

我校各级党组织开展“不忘初心、牢记使命，贯彻落实党的十九大精神”学习实践活动

本报讯 近期，为深入学习贯彻党的十九大精神，推进“两学一做”学习教育常态化制度化工作，我校各级党组织开展了换届选举、主题党日、学习先进典型等系列活动，进一步激励广大党员“不忘初心、牢记使命”，全身心地投入中国特色社会主义大学建设的各项工作中。

集中学习明使命。为使党员真正学懂弄通做实党的十九大精神，各支部在原原本本、原汁原味学习党的十九大报告和《中国共产党章程》基础上开展了专题组织生活会，主题党日活动，党员师生围绕“如何不忘初心、牢记使命”“如何将习近平教育和卫生思想贯彻始终、推动教育和卫生事业发展提高”等主题开展深入的学习和讨论。此外，为了让相关党员干部先学一步、学深一步，2017年12月12日至14日期间，我校举办了第一期“学习贯彻党的十九大精神专题研讨班”，各直属党组织负责人和专职辅导员等90余人参加培训；第二期研讨班将于1月22日至24日举办，覆盖所有中层干部。第一期研讨班的学员聆听了“新

思想、新时代、新征程——党的十九大精神”报告，进一步学习领会了习近平新时代中国特色社会主义思想。《电影党课学楷模》为激励党员向时代楷模学习，根据上海市委组织部、市委宣传部的市委政法委员会、市高级人民法院、市文广局《关于认真组织宣传发行观看电影《邹碧华》的通知》要求，学校党委于2017年12月28日至29日集中组织了三场观看《邹碧华》电影党课活动，共有1000多名党员师生参加。在观影过程中，许多党员深受感动，为了不让党员干部先学一步、学深一步，2017年12月12日至14日期间，我校举办了第一期“学习贯彻党的十九大精神专题研讨班”，各直属党组织负责人和专职辅导员等90余人参加培训；第二期研讨班将于1月22日至24日举办，覆盖所有中层干部。第一期研讨班的学员聆听了“新

织生活和主题党日活动中，我校党员面向党旗，在领誓人的带领下，高声宣读入党誓词。从学校到院系，从支部到党员，不论是党员领导干部还是一线职工党员，不论是离退休党员还是学生党员，誓词掷地有声，信仰坚定如磐石。入党誓词的重温使党员重回入党的那一刻，党性观念得到进一步增强，思想态度得到进一步端正，它的意义不止于一个动作、一种形式，而在于宣誓者牢记初心使命、坚定信念。活动中，党员纷纷表示，今后更要认真学习贯彻党的十九大精神，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，在岗位中发挥先锋模范作用，做一名无愧于党员称号、无愧于入党誓词的共产党员。

到院、从影院到红色基地，不论是党员领导干部还是一线职工党员，不论是离退休党员还是学生党员，誓词掷地有声，信仰坚定如磐石。入党誓词的重温使党员重回入党的那一刻，党性观念得到进一步增强，思想态度得到进一步端正，它的意义不止于一个动作、一种形式，而在于宣誓者牢记初心使命、坚定信念。活动中，党员纷纷表示，今后更要认真学习贯彻党的十九大精神，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，在岗位中发挥先锋模范作用，做一名无愧于党员称号、无愧于入党誓词的共产党员。

织生活和主题党日活动中，我校党员面向党旗，在领誓人的带领下，高声宣读入党誓词。从学校到院系，从支部到党员，不论是党员领导干部还是一线职工党员，不论是离退休党员还是学生党员，誓词掷地有声，信仰坚定如磐石。入党誓词的重温使党员重回入党的那一刻，党性观念得到进一步增强，思想态度得到进一步端正，它的意义不止于一个动作、一种形式，而在于宣誓者牢记初心使命、坚定信念。活动中，党员纷纷表示，今后更要认真学习贯彻党的十九大精神，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，在岗位中发挥先锋模范作用，做一名无愧于党员称号、无愧于入党誓词的共产党员。

