

从成绩不佳到跨专业优秀生 从体测不合格到跑步“明星” 哈工大学生周阳

“华丽蜕变”三年完成逆袭

生活报讯(实习生吕甜甜 周宇航 记者吕晓艳)从专项录取的最低分到综测成绩年级第一、获国家奖学金和“十佳大学生”“十佳学习卓越之星”,从体重170多斤、体测不合格的超重男孩到全国学生军事训练营一等奖,累计跑出3700多公里、获12项军事体育类荣誉的“阳光男孩”,从内向害羞的“社交恐惧症”到学业帮扶讲师、支部分舞台主持人……哈尔滨工业大学交通科学与工程学院2021级本科生周阳“华丽蜕变”,三年完成逆袭之路。



一年减重34斤 从体测不合格到高校接力赛冠军

2021年考入哈工大时,体重170多斤,成绩“垫底”的周阳立志将大学生生活作为一个新起点,和过去的自己“一刀两断”。为了静下心来,周阳在距寝室最远的教学楼内找了一间小教室,作为自己的长期“据点”。“一书一笔一房间,一学就是一整天”,他紧紧跟住了大学的教学节奏,经过两年坚持不懈地“长跑”,综测成绩冲

上了第一名,并获得了国家奖学金、黑龙江省三好学生等荣誉。回忆自己的改变过程,周阳觉得一切都是从“21天养成一个好习惯”开始的。进入大学后不久,他偶然间看到学院发布的运动打卡活动,于是抱着“也许能减肥”的心态报了名,没想到经过21天的坚持,跑步成了他的热爱。哈工大四季马拉松、高校百英里

接力赛……周阳一跑就是三年,累计跑出3700多公里。曾经体测不合格的他与长跑队队员一起奔跑,在高校百英里接力赛(沈阳站)中连续两年斩获团体冠军。大二时,周阳还加入了哈工大定向越野队,在一年雷打不动的体能训练中减重34斤,并成功入选第八届全国学生军事训练营。在定向越野考核中斩获全国一等奖。

从成绩拿不出手到获奖学金 研究项目获国家级奖项

周阳刚进入大学时,学习成绩有些拿不出手,是专项录取的最低分。自从他减重成功后,在全面发展的赛道上越跑越积极、越跑越自信,独“跑”快、众“跑”远,入学第二年,他主动提出担任班级学习委员,分享学习资料、组织集体自习,并加入学院学业帮扶组织“乐茶学社”,成为一名学业帮扶讲师,为大家讲解专业知识。“因为我的成绩曾经不太好,是被帮辅的一员,一步步走过来,

我更能理解一些成绩不佳的同学想要向上的心态。”周阳在帮助别人的同时,不仅综合测评成绩年级第一,还获得了国家奖学金。成绩上来了,周阳又在创新上动起了脑筋。看到冬天路面上厚厚的冰层,他琢磨能否利用所学的专业知识从源头上解决这个问题。于是,他跨专业、跨年级组建了项目团队,在导师的指导下进行了四个多月的反复实验,开发出一种能够快

速降低结冰速度并实现表面自清洁的路面超疏水涂料,成果获全国二等奖。接下来,周阳又投入到“冰雪路面状态智能感知”的相关研究中,与团队研制的路面状态智能分类软件,获评国家级大学生创新创业项目授权软件著作权。从“跟跑”到“领跑”的经历,让他找准方向,未来他希望继续奔跑在科研的路上。

图片由哈工大提供

27岁女子患垂体瘤 “长相”都变了 医生通过微创手术切除

生活报讯(见习记者李晓航 记者王秋实)近日,记者了解到,27岁的李女士(化名)近几年逐渐出现面部及身体肥胖、面部潮红、腹部紫纹,最初没当回事,近几个月愈来愈严重,几年不见的朋友因为她“长相”变了,都不认识她了,这让她有些慌了。她来到哈尔滨医科大学附属第一医院就诊,经该院神经外科二病房孟祥喜副教授诊断,她患上ACTH型垂体大腺瘤引发的库欣综合征。“经头部核磁共振检查发现其患有垂体瘤,术前血ACTH值显著升高,已达150ng/L(正常值7.2-63.3),可以诊断为ACTH型垂体大腺瘤。”孟祥喜介绍,该肿瘤最大径达2.3cm,如若放任其生长,持续高ACTH分泌会对患者各个器官造成影响,继而出现继发性高血压病、糖尿病,应尽快手术治疗。经过



