职教改革四十年,也是全国第四届“职业教育活动周”。为了做好本次“职业教育活动周”,县职高结合学科特色,依托专业优势,开展了一系列鲜活生动的主题活动,会计专业传票翻打比赛的参赛选手们灵活运用自己的手指和大脑,沉着冷静,“指”舞飞扬;文字录入接力赛,在提升计算机文字录入技能的同时,又能享受到体育竞技的乐趣;以纪念马克思诞辰200周年的为契机的红歌大赛,用实际行动助推县职高学子的青春梦、中国梦,唱响了县职高的新征程。



近年来,县职高大力加强实践教学,探索制订技能训练项目、训练计划与标准,突出学生职业能力培养,把学生的技能训练融入教学的全过程,使其常态化、制度化、规范化和科学化;把学生的技能测试、考核融入学校的考试和评价制度中,逐步构建完整的技能教学、训练、测试的教学新模式,让技能竞赛成为师生技能教育成果展示的平台。

“通过大赛,为师生创设平台,把提高职业技能和历练职业精神高度融合起来,让每个勤奋努力的师生都有机会展示自己的才华和能力,让大赛成为企业发现人才和学生事业发展的平台。希望全校师生把技能节打造成学校的一项重要品牌,成为培养桐庐工匠的一个平台,形成桐庐职业教育的一张靓丽名片。”县职高校长舒立新表示。



浙江著名中药师徐锡山教授谈甲状腺结节的调理

中药师教你听懂甲状腺结节“说”的话

夏天来了,一年一度的体检季高峰呼之欲出,新的一年,又有数以千计的人要排队动甲状腺结节摘除手术。

很多专家说甲状腺结节是“没有关系的”,很多专家说“甲状腺结节要马上开刀”,到底听谁的?

徐锡山教授,原浙江省中医院中药房主任,浙江省名中药师,4岁入行,今年92岁,现在每周到方回春堂大药房负责中药材质量,带学徒,是我省中药界名人。

我们请教徐老,现在甲状腺结节的人那么多,应该怎么调理?

甲状腺结节调理步骤:吃药在先,手术在后

徐教授说,古时候的大脖子,就是甲状腺疾病的一种,我们宋朝的时候就听懂它在说什么了,它在说:“我要吃海鲜。”因为没有海鲜吃的人容易得大脖子病,后来西方医生分析出来是缺碘,原来海鲜里面碘比较多。

所以,动过甲状腺结节手术的人,不要怕海鲜,怕碘盐,一点碘不碰,也不对的。

遇到过3例,说穿刺也做了,恶性的,铁板钉钉,刚好床位有空,要不要马上动手术?

徐教授说,我的意思呢,甲状腺结节哪怕是“恶性”的,也不要过分紧张,它的恶性程度跟肺、胃、肝不在同一个等级,你

先中药吃吃看嘛,如果吃了以后缩小了,消失了,再让西医拿治疗方案也来得及。

徐教授说,他首先就给人推荐中医,但很多病人最后都坚持不下去。为啥呢,麻烦。首先病人要来回跑,一跑就是半天;汤药不是咖啡,味道不怎么样,甲状腺结节是慢性病,说不定吃半年药也没有动静,很多人不愿意吃这份苦。所以一段时间后,又问他还有没有其他办法没有。

那他就推荐其他方法:要患者自己到杭州著名的老字号,胡庆余堂啊、方回春堂啊、叶种德堂啊、北京同仁堂啊,找到桑黄灵芝柜台,告诉药师你有甲状腺结节,甲状腺肿块,想买点桑黄灵芝吃吃看。药师会根据你的情况,进行调配。一个疗程是3个月,吃这个药的时候,可以选小金丸、逍遥丸、归脾丸一起吃。吃了一个月以后去查个B超,如果小下去了,就继续吃;如果结节没有小下去,但是你觉得睡眠、脾胃好起来了,人不大容易生气了,心情好起来了,那你就再坚持吃两个月。3个月下来,甲状腺结节、甲状腺肿块如果毫无动静,那就是药不对证。

为什么我让大家去著名的老字号找桑黄灵芝呢?那里的桑黄是正宗的桑树桑黄。浙江是丝绸大省,桑树面积100万亩以上,但桑树桑黄现在要收10公斤都难,这几年都被采光了,正宗的桑树桑黄是很少的。有的人到淳安、桐庐去买桑树桑黄,2万块一公斤。这也太贵了。

徐教授说,10多年来,他一直是这么介绍的,有一定把握。

甲状腺结节在说:“我很累,我心情不好”

徐教授说,韩国、日本的甲状腺结节病人比我们这里还多,所以胡庆余堂每年都有韩国、日本的顾客专门来买桑黄的,现在上海的顾客也专门跑到杭州著名的老字号来买桑黄,这里的桑黄正宗,是桑树桑黄,而且价格公道,配伍合理,吃了有效。

为啥发达国家的居民,甲状腺结节多发?而且仪器查不出原因呢?

徐教授说,西医仪器查不出一个人心情好不好,但中医望闻问切可以。甲状腺结节,依据他的观察,是在说:“我很累,我心情不好。”

甲状腺结节、乳腺结节、肝结节、子宫肌瘤,都处在足厥阴肝经上,简称肝经,它们其实是同一种疾病,病因也是一样的,都是肝郁气滞引起的痰证。

我们中医有一句话,叫少年治肾,中年治肝,老年治脾。肝主情志,中医认为我们的情绪是肝负责的,中年人事情多,烦,心情不好,肝气不舒,后果就是气滞血瘀,瘀阻生痰,甲状腺结节、乳腺结节、肝结节、子宫肌瘤就是痰核。因此调理应多从疏肝理气入手,我们中医叫“从肝论治”。



那么为什么会是灵芝里面的桑黄、赤芝、青芝呢?

肝属木,自然界的灵芝都是长在木头上的,有木性,桑黄属于黄芝,黄芝归脾经,脾是生痰之源,用桑黄就是追根溯源;青芝入肝经,疏肝理气;人睡着了血归于肝,血能养肝,所以选赤芝,赤芝是红色的灵芝,入心经的。

逍遥丸是肝经用药,归脾丸是健脾用药,小金丸是散结用药,配合使用,效果更好。 本报记者 方云凤