“手机控”需警惕颈部损伤

孙武权

当今社会，不正确地使用手机等手持终端造成的颈部损伤已成为年轻人普遍存在的问题，部分专家也在忧虑这是否会发展为影响整整一代人健康的问题。但手机已然现代人生活和工作中密不可分的一部分，杜绝或减少手机的使用是一种非常消极的解决方案。

研究表明，几乎所有常见的颈部损伤都起源于颈部软组织尤其是颈部后侧伸肌群的问题。人在看手机时，头部处于低头位，颈部后侧肌群为了维持低头的姿势，处于紧张状态，低头程度越大，肌肉受到的牵拉力就越大。如果低头时间超过20分钟(时间因人而异，一般不超过半小时)，低头动作主要靠颈部后侧肌群力量完成。低头时间较长，肌肉则会疲劳而无力维持姿势，致使韧带分担承受更多的力。随着时间的推移，颈部逐渐出现酸痛感，人体就会调动肩部、背部其他肌肉的力量协助颈部肌群维持低头动作。因此长时间低头，肩部甚至腰背部都会出现牵掣、板滞、酸痛等感觉。

反复的颈部肌肉劳损会引发炎症反应，造成软组织增生，导致肌肉功能下降，肌肉运动不均衡，颈椎和颈部肌肉的力学特性发生变化，进而导致曲度也随之改变，后续更会产生一系列病理反应，引发更多的症状。

有效预防颈部损伤

“手机控”们可通过改变姿势，增加颈部后侧肌群力量来避免使用手机不当对颈部造成的损伤，有效预防颈椎病。

一、改变姿势

看手机时，要高抬手机，使手机屏幕中心与眼睛在同一高度，头部保持垂直位。看手机的时间不宜过长，应注意经常变换姿势。手机如过大、过重，则要善于借助器械支撑手机，减少相关肌肉负荷。

二、增加颈部后侧肌群力量

可以通过静力性对抗训练加强颈部后侧肌群力量，即用双手交叉抱住后脑，头向后用力，手予以适度的力量进行对抗，不做低头、仰头的运动，持续静力对抗3秒至5秒后，放松3秒至5秒，再静力对抗，反复做5遍至7遍，每隔1小时做1次，每天可做10余次。

学习宣传贯彻党的十九大精神 龙华医院第二期党务干部培训班开班

本报讯 为学习宣传贯彻党的十九大精神，切实加强基层党建力量，提高党务干部队伍整体素质和党建工作能力，我校附属龙华医院党委定于1月4日至3月1日期间举办第二期党务干部培训班，并于1月4日在龙华烈士纪念馆举行开班仪式。龙华医院“两委”委员以及各级党组织书记、副书记参加开班仪式。

开班仪式上，医院党委书记刘胜介绍此次培训班的指导思想、教学方式及具体课程安排，并希望全体党员严格遵守组织纪律，积极参加各环节的培训活动，认真学习，专心听讲，积极思考，找准问题，努力把理论学习和实际工作结合起来，确保培训效果。刘胜还带领全体党员，面对党旗，重温入党誓词，回顾申请

入党时的庄严承诺和坚定决心，激励学员们以实际行动积极践行誓词，以饱满的精神发挥共产党员的先锋模范作用，体现共产党员的先进性，永葆共产党员的政治本色。

大家还参观了龙华烈士纪念馆。改建后的纪念馆用生动形象的艺术表现形式、丰富的光影和先进的多媒体手段，对英勇的感人事迹和不朽精神作了更生动的诠释。大家通过听、看、参与、融入历史，全方位感受英烈精神，更坚定了理想信念。

通过本次参观学习，学员们进一步明确了党务工作者的责任担当。大家表示，将不忘初心、牢记使命，坚持用十九大精神武装头脑、指导实践、推动工作，增强“四个意识”，以实际行动为医院发展、为“健康中国”战略实施贡献力量。

