

女浴室门口排长队的景象被发上微博,当事人纷纷感叹——

不是南中医的,不懂洗澡难



12月11日上午10点半,南京中医药大学一位大三学生将女浴室门口排长队的壮观景象发到微博上,立刻引发了围观。据目测,排队人数超过50人,而据说这只是队伍的一角。

□快报记者 马薇薇 见习记者 郝多



洗澡得排队长 小刘供图

女浴室前排起了长龙

小刘是南京中医药大学大三学生,11日上午10点半左右,没课的她准备去浴室洗个澡,可是才走到二食堂,她就被深深地雷到了,“一直知道洗澡要排队,每次都会排个十来分钟,可是今天这是怎么了,居然都排到二食堂了。”实在hold不住的小刘把这一壮观景象拍了下来,传到了微博上。

不少网友纷纷感慨:“太强悍了!”而南中医的女生却默默留言:“不是南中医的你不了解啊。”

南中医的女生洗个澡真有这么困难吗?昨天下午2点,记者来

到南京中医药大学仙林校区,在校园里随便问了几个女生,一说到浴室,大家都是面露苦色,“我们学校男女比例悬殊,再加上女生洗得勤,洗澡还磨叽,这些因素一综合,肯定要排队。”

大二的王同学说,“原来打算冬天两天洗一次的,看现在这状况,一周只能洗一到两次,而且每次还得选其他系科同学上课的时间去,省得高峰期排队更长。”

学校正在想办法解决

南京中医药大学后勤处处长告诉记者:“微博上那张图我也看到了,其实女生浴室排队长

这个事情,学校也一直在想办法解决。”

王处长介绍,从去年开始,学校为了缓解女生浴室紧张的情况,已经延长了服务时间,“最早是只有下午和晚上才能洗澡的,现在从早上9点半到晚上9点都可以洗澡。但是女生洗澡排队情况仍然比较严重。”

王处长承认,全校11000多名在校学生,按女生70%的比例,也有7000多人,女生浴室的72个水龙头确实太少了,“目前我们准备将浴室3楼的教工浴室改造成女生浴室,这个改造的招标刚刚完成,预计明年暑假投入使用。”

新闻链接 看看这些学校的经验

事,不过现在这种情景几乎很难看到。

南农大的女生浴室紧靠宿舍区,从下午3点45分开放到晚上9点。

工作人员稽师傅告诉记者,以前,浴室采取的是按时间收费,澡资是1分钟2毛钱,去年下半年,改成按流量计费,即澡资按用水量算。“这种办法好,学生能清楚看到自己用了多少钱。”他说,直观的数字让学生自觉节约用水,时间上也缩短了。另外,新建的学生宿舍有了独立卫浴,这在很大程度上也缓解了浴室的压力。

南理工 开放教工浴室

南京理工大学浴室的开放时间是下午两点到晚上八点,星期一和星期三不营业。

工作人员称,不管浴室里人多人少,只要来了就可以进去,不需要站在门外等,“顶多是站在浴室里等一等。”

另外,学生浴室的隔壁就是教工浴室,规模相当,也是对外开放,可以缓解学生浴室的压力。并且,教工浴室与学生浴室错时开放,星期一、三、五、六、日营业,“这样就不会出现人太多的情况。”工作人员介绍。



去年,快报曾报道南农大女生排队千米等洗澡的事

南农大 澡资按用水量算

去年,快报曾报道了南京农业大学女生排队千米等洗澡的

要解决的,还有排队看书

又到占座高发季 高校各有各招

12月,又到了各大高校期末复习和四六级考试的时间,图书馆门口的队伍也是越排越长。

为了应对学生占座行为,近日,南师大图书馆试行新规定:用书占座不要管,看中哪张座位你先坐下来,到老师那打一张座位号码牌,半个小时内,占座同学回来了,你就让出座位,如果没回来这座位就归你了。那么,在其他的高校,占座的情况严重吗?图书馆还是一座难求吗?昨天,记者对此进行了探访。