缜密的术前准备,孟祥喜副教授团队为李女士行神经内镜下经鼻蝶窦经鼻上颌窦腺垂体瘤(ACTH)型垂体瘤切除术,术后影像可见肿瘤已被完全切除,血ACTH也恢复至正常水平。术后半年,李女士的样貌、体态恢复正常。

医生介绍,垂体瘤为颅内常见的良性肿瘤,对患者神经系统及全身器官均可造成严重、甚至致命的损害。医生提醒,垂体瘤常见临床表现有头痛、视力视野障碍和内分泌功能紊乱等,患者常先就诊于神经内科、眼科、内分泌科,在就诊过程中走了“弯路”,因此,当发生不明原因头痛、视力下降、视野缺损和内分泌功能障碍时,应及时到神经外科就诊,以免延误最佳治疗时机。

图片由医院提供

男生上课时大量呕血 竟因十二指肠溃疡 医护紧急救治让其转危为安

生活报讯(见习记者李晓航 记者王秋实)近日,伴随着一阵急促的呼救声,在哈医大一院门口,急诊护士协助120工作人员将患者小王(化名)送入抢救室。患者意识淡漠,贫血貌明显,结膜苍白,口唇苍白,血压97/62mmHg,心率112次/分。医院急诊绿色通道迅速开放,一场紧急抢救有序展开。

21岁的小王是一名在校大学生,据他自述,一周前出现阵发性上腹痛,进食后症状消失。本次入院是因上课期间出现剧烈腹痛后大量呕血,伴有明显的头晕、心悸、乏力、大汗等循环衰竭的休克表现。经血气检查,小王的血红蛋白仅为68g/L,医疗团队迅速为其建立静脉通路纠正休克,他的生命体征逐渐转向稳定。突然,他再次出现呕血300ml,现场情况十分危急,在其直系亲属不在场的情况下,医疗团队经过与患者家属的视频沟通,决定为其实施急

诊内镜治疗。小王被迅速推入内镜室。内镜进入小王胃部后观察到大量暗红色液体及凝血块,随着内镜继续前进可见鲜红色液体由幽门进入胃部,确定出血部位位于十二指肠。当内镜进入十二指肠球部后可见大量鲜红色液体,充分冲洗后十二指肠前壁一处溃疡暴露,呈现活动性喷射样出血。确定出血部位后,哈医大一院消化内科副主任卢曦教授应用止血夹精准地将出血血管夹闭,大家悬着的心终于放下了。经过规范的药物治疗,小王已顺利出院,六周后复查,溃疡完全愈合。医生提示:十二指肠溃疡在年轻人中并不少见,典型症状是空腹时疼痛,具有一定的规律性和周期性,常在进食后得到缓解。此外,部分患者伴有消化不良症状,如恶心、呕吐、反酸等。出现以上症状时应及时就医,通过消化内镜实施精准诊疗,有效降低严重并发症风险。

房屋出售 位于道里区河广街临街厂房一处,建筑面积:2727.5平方米,地理位置优越,室内结构合理,适合做各种商服,宾馆,生产型企业。 15045803358 王先生

出售松北花园洋房 哈尔滨松北区天鹅湖花园小区31号楼洋房一套,因房主迁往外省着急售卖,价格可面谈。房屋建筑面积180平米,四楼(顶层),毛坯房,三室二厅二卫带阳台,地热房,私产大房,房屋紧邻松北虎园、哈尔滨大剧院,小区园林面积占比30%以上,环境好,位置佳。 19846138248

低价急售别墅 哈尔滨私产别墅,因房主出国急售,6000元/平米。房屋建筑面积约400平米,车库2个,毛坯房,别墅内自带庭院面积1000平米,院内山林约2000平米。小区还配套高尔夫球练习场、钓鱼池、滑雪练习场、温泉等设施,免费对业主开放。 19846138248

房屋出售 出售松北汇锦御江湾住宅,四楼,建筑面积86.75平方米,楼间距大,采光好,无遮挡,2室1厅1卫,精装修,含家具家电,拎包入住,南北通透,供暖好,物业好,一梯两户,毗邻大润发超市,松北九中,新区中心公园,交通便利。可贷款。 18686821351

百业信息 13946092977

金福来全屋定制 承接家庭装修、办公场所装修;家装、工装整屋家具定制;承接同行二手单柜体定制;工厂一站式服务—设计—加工—安装。

橱柜门、衣柜柜门定制加工(种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等);免漆板材加工定制柜体(材料与环保等级自选)。

