



“土丫头”的“潮”太极

(上接一版)起初,太极拳对于郑冬霞而言,只是改变外形的一种途径。但随着时间的推移,她悟到越来越多太极的魅力。“太极蕴含着动作美、意境美、流畅美,是一门认知自我的功夫。”郑冬霞介绍,打拳时,意、气、力三者交融渗透,每一个招式的虚实变化、攻防转换之间,都蕴含着以柔克刚的智慧。

长期的坚持练习,不仅让她练就了矫健的体魄和自信的神态,更让她内心变得宁静平和。“我尝试着将太极文化融入日常生活的点点滴滴中,慢慢发现,生活中处处都隐藏着太极的智慧。无论是面对个人情绪的起伏,还是人际关系、家庭琐事的纷扰,都能从太极文化中找到和谐共处的方法,我的心境变得愈发开阔。”郑冬霞说,太极拳法不是传统意义上的“硬碰硬”对抗,其讲究的

是借力打力、“四两拨千斤”的技巧,这在工作、生活中能给我们不少启发。

“我受益于太极,希望能让更多人感受到它的魅力,因此走上了传承太极文化这条路。”怀着这份信念,郑冬霞离开家乡,踏上了传播太极文化的漫漫征途。

郑州授业 如今桃李满园

2016年,郑冬霞来到郑州,开设了陈家沟陈正雷太极拳馆郑州绿城分馆。转眼间9年过去了,她培养的学员超过万人,不少国际友人也慕名而来,跟她学习太极拳,领略中国传统文化的的魅力。

在郑冬霞的悉心教导下,学员们深切领略了太极文化的博大精深,而后带着这份收获奔赴各地,活跃在太极文化

传播的前沿阵地。他们利用所学所得,或组织太极公益活动,或在老年大学任教,或参与各类文化交流活动,用自己的实际行动展现太极文化的魅力与底蕴,让太极之花在各地绽放。

为方便更多人学习,郑冬霞录制了《陈氏太极拳老架一路》《陈氏太极单剑》等教学视频,被多家媒体拍摄并播放,其专业的教学能力和精湛技艺广受赞誉,成为众多太极爱好者学习的对象。

公益践行 续写文化传承

在进行日常教学工作的同时,她还将大量的时间和精力投入到公益事业中,全力传播太极文化。她带领团队进社区、进机关,开展公益教学活动,不仅在河南本地,湖北、江苏、四川、广东

等地都留下了她传播太极文化的足迹。

在她的拳馆内,多年来持续性举办太极拳公益教学,周边居民和各地太极拳爱好者纷至沓来。看到越来越多的人喜爱太极,因为太极而受益,郑冬霞满心欢喜,这也进一步坚定了她将太极文化传承下去、传播开来的决心。

郑冬霞感慨道:“如果说学习太极是一种自我的修行与沉淀,那传授太极则是沉甸甸的责任与使命。”谈及未来的规划,郑冬霞说,将继续探索和完善课程体系,秉持“共享太极、共享健康”的理念,广泛宣传普及太极健身理念,激发群众参与健身、追求健康的激情与意识。同时,她将带领学员们弘扬中华优秀传统文化,营造太极拳传承发展、推广的良好氛围,推动非遗保护传承,让太极文化在新时代熠熠生辉。

郑州社保卡将发放新年优惠券

最高减200元

本报讯(记者 陶然)12月30日,记者从郑州市人社局了解到,为满足广大市民采购年货需求,给大家带来看得见、摸得着的实惠,1月2日,郑州社保卡惠民服务季活动——市民卡年货节将正式开启。据了解,本次活动将分两批次共发放优惠券6万张,郑州社保卡(市民卡)用户在市民卡商城购物可享受满减优惠。

此次年货节,郑州社保卡(市民卡)聚焦阖家团聚、尝鲜应季、走亲访友多重消费场景,为市民精心筹备了琳琅满目的年货好物。1月2日、1月6日上午10时起,郑州社保卡(市民卡)用户可通过“郑州市民卡”服务平台,参与领取“满300减100元”或“满200减60元”或“满100减30元”不同面值的优惠券,每次均可领取1张。成功领券用户可在市民卡商城选购商品,最高可省200元。同时活动期间用户还可参与每日抽奖,免费领取惊喜好礼。