不忘初心 砥砺前行 岳阳中西医结合医院党政领导干部瞻仰中共一大会址

本报讯 1月9日上午，我校附属岳阳中西医结合医院院长周嘉、党委书记郑莉带领该院新一届党政领导班子成员赴兴业路76号，瞻仰中共一大会址，重温入党誓词。

大家瞻仰了中共一大会址纪念馆馆长张黎明的引导参观中共一大会议室原址，聆听其讲述党诞生的历史。之后，大家还参观了“伟大开端——中国共产党创建历史陈列”。陈列内容包括“序厅；起点”“前赴后继、救亡图存”“风云际会、相约建党”“群英汇聚、开天辟地”“尾声；追梦”五部分，生动展现了

中国共产党创建的历史背景、过程以及实现中华民族伟大复兴“中国梦”的历史意义和现实意义。在纪念馆宣誓厅，面对巨幅党旗，郑莉带领大家举起右拳，庄严宣誓：“我志愿加入中国共产党，拥护党的纲领，遵守党的章程……”铿锵有力的宣誓声激励大家坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为中心，不忘初心、牢记使命，以患者为中心，努力工作，不断开创医院发展新局面。

学思践悟十九大

岳阳中西医结合医院党政领导干部瞻仰中共一大会址

探索制药新技术，培养中药创新人才 ——记我校林晓教授

林晓，博士生导师，我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药学院药剂教研室教授，曾获中国药学会科学技术奖、中华中医药学会科学技术奖、上海药学会奖、上海市明治生命科学奖及我校十大杰出青年、“杏林学者”等荣誉。

林晓，博士生导师，我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药学院药剂教研室教授，曾获中国药学会科学技术奖、中华中医药学会科学技术奖、上海药学会奖、上海市明治生命科学奖及我校十大杰出青年、“杏林学者”等荣誉。

林晓，博士生导师，我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药学院药剂教研室教授，曾获中国药学会科学技术奖、中华中医药学会科学技术奖、上海药学会奖、上海市明治生命科学奖及我校十大杰出青年、“杏林学者”等荣誉。

林晓，博士生导师，我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药学院药剂教研室教授，曾获中国药学会科学技术奖、中华中医药学会科学技术奖、上海药学会奖、上海市明治生命科学奖及我校十大杰出青年、“杏林学者”等荣誉。

林晓，博士生导师，我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药学院药剂教研室教授，曾获中国药学会科学技术奖、中华中医药学会科学技术奖、上海药学会奖、上海市明治生命科学奖及我校十大杰出青年、“杏林学者”等荣誉。

“党的光辉照我心”教职工合唱比赛举行

本报讯 1月5日，由校工会主办的“党的光辉照我心”教职工合唱比赛在图书馆四楼报告厅举行。18支参赛队伍，近500名教职工欢聚一堂，用嘹亮的歌声唱响上中医人的心声，用优美的旋律抒发爱党、爱国、爱校的情怀。

比赛还邀请华东大学表演系副教授章丹丹、上海致远中学党支部书记、音乐专业教育硕士史炯华、上海音乐学院青年教师于清担任专业评委，来自我校18个学院及部门的相关人员担任大众评委。

《上海中医药大学年鉴2017》(总第一卷)正式出版

本报讯 日前，建校以来学校首部年鉴《上海中医药大学年鉴2017》(总第一卷)正式出版。该年鉴图文并茂地记录了2016年学校学科科研工作的发展进程，展示学校发展的新面貌，总计535千字，设19个栏目，111个分目，312个条目(含资料性条目21条)，有综合统计与附录收录45项、图片64幅；门类齐全、资料系统、数据准确、行文简明，体现出2016年学校发展的学科特色、年度特点，设“校庆特辑”，刊登学校60周年校庆供稿、校庆标识、校庆铭文，以及部分领导在校庆纪念大会上的讲话；设“专文”刊登《上海中医药大学章程》内容；整理了2016年学校的重大事项等，是一份内容翔实的资料性工具书。此次年鉴出版工作自2016年下半年启动，由党委、校长办公室牵头，在全校各部门的通力合作支持下，顺利完成编篡、出版。