南农大 座位没人坐会收书

昨天下午3点多,记者走进图书馆一楼,阅览室内的位置基本被占满,有几个座位只有书本不见人。过了一会儿,图书馆的工作人员走过来将书放入小车内收走,这样就多出了几个空位。

“我们会在固定时间点收东西,如果发现这个座位一直没人坐,就会先将书本收走,等主人

自己来领。”工作人员介绍,图书馆共有八层,其中一至四层有专门的自习室,阅览室也有桌椅供学生看书。

“到了高峰期,图书馆还会提前开放。”工作人员说,一般图书馆是早上8点开,但高峰期7点就会开门。

南理工 有书没人,先坐下

下午4点左右,位于孝陵卫的南京理工大学已到了下课时间,骑车出校门的学生不少,往图书馆方向走的并不多。这里的工作人员介绍,一般到了考试前几天位置才比较紧张,“现在还好,不过下午来晚了也没有位置了。”

在图书馆门口摆放的规定上,记者并没有看到对占座有何说法,不过工作人员说,图书馆原则上是不允许占座的。她解释,即使座位上已经放了书,他们仍会先让学生坐下,并发给其一张纸条,约定如果座位的“主

人”在20分钟内不赶来,这个座位就要让给别人。

南中医 不断增加座位数量

昨天下午,记者来到南京中医药大学图书馆,二楼的两间阅览室有一半的座位上摆放着书或水杯,而人却不在。

记者注意到,在二楼一间阅览室的门口有一张告示,上面写着“希望离开座位超过20分钟的同学能将私人物品带走。”“有什么用呢?没人管啊,而且也不好管啊,谁会帮你算有没有超过20分钟呢?”大二的吕同学抱怨。

南京中医药大学宣传部刘老师告诉记者,占座的事情校方也很无奈,目前拿不出很好的办法,“学校一直在改造图书馆,增加座位数量,目前馆里对学生免费开放的阅览室有十七八个,座位数有2000多个,而且还要扩大。”

快报记者 马薇薇 见习记者 郝多

大学生体验食堂师傅忙碌的一天

一勺六两饭 很难拿捏准

前天,南京航空航天大学不同专业的15位同学参加了后勤集团组织的食堂一日体验活动。从凌晨采购蔬菜,到擦桌、打饭,学生们着实感受了一次食堂师傅们的辛苦。

凌晨三点半,几位同学就跟着外出采购的货车出发了,为了买到便宜新鲜的菜,食堂师傅选择在郊区采购。“一次就要买三千块钱的土豆和两千多块钱的洋葱,真的有些吃惊。”吕科霖同学说,五十多袋的蔬菜将货车装得满满的。

擦桌子,清扫地面,择菜……这些活,同学们也都一一体验。等一切准备工作做好之后,同学们面临着一项技术性的挑战——包烧卖。“一直掌握不好用量,馅儿填少了,分量不足;填多了会溢出来,很难啊!”张晓燕同学告诉记者。

午饭时间,参与体验的同学都想帮把手,谁知道打饭这个看似简单的工作也有难度。据介绍,打饭的师傅都得有“一勺准”的功夫。每人盛六份饭,6毛300克的或4毛200克的,误差要控制在15克之内。如此严格的要求,不是一日体验就能够掌握得了的。有同学试了试,不是太多就是太少,最后只能在一边打下手。

通讯员 车卓雅 王宇宁 快报记者 谢静娴



栏目主办:南京肿瘤慈善康复救助基金
免费咨询:400-8811-454
(致电申请,接受CLS生物细胞免疫治疗并符合救助条件的肿瘤患者,将获得专项治疗基金补贴。)

手术、放疗后,如何防肿瘤复发转移?