值得注意的是,本次优惠券最晚使用时间不超过2025年1月11日23:59:59。凡发卡行为工商银行、农业银行、中国银行、建设银行、交通银行、邮政储蓄银行、农商银行(郑州、濮阳、开封、新乡、中牟、巩义)、郑州银行、光大银行的郑州社保卡(市民卡)持卡用户皆可参与,参与前请确认社保卡银行账户已激活,一代社保卡需更换为第三代社保卡。

在社会保障卡发行25周年之际,郑州社保卡(市民卡)将聚焦商超购物、餐饮消费、生活缴费、交通出行、休闲娱乐等各类民生服务场景,持续深入开展以社会保障卡惠民服务“一件事”为主题的“社会保障卡惠民服务季”活动,让群众更加愿意使用社保卡,善于使用社保卡,享受更多“一卡通用、一码通城”的便民惠民服务。

全面提升绿城应急救援能力

“郑在救·五分钟社会救援圈”公益项目在郑签约

本报讯(记者 汪辉 王红)对于突发心脏骤停患者,紧急救援分秒必争。12月30日,“郑在救·五分钟社会救援圈”公益项目在郑签约,未来3年,这一公益项目将致力提升郑州市AED急救救援能力,用科技助力城市应急救援体系完善,为生命救援提供更多保障。

据介绍,对于突发心脏骤停患者来说,医学上最佳“黄金救援时间”仅为4-6分钟。然而,现实生活中,在如此短暂的时间内,急救车往往很难到达。因此,当意外发生时,如果现场能够就近获取AED(自动体外除颤仪)急救救援设备,那么,具备急救技能的现场群众就能及时开展心肺复苏、(AED)电击除颤等急救救援,填补医护人员到达前的空窗期,为挽救生命创造条件、赢得时间。

“郑在救·五分钟社会救援圈”公益项目由郑州市与腾讯集团合作开展,这一公益项目按照“政府主导、部门协同、专业指引、社会参与”的原则,强化科技赋能,依托我市网格化管理平台,通过加强AED配置和急救救援培训,数字化联结120急救系统、AED定位系统和志愿服务系统,实现急救需求与救援资源的高效匹配,变“偶发式”急救为“网约式”急救,旨在完善社会化急救救援体系,提升院前急救率,守护人民群众生命安全。

签约仪式上,腾讯公司副总裁陈发奇表示,腾讯将充分利用郑州交通枢纽优势和城市智慧化成果,依托“企鹅急救”数字平台,构建全市智慧急救网络,在人口密集的城市社区布设智能AED设备,培养急救志愿者队伍,打造“人、设备、平台”三位一体的急救生态体系。

按照计划,“郑在救·五分钟社会救援圈”公益项目计划分3年实施,由郑州市委社会工作部、市卫生健康委、市住房保障和房地产管理局、市红十字会与腾讯SSV时光实验室通力合作,推动落地实施。其中,2025年项目预计投入超1000万元资金,拟购买、配备500台AED设备,同时,面向社会有针对性地开展志愿者招募并开展急救培训。



碧云路法桐该修剪了

二七城管:安排!

本报讯(记者 汪永森 实习生 刘颉月)“碧云路两侧的梧桐枝条太长,影响周边居民的出行,希望相关部门能安排修剪。”近日,市民刘先生向郑州日报“市民热线”栏目反映,碧云路(南三环至漓江路路段)部分法桐枝条生长茂盛,对周边居民的出行造成了影响。

12月30日上午,记者来到南三环与碧云路交叉口看到,由路口向南通行700余米至漓江路,道路两侧种植的法桐已有碗口粗细,由于行道树生长已有多年,部分树木枝条下垂垂离地面仅有2米多的距离,一些枝条更是伸手可及,给市民出行带来了影响。