针灸经典临床应用学术研讨会召开

本报讯 2017年12月27日，由我校针灸推拿学院李鼎教授全国名老中医专家传承工作室和上海针灸学会文献专业委员会联合主办的针灸经典临床应用学术研讨会在校召开。会议由李鼎教授全国名老中医专家传承工作室徐平教授主持，来自全国各地的百余名针灸学者参会。我校针灸推拿学院院长房敏致开幕辞。

李鼎教授89岁高龄的学术造诣、丰富的临床经验、对针灸经典理论的深入研究和临床应用，为现代针灸学科发展起到了重要的推动作用。本次会议的内容彰显出基于经典做临床、做研究、学术风格及老一代中医学者的精神境界、学术境界和传统文化底蕴。

季莉莉，博士生导师，科技部“中青年科技创新领军人才”，现为我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药研究所研究员，兼任中华中医药学会中药实验药分会委员；承担科技部“十二五”国家重大新药创制专项、国家自然科学基金优秀青年科学基金、教育部“新世纪优秀人才支持计划”等科研项目20余项。

季莉莉，博士生导师，科技部“中青年科技创新领军人才”，现为我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药研究所研究员，兼任中华中医药学会中药实验药分会委员；承担科技部“十二五”国家重大新药创制专项、国家自然科学基金优秀青年科学基金、教育部“新世纪优秀人才支持计划”等科研项目20余项。

季莉莉，博士生导师，科技部“中青年科技创新领军人才”，现为我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药研究所研究员，兼任中华中医药学会中药实验药分会委员；承担科技部“十二五”国家重大新药创制专项、国家自然科学基金优秀青年科学基金、教育部“新世纪优秀人才支持计划”等科研项目20余项。

季莉莉，博士生导师，科技部“中青年科技创新领军人才”，现为我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药研究所研究员，兼任中华中医药学会中药实验药分会委员；承担科技部“十二五”国家重大新药创制专项、国家自然科学基金优秀青年科学基金、教育部“新世纪优秀人才支持计划”等科研项目20余项。

季莉莉，博士生导师，科技部“中青年科技创新领军人才”，现为我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药研究所研究员，兼任中华中医药学会中药实验药分会委员；承担科技部“十二五”国家重大新药创制专项、国家自然科学基金优秀青年科学基金、教育部“新世纪优秀人才支持计划”等科研项目20余项。

季莉莉，博士生导师，科技部“中青年科技创新领军人才”，现为我校“学术荣誉体系”讲席教授，中药研究所研究员，兼任中华中医药学会中药实验药分会委员；承担科技部“十二五”国家重大新药创制专项、国家自然科学基金优秀青年科学基金、教育部“新世纪优秀人才支持计划”等科研项目20余项。

陈业孟受聘我校客座教授并作专题讲座

本报讯 2017年12月29日下午，陈业孟客座教授聘任仪式在教学楼11208室举行。我校副校长何星海出席并讲话。针灸推拿学院院长房敏、海外中医中心人才培养对象和针灸推拿学院师生代表参加仪式。

何星海指出，2018年是我校高水平地方大学、一流学科建设的关键时期，聘请陈业孟为客座教授将助力学校在实际人才培养的国际化 and 推动优秀中医药文化走向国际两项重要工作中做出新的成绩。

陈业孟现任全美针灸与中医院校资格认证委员会副主席、全美华裔中医学总会会长、世界中医药学会联合会主席团执行委员、《针灸推拿医学》(英文版)杂志编委，长期致力于针灸临床研究。

我校召开四项国家科技重大专项审计沟通会议

本报讯 1月3日下午，我校在行政中心312会议室召开四项国家科技重大专项审计沟通会议。校党委副书记、纪委书记施建蓉，党委副书记季光，纪检监察审计办公室、科技处、财务处、资产管理处等相关部门负责人，四项国家科技重大专项负责人等20余人参会。会议由校纪委专职副书记、纪检监察审计办公室主任李毓主持。