工厂设有样板展厅,欢迎参观选购。 定制热线 18904515815 15846048899

工厂地址:哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路592号,金福来家具有限公司

生活报中缝广告 受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅 刊登电话 84681180 15004697804 13613600156

致敬冰雪·尔滨×波司登战略成果发布18日举行

赠门票 赠羽绒服 邀请百人免费游

生活报讯(记者王健)15日,哈尔滨马迭尔文旅投资集团召开“致敬冰雪·尔滨×波司登战略成果发布”活动说明会。

年初以来,哈尔滨马迭尔文旅投资集团注册了“尔滨”商标,为城市品牌打造和产业落地打下坚实基础。今年6月份,波司登集团与市政府战略合作,马迭尔文旅投资集团授权“尔滨”品牌服装类商标,共同打造联名品牌。此次合作是在冰雪装备、冰雪运动、冰雪时尚领域推动龙江冰雪经济

高质量发展的有益探索。

据马迭尔文旅投资集团总经理助理华晖介绍,18日,马迭尔文旅投资集团与波司登集团将在索菲亚广场举办战略成果发布活动。今冬冰雪季,马迭尔文旅投资集团将推出三项优惠举措:一是推出全国购买联名羽绒服满减赠票活动,赠出冰雪大世界、太阳岛雪博会门票各6800张;二是邀请哈尔滨荣获国家级荣誉的各界代表100人免费游览;三是开展“爱送最美冰城人”公益活动,向公交司机、出租车司

机、环卫工人赠送羽绒服。

波司登集团品牌管理中心总监李阔表示,作为民族品牌,波司登一直关注着黑龙江这片沃土,哈尔滨的地理位置也为波司登国际化发展提供了独特优势。同时,黑龙江良好的营商环境,也让品牌真正做到扎根黑龙江、融入黑龙江。

为扩大此次合作的影响力,“致敬冰雪·尔滨×波司登战略成果发布”活动将与平房区展开合作,定点助力少年冰壶队。波司登基金会还与马迭尔文旅投资集团合作捐赠产品,为城市带来更多温暖。

手打造的“尔滨×波司登”系列羽绒服产品,把哈尔滨的人文魅力与品牌的温暖基因相融合,让更多人感受到“尔滨”的文化魅力与波司登的品牌温度。

同时,为了回报哈尔滨这片热土,波司登将开启全市公益暖心活动,为本市多个户外岗位一线劳动者赠送波司登产品,帮助他们抵御户外严寒,并与平房区展开合作,定点助力少年冰壶队。波司登基金会还与马迭尔文旅投资集团合作捐赠产品,为城市带来更多温暖。

千里的奔赴

冰城多地上演“桂”味大联欢

生活报讯(记者吴海鸥 薛宏莉 于海霞)14日,15日由广西壮族自治区文化和旅游厅主办的“山水暖你 广西等你”2024“冬游广西”旅游产品对接会、文化旅游主题推介活动、主题公交互动活动,先后在哈尔滨曼哈顿酒店、哈尔滨太阳岛风景区、“网红打卡地”滨洲铁路桥附近的公交站点举行。广西再次千里奔赴,与龙江延续火热情谊,在哈尔滨多地上演了“桂”味儿十足的大联欢。

14日上午,在“山水暖你 广西等你”冬游广西旅游产品对接会上,广西百色西林县以“绿色生态、文化旅游、特色农产品”为主题,通过视频推荐、图文并茂地展示、生动有趣地互动环节以及热情洋溢地讲解,全方位展现西林县秀美的自然风光、深厚的文化底蕴以及丰富的特色产品。其中,作为“金字招牌”的西林沙糖桔“甜蜜圈粉”成为亮点。

14日下午的推介活动更加热烈,现场设置了“乐动广西”民族风情舞台,身着广西民族服饰的歌舞演员以

民族剧目《摆呀摆》俏皮开场,黑龙江演员也热情回应一曲民歌《乌苏里船歌》,两地演员共唱广西民歌《多谢了》《山歌好比春江水》将气氛推至高潮。

活动现场还特别设置了免费赠送环节,为冰城市民带来上千斤的广西沙糖桔、沙田柚、柿子、甘蔗、番石榴等特色水果,让冰城市民游客在冰天雪地中感受到了冬日广西的甜蜜和浪漫。