随后,记者致电二七区城管局,该局负责城市绿化管理的负责人表示将对现场情况进行查看,会尽快对部分低垂影响通行的枝叶进行修剪,在提升城市环境的同时,进一步确保大家的通行安全。

200米路面3年没修好

杏花街放通还得再等俩月

本报讯(记者 汪永森 实习生 刘颉月)200米杏花街修建3年多时间,周边小区居民望眼欲穿期盼早日拆除围挡!12月30日,郑州日报“市民热线”栏目再次探访杏花街施工现场,打探该路最近修建进展及放通道路的时间。

杏花街(滨河路一源南街)道路长182米、红线宽25米,是由惠济区住房和城乡建设局负责修建的市政道路,建设内容包括:道路、雨水、污水、电力土建设排管等工程。2021年6月,施工方河南龙翔建筑工程有限公司进场设置围挡,但受扬尘管控、前期配套管线手续办理等问题影响,工程进度缓慢,工期也多次更改后延。

杏花街道路修建进展情况牵动周边居民小区数千名业主的心,道路西侧的美景麟起城一号院及东侧的美景麟起城三号院交房数年,小区排污管道迟迟不能与市政管网进行对接,给业主的出行和小区正常的雨污水排放造成了影响。

今年3月以来,郑州日报“市民热线”栏目多次对该路的修建进展情况跟进,见证了该路由黄土裸露到铺上水稳层的变化过程,对雨污水、通信管线工程、电力土建设排管施工进行报道。

今年9月,该路因夏季降雨出现了停工情况,施工方表示预计11月完成道路沥青的铺设。11月中旬,该路受降雨天气和扬尘管控影响工期后延,施工方表示剩余两层路面沥青预计将于

12月初铺设,年底有望完成项目的主体工程并拆除围挡。

对于施工区域路面仍未铺设沥青的问题,施工方表示受冬季低温及扬尘管控影响,本月项目一直处于停工状态,而这样的情况将持续至明年春暖,今年年底前的两天及春节前均不可能重启施工,预计重启施工要到明年2月。

该负责人介绍,受温度及资金结算等因素影响,剩余的沥青面层暂时不能铺设,明年春暖温度适宜且资金到位,将在一周左右的时间里完成沥青的铺设工作,届时将及时拆除施工围挡放通道路,剩余的绿化、路灯等工程由惠济区城建局组织其他单位进行施工。

艰难起步:六十余载不懈逐梦路

从1959年最初1张处方、12张床位,到目前拥有5个病区、210张床位,年门诊量3.2万人次、手术量2200台次,救治水平居全省首位、全国前列。

作为一家市级医院,郑州市第一人民医院为何能在烧伤专业独领风骚、频频上榜引发社会广泛关注?

“中国的烧伤外科起步于20世纪50年代,郑州市一院的烧伤科也是同一时期起步的,这期间经历了‘从无到有’‘从有到优’‘从优到精’三个阶段。”谈起医院烧伤专业跨越发展史,郑州市第一人民医院烧伤科主任夏成德给出的答案是,自强不息的精神、艰苦奋斗的意志和薪火相传的力量。

1959年,郑州市第一人民医院接受金家的秘方后,从外科病房划出12张床位供烧伤患者使用,由于治疗效果较好,省内外患者纷纷慕名而来。1967年,烧伤科正式成立,床位增至18张。

当时医院可谓“一穷二白”。烧伤患者皮肤破损,不能穿衣服,不能盖被子,他们就架在木架上挂几个灯泡取暖和保持创面干燥。医护人员钻进盖着被子的烤架里,面对患者腐烂的皮肤,忍受着患者潮湿创面散发出来的腥臭味换药,一站就是几个小时。

“那时虽然条件艰苦,但没有一个人喊苦喊累。”夏成德说,正是这种自强不息、艰苦奋斗、乐于奉献的精神,让郑州市第一人民医院烧伤科在代代传承中实现了薪火相传,迈入“从有到优”的“快车道”。