会上，李毓就四项国家科技重大专项审计的背景作简要介绍。纪检监察审计办公室主任刘长兰表示，本次审计旨在发现科研经费管理中存在的瓶颈和疏漏，切实做到关口前移，进一步规范和完善制度，推进学科科研事业有序发展。她对本次四项国家科技重大专项审计中发现的问题进行汇报。

我校接受上海市高校毕业生就业创业工作专项督查

本报讯 近期，上海市教委、上海市学生事务中心对全市高校毕业生就业创业工作开展专项督查。1月11日下午，由上海应用技术大学党委副书记、副校长张艳萍任组长的督查组一行八人对我校毕业生就业创业工作进行实地检查。我校党委书记曹锡康、党委副书记、副校长朱惠蓉，相关职能部门负责人以及师生代表参加此次督查。

我校完成直属党组织换届工作

本报讯 近日，我校完成直属党组织换届工作，进一步优化党组织委员会结构，夯实党的基层组织。新一届委员会平均年龄为43.8岁，平均党龄为17.5年，男女比例为1:1，研究生学历占72.4%，硕士以上学位占85.7%，高级职称占64.3%。

“手机控”需警惕颈部损伤

孙武权

当今社会，不正确地使用手机等手持终端造成的颈部损伤已成为年轻人普遍存在的问题，部分专家也在忧虑这是否会发展为影响整整一代人健康的问题。但手机已然现代人生活和工作中密不可分的一部分，杜绝或减少手机的使用是一种非常消极的解决方案。

我校接受上海市高校毕业生就业创业工作专项督查

本报讯 近期，上海市教委、上海市学生事务中心对全市高校毕业生就业创业工作开展专项督查。1月11日下午，由上海应用技术大学党委副书记、副校长张艳萍任组长的督查组一行八人对我校毕业生就业创业工作进行实地检查。我校党委书记曹锡康、党委副书记、副校长朱惠蓉，相关职能部门负责人以及师生代表参加此次督查。

我校完成直属党组织换届工作

本报讯 近日，我校完成直属党组织换届工作，进一步优化党组织委员会结构，夯实党的基层组织。新一届委员会平均年龄为43.8岁，平均党龄为17.5年，男女比例为1:1，研究生学历占72.4%，硕士以上学位占85.7%，高级职称占64.3%。

“手机控”需警惕颈部损伤

孙武权

当今社会，不正确地使用手机等手持终端造成的颈部损伤已成为年轻人普遍存在的问题，部分专家也在忧虑这是否会发展为影响整整一代人健康的问题。但手机已然现代人生活和工作中密不可分的一部分，杜绝或减少手机的使用是一种非常消极的解决方案。

我校接受上海市高校毕业生就业创业工作专项督查

本报讯 近期，上海市教委、上海市学生事务中心对全市高校毕业生就业创业工作开展专项督查。1月11日下午，由上海应用技术大学党委副书记、副校长张艳萍任组长的督查组一行八人对我校毕业生就业创业工作进行实地检查。我校党委书记曹锡康、党委副书记、副校长朱惠蓉，相关职能部门负责人以及师生代表参加此次督查。

我校完成直属党组织换届工作

本报讯 近日，我校完成直属党组织换届工作，进一步优化党组织委员会结构，夯实党的基层组织。新一届委员会平均年龄为43.8岁，平均党龄为17.5年，男女比例为1:1，研究生学历占72.4%，硕士以上学位占85.7%，高级职称占64.3%。

“手机控”需警惕颈部损伤

孙武权

当今社会，不正确地使用手机等手持终端造成的颈部损伤已成为年轻人普遍存在的问题，部分专家也在忧虑这是否会发展为影响整整一代人健康的问题。但手机已然现代人生活和工作中密不可分的一部分，杜绝或减少手机的使用是一种非常消极的解决方案。