据统计:约70%肿瘤患者在手术、放疗后1-3年复发转移。今年诺贝尔奖证实“DC细胞对免疫系统的作用”,获奖者正是通过基于“DC细胞的免疫治疗联合化疗”让身患肿瘤的自己延寿4年。

细胞免疫治疗实现“自主抗癌”

细胞免疫治疗是通过抽取自身的DC、CIK单核细胞,经实验室培养后回输体内,以此激活体内的免疫系统内的T细胞来对抗癌细胞,治疗无痛苦、无毒副作用,只杀肿瘤而不损伤正常组织。目前,该疗法已在南京454医院肿瘤生物诊疗中心成功开展。

术后联合细胞免疫治疗

手术可迅速清除早期肿瘤病灶,但对一些隐匿性的癌细胞无从下手。细胞免疫治疗可杀灭术后残余肿瘤细胞或微小病灶,增强患者免疫功能的同时,减少复发转移。

化疗后联合细胞免疫治疗

“杀敌一万,自损八千”是化疗的瓶颈,如化疗后配合生物细胞治疗,可减轻化疗副作用增强疗效,提高患者免疫功能,将肿瘤细胞控制在一个相对较低的水平,提高患者生活质量、延长生存期。

放疗后联合细胞免疫治疗

放疗能快速杀死肿瘤细胞,缩小肿瘤范围,为进行肿瘤根治性手术提供机会,但同时损伤机体正常组织,且准确定位较难。放疗后联合细胞免疫治疗可重建人体免疫系统,增强疗效,提高患者生活质量。

晚期患者单独接受细胞免疫治疗

增强患者免疫功能、控制病情,提高生活质量、延长生存期。

子宫肌瘤小于6厘米无需开刀

“子宫肌瘤、卵巢囊肿、内异症等真正需要手术的不足5%,却有80%的患者正躺在手术台上!”

近期应邀来宁特诊的上海泰坤堂中医院黄琼主任指出,肌瘤、囊肿、内异症等恶变率不到千分之一,手术后复发率却高达43%,大多数患者白白的挨了一刀。

6cm以下的肌瘤、囊肿、内异症已不必开刀

作为上海中医妇科“百通消瘤”课题组的核心专家之一,黄琼长期研究中医微创治疗子宫肌瘤、卵巢囊肿、内膜异位症、多囊卵巢综合症等课题。她说,近年来,上海在对这类妇科病的病因病机研究上,取得了较大突破,建立起“补肾健脾”、“疏肝解郁”和“祛瘀散结”三法并举的全新诊疗方案,通过胶囊、颗粒剂、汤剂的有机组合,内外兼治,可快速改善症状,抑制肌瘤、囊肿生长,并通过调整内环境,防止新肌瘤出现,达到避免手术、控制复发的目的。临床中,6cm以下的,疗效都比较突出,一般不用手术。她的患者中,肌瘤大到8cm,康复良好的也有不少。

不要等到手术后复发了,才想到中医

黄琼说,南京的求诊者竟有7成以上是手术或微创手术后复发的:她们有的疼痛难忍;有的已切除或部分切除了器官;有的因卵巢早衰,已提前闭经……黄琼指出,尽管现在各种手术、微创手段有了长足的发展,但仍不能消除对子宫、卵巢的伤害,术后出现皱纹色斑增多、月经不凋、更年期提前、性欲减退等。关键是,手术只针对病



百通消瘤课题组核心专家 黄琼

灶,无法消除发病的根本根源,而且小于0.8cm的病灶根本无法清除,这也是超过半数的患者术后复发的原因,我的一个患者做了“凝固刀”还不到3个月就复发了。

黄琼强调,从中医角度来讲,肌瘤、囊肿、内异症、卵巢早衰等妇科顽症的发病根源是内分泌紊乱,而传统中医药在这方面有独到优势。根据整体调理、辨证施治理念,通过调理气血、化痰散结、补益冲任等手段,能有效提升卵巢机能、缓解症状、消除病根控制复发。

相关链接:据悉,本月14至21日,上海蔡氏妇科第8代传人朱宝英、上海泰坤堂中医院中医科主任黄琼、新华医院中医科主任陆涛等沪上名家,将亲来宁开刀治疗子宫肌瘤、卵巢囊肿、内膜异位症、肌腺症、巧克力囊肿、卵巢早衰、多囊卵巢、慢性炎症等,患者可拨打025-86659207预约,也可南京大光路117号上海泰坤堂南京国医馆就诊,还可登录www.suh120.com提问,24小时内有问必答。