1979年,郑州市第一人民医院烧伤科发展成为省首批重点专科。1985年,建成5层烧伤科病房大楼,是当时国内及亚太地区较早建成的烧伤专科病房大楼。1995年,成为市烧伤治疗中心。1997年,成立省烧伤诊治网络中心。2000年,成立国内较早的烧伤重症监护室。2010年,成立省烧伤院士工作站,2012年,获批成立国家区域性烧伤整形诊疗中心。

近年来,医院踔厉奋发、奋楫笃行,推动烧伤学科转入“从优到精”的收获期。因工厂突发爆炸,31岁男子楚某被烧得像焦黑的“炭人”,烧伤面积达96%,且大部分是三度烧伤,但经过3个多月的治疗,历经10次手术,患者终于康复。成功治愈三度烧伤大于90%的患者,这不仅创造了当时烧伤救治的奇迹,也实现了河南省医疗领域在这一块的新突破。

此后,郑州市第一人民医院在国内外率先开展了自体皮肤细胞直接移植的实验研究及临床应用等,被称为“国内烧伤外科三大突破性进展之一”。先后承担国家级科研课题20余项,获河南省科学技术进步奖等数十项。2022年8月,夏成德当选中国医师协会烧伤科分会副会长,今年8月又当选省医学学会烧伤外科学分会主任委员。

赓续六秩六载精神 让生命涅槃重生

——郑州市第一人民医院烧伤专科传承创新发展之路

日前,复旦版《2023年度中国医院专科声誉排行榜》公布,作为国家临床重点专科、河南省烧伤诊治中心、河南省烧伤专业质控中心、河南省烧伤急救中心,郑州市第一人民医院烧伤科连续4年蝉联榜单,位居全国第11、河南第1。这充分彰显了该院在国内烧伤领域的实力和影响力。

“看烧伤,到郑州一院!”面对这一殊荣,郑州市第一人民医院党委书记马超说,这是社会及广大患者对医院烧伤专科的认可,今后郑州市第一人民医院将恪守“严谨、精诚、博爱、卓行”院训,秉承“患者至上、服务无限”的理念,自强不息、薪火相传,充分发挥烧伤领域的“头雁效应”,全力推动全省烧伤医疗质量水平再上新台阶,更好地造福广大烧伤患者。

日前,一位小伙不慎被150℃的热机器挤压双手,创面皮肤完全焦黑,郑州市第一人民医院专家团队通过皮瓣移植为其成功修复。



薪火相传:书写重大抢救传奇

2001年,我市一家地膜厂突然爆炸,工人杨某当场被严重烧伤,全身烧伤总面积100%,三度伤96%合并重度吸入性损伤。经郑州市第一人民医院医护人员半年倾心救治,患者顺利康复。至今,这位患者仍是国内烧伤领域成功救治的最危重病例之一。

2024年8月2日下午,因意外机器挤压,市民李女士右手拇指完全离断。显微镜下,郑州市第一人民医院副院长狄海萍带领烧伤修复重建团队为其精心手术,成功保住了手指。

60多年来,一代代郑州市一院烧伤人薪火相传、接续前行,创造了一个又一个生命奇迹。在重大突发事件面前,更是用实际行动书写了医者“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的动人篇章,让无数烧伤患者涅槃重生,重燃生活希望。

2014年8月2日,江苏昆山一车间发生重大爆炸事故,接到国家卫计委通知后,郑

州市第一人民医院委李鹤、查新建、黄红军等专家连夜前去参加救治,整整31天的艰苦努力,创造了98%烧伤面积零死亡的纪录。

2017年7月,鹤壁一小区发生天然气爆炸,多人受伤,其中8人因特重烧伤命悬一线,郑州市第一人民医院专家精心救治,所有伤员顺利脱险。

长葛市某工厂失火导致14名工人特重烧伤,濮阳市一工厂爆炸特重烧伤10人,新密市某矿爆炸特重烧伤6人……近年来,郑州市第一人民医院烧伤团队不畏风险,冲锋在前,参与数十起重特大突发事件抢救。