现场,黑龙江省文化和旅游厅副厅长齐斌和广西壮族自治区文化和旅游厅副厅长班华勤还互换了纪念品。

除了品尝美味水果,还有精心设置的“阿桂茶馆”“阿桂米粉店”“冬季暖身堂”等活动,让市民游客可以品尝到传承千年茶船古道的梧州六堡茶、滋养暖身的恭城油茶、充满烟火气的螺蛳粉和老友粉等,还可以闻艾熏香,体验来自广西壮瑶医冬日养生的奥妙。

14日,“双向奔赴 情暖龙桂”活动走进南岗区新春街道悦山国际社区,活动方带来沙糖桔、柿子、火龙果、金桔、百香果、六堡茶、茉莉花茶、罗汉果



广西壮族自治区文化和旅游厅提供

汁等特色“桂字号”产品及一批旅游文创产品,向冰城市民传递广西跨越千里的情谊。

15日上午,身穿广西民族服饰的表演者来到“网红打卡地”滨洲铁路桥附近公交站的广西定制主题公交车上载歌载舞。三辆“沙糖桔车”“火龙果

车”“绣球车”吸引众多市民打卡拍照。据悉,接下来的一周,广西文旅还将开展农文旅进高校、进社区、进景区、进商圈推广活动。18日,“山水暖你 广西等你”2024“冬游广西”文化旅游区外主题活动第二场将于西城红场艺术长廊举行。

疯狂雪圈、冬捕冬钓、汉服体验…… 清河旅游风景区推冰雪盛宴

生活报讯(记者吴海鸥 王晓晨)又到了赏冰玩雪的好时节。近日,记者获悉,黑龙江清河旅游风景区冰雪欢乐季即将在21日启幕。本届冰雪欢乐季有着大面积的游乐空间,不仅可以体验价格亲民的游戏项目,还有疯狂雪圈、雪地碰碰球、冬捕冬钓、雪地拔河、汉服体验等,更有特色美食、年货大集等。

雪雕是专属于冬天的艺术品,在清河旅游风景区,雪雕师精心打造出活灵活现的“特色建筑”等,期待你能大饱眼福。与此同时,去戏雪乐园用雪做一个可爱的雪人,或是与好友来场刺激的雪仗,也都是不错的选择。而雪滑梯,则让你亲身体验一把寒风在耳边吹过的感觉。清河育林滑雪场拥有初级、中级滑雪道,儿童戏雪乐园、雪地转转、雪地碰碰球等,适合各年龄段人群。



景区提供

育林滑雪场21日正式开园,营业前三天(21、22、23日),每人20元的优惠价格,不限时让你随心所欲。体验过雪地的乐趣,你还可以感受一下帐篷冬钓,或是在屋里吃东北特色铁锅炖、炕烤土豆、烤红薯……据了解,清河林业局有限公司还开启了一场别样的年货采购之旅,将带给你不一样的惊喜!

玉泉国际狩猎场滑雪场 初级雪道开板

生活报讯(记者王健)15日,玉泉国际狩猎场滑雪场初级雪道正式开板试营业,标志着这一哈市重点文化旅游项目,同时也是马迭尔文旅投资集团滑雪产业重点建设项目正式落成。作为中国滑雪旅游发源地之一的玉泉国际狩猎场滑雪场,素有“中国滑雪之乡”的美誉,位于中国冰雪旅游黄金线路“哈亚雪”上,对哈市滑雪产业布局和建设具有十分重要的意义。

为了迎接亚冬会,玉泉国际狩猎场滑雪场对现有6条雪道进行升级改造。初级道平缓宽阔,且配备高效魔毯设备,适合初学者、滑雪研学团与考级队伍;雪具大厅雪具齐全,满足不同层次滑雪者需求;专业教练团队也将为初学者提供耐心指导,帮助其快速上手。

未来,玉泉国际狩猎场滑雪场将开放设有低空吊椅的1号初级雪道及冰上自行车、冰爬犁等冰上项目,丰富游客冰雪体验。玉泉国际狩猎场滑雪场将持续完善设施与服务,打造哈市近郊一小时滑雪圈,为亚冬会助力,也为广大游客和滑雪爱好者提供更优质的冰雪运动体验。

生活报法律顾问 黑龙江同长律师事务所 主要业务:法律咨询 诉讼、非诉讼业务 咨询电话:17094511333 地址:南岗区黄河路136号