面对在死亡线上挣扎的严重烧伤患者,郑州市第一人民医院专家常常不眠不休、辗转救治。2018年4月28日,豫南一化工厂发生爆炸事故,9人被严重烧伤,2人烧伤面积超过90%。得知消息后,郑州市第一人民医院夏成德、田社民、委李鹤三位主任紧急派车接回患者,并组织全体医护人员连夜抢救。在广东打工的南阳老乡王大火严重烧伤,郑州市第一人民医院专家往返3000多

公里,跋涉三昼夜接回患者。

东到浙江宁波,西至青海西宁,南到广东佛山,北至内蒙古鄂尔多斯。近年来,郑州市第一人民医院烧伤科团队的足迹遍布祖国大江南北,不仅承担着省内批量烧伤患者的救治工作,更承载着中南省乃至全国危急重症烧伤患者救治任务,为无数重症烧伤患者带来了希望。

正如夏成德所说:“每个人都有追求美好生活的权力,我们救治的不仅仅是烧伤的皮肤、残缺的肢体,更是一个、一个家庭的希望。”

郑州市第一人民医院在重大突发事件抢救方面的出色表现,赢得了社会普遍赞誉。郑州市第一人民医院获得了“参加昆山工厂‘8·2’爆炸事故伤员救治工作特别贡献奖”“改善医疗服务优质服务岗”等诸多荣誉,河南省烧伤急救中心、河南省烧伤专业质控中心等先后落户该院。在2005年亚太烧伤会议上,被授予“对中国烧伤事业做出特别贡献奖”荣誉称号。

向新出发:“一院两区”谱写新篇章

共享共进,守护健康。10月17日,郑州市一院与汝阳县中医院建立医联体烧伤、整形美容专科联盟。

11月19日,郑州市第一人民医院走进新疆,与新疆兵团第十三师红星医院签约建立整形美容、烧伤科专科联盟。

为促进优势互补、资源共享,让居民在家门口就能享受三级医院的优质医疗技术和医疗服务,该院积极发挥“三甲”综合医院的优势,通过专科联盟合作和远程诊疗等形式,为省内外多家医院烧伤、整形美容等方面提供协助,秉承合作共赢的理念,共同推动多学科协同发展。

近年来,该院优质医疗资源“走出去”,牵头建立专科联盟,这得益于医院规模实力的大幅提升。目前,郑州市第一人民医院已发展成为拥有东大街院区、南院区两个三级医院和商都康复医院、航海东路社区卫生服务中心、商都路社区卫生服务中心的医疗集团。

郑州市第一人民医院烧伤中心更是整体提档升级。2023年,该院烧伤中心整体搬迁至南院区,建筑面积1.5万平方米,设置5个烧伤病区、1个烧伤重症监护室、1个创面治疗中心、1个烧伤外科手术室、1个烧伤康复中心,开放床位210张,拥有医护人员160多名,涵盖医师、护士、康复师及研究人员,形成合理的人才梯队。科研上,设有省、市两级院士工作站,付小兵、夏照帆两位院士为驻站院士。

“一院新区布局雄,婉转腾飞如巨龙。巍然屹立空港中,护佑大众消病痛。”夏成德表示,未来将依托南院区成立河南省烧伤整形医院,进一步细化学科亚专业,整体提升烧伤专科救治能力。

目前,郑州市第一人民医院烧伤中心年门诊量3.2万人次,手术量2200台次,出院患者2550人,救治水平居全省首位、全国前列,发展成中原烧伤界的排头兵,昂首挺进全国烧伤治疗第一方阵。

锚定新目标,开启新征程,奏响新乐章,共筑新梦想。郑州市第一人民医院党委副书记、院长王迎秋表示,医院将继续秉承“以人民健康为中心”的服务理念,大力传承“严谨、精诚、博爱、卓行”的医院精神,为广大患者提供更加专业化、精细化的医疗健康服务,为老百姓的生命安全和身体健康保驾护航。

六秩六载,站在新的起点,郑州市第一人民医院将向着打造国内烧伤区域中心目标冲击前行。

本报记者 汪辉 通讯员 徐志霞 王志略

