



化妆品如何配方? 看高职生PK技能

2020年第三届全国 大学生化妆品配方技术 技能大赛举行

化妆品企业转型升级迫在眉睫,高素质人才引入成关键。为推进化妆品类专业建设与教学改革,促进职业教育校企合作的深入开展,提升职业教育的社会服务能力以及社会认可度,12月5日-6日,2020年第三届全国大学生化妆品配方技术技能大赛在广东轻工职业技术学院佛山南海校区举行。大赛将化妆品配方技术这一热点问题与高职院校的人才培养工作有机结合起来,以赛促教、以赛促改、以赛促学、以赛促建。来自广东、河南、江苏等多个省的高职院校的100多名选手及教师参加了本次比赛。

“理论+实操”实现教学、生产对接

据了解,全国大学生化妆品配方技术技能大赛是全国轻工职业教育教育指导委员会组织,联合相关部门、行业组织、地方院校共同举办的一项全国高职院校化妆品配方技术技能竞赛活动。

珠江学者、广东轻工职业技术学院教授龚盛昭告诉记者,通过本赛事的举办,将实现以赛促教、以赛促改、以赛促学、以赛促建。具体而言,大赛将检验和展示高职化妆品类专业在化妆品生产方面技术技能的培养水平,有效提高教学质量;通过真实项目引领及标准化操作,实现教学过程与生产过程的无缝对接,促进校企合作、产教融合和高质量发展;促进学生专业素质和综合素质的提升,为培养创新型高

素质技术技能人才发挥引领作用;加强化妆品技术相关专业实训条件的改善,提升专业建设水平。

本次大赛技术方案由校企共同开发,裁判以企业专家为主、高校为辅,旨在精准对接企业人才需求,加强校企合作。大赛参照《中华人民共和国国家职业标准》规定的化妆品配方师(三级)以上相应的理论知识和实际操作技能要求,设置项目包括“理论知识考核”“氨基酸洁面皂实操考核”和“素颜霜实操考核”。其中,理论知识考核占总分比重的20%,两个实操考核项目加起来占80%。

经过两天激烈的角逐,广东轻工职业技术学院、湖南化工职业技术学院、南京科技职业学院、广东省轻工技师学院获得一等奖。

提升高职教育关键在产教深度融合

经历了30年快速发展的中国化妆品行业整体持续高速增长。今年7月《化妆品监督管理条例》出台,对企业转型升级提出了更高要求。

“导致企业陷入转型困境的其中一个因素就是人才,众多中小微企业短期内要培养或引入高素质人才困难重重,产业升级面临重大挑战。”龚盛昭表示,人才来源的关键在于专业院校的培养。事实上,全国范围内开设化妆品类专业高校数不断增加,其中,广东轻工职业技术学院等国内高职院校在化妆品专业方向上积累了丰富的创新型人才培养经验。

产教融合实施过程中有着诸多现实问题,融合什么、怎么融合、如

何克服企业原动力不足?论坛上,龚盛昭指出,要从产业文化、产业需求、产业元素和产业技术服务四大方面着手,积极构建高水平产教深度融合生态体系,努力打造卓越的高职教育。新生开学第一课由产业优秀人才讲专业。“化妆品产业已经细分成了原料生产、化妆品生产、化妆品营销的完整产业链。”龚盛昭表示,广东轻工自1994年起就开始创办精细化工技术专业,之后还延伸出化妆品技术、化妆品经营与管理等专业,组建了围绕化妆品产业链的专业群。专业群满足了整个产业链的专业人才需求,为行业培养了150余名企业家、1000余名工程师和经理,已成为化妆品企业家和工程师培养的摇篮。

智造企业组团来纳贤 高职助力区域新发展

广东农工商职院举办第20届供需见面会

羊城晚报讯 记者崔文灿、通讯员罗研报道:12月10日,广东农工商职业技术学院第20届供需见面会暨南方人才U校园招聘专场在学校增城校区举行。活动吸引了近300家企业携岗入驻,涵盖机械电子、畜牧食品、IT互联网、电子商务、环保、教育、市场营销等行业,其中不乏百事可乐、中国石化、海大集团、正邦生态、兴业银行、招商证券等知名企业,共提供1350个职位,招聘人数达6000多人,吸引了5000余名毕业生到场寻找伯乐。

准毕业生求职意愿“很强烈”

学校招生就业处处长陈怡舟介绍,今年准毕业生求职意愿很强烈,“明显感觉到比2020届的毕业生有更多求职动力。”

记者了解到,从2001年开始发起线下招聘会至今,广东农工商职院供需见面会走过20年,也成为广东省唯一一家连续20年举办大型招聘会的高职院校。

“企业对人才的需求正在回暖,今年制造业、工业机器人、第三产业服务业、计算机大数据这些领域的用人需

求增加,所以也是看得出来粤港澳大湾区的需求变化。”

学校纪委书记黄乃文告诉记者,今年2月份,学校针对2020届同学开始组织点对点、人对人的就业扶持。专业老师、辅导员、各学科带头人齐上阵,扶持覆盖率达100%。“每一个同学我们都了解情况,并且精准推荐就业岗位。”

“所以,2020届的毕业生就业水平没有下滑,96.3%这样的就是一个就业率我们也想不到。”黄乃文自豪地说。

吸引“顺德智造”来校招兵买马

当天有32家来自佛山顺德的企业组团到校招聘,其中包括科达制造股份有限公司、广东万和新电气股份有限公司、广东星徽精密制造股份有限公司、广东新宝电器股份有限公司4家上市公司。

据悉,学校高度重视培养创新型专业技术技能人才,鼓励学生积极参与智能机器技术的研究与应用。近日,学生团队分别在广东省智能机器全景应用技术开发大赛、智慧网联技术与应用大赛获得一等奖的优异成绩。

广东新宝电器股份有限公司专注于小家电生产及出口,负责人谭先生介绍,疫情期间人们居家时间

增长,对小家电需求增大,因而今年应届生招聘需求数较往年增加了一倍。

招聘会现场,2013届毕业生、招商证券深圳区域招聘人员陈嘉将返校招聘师弟师妹。陈嘉将入行几年来,和本科同学一同站在同一起跑线,业绩连续五年在本单位排名第一。由于自身能力得到领导认可,公司将此次招聘门槛调低至大专学历。

对于如何在业界做出成绩,陈嘉将有自己的思考:“我总结了一个经验:一定要比别人付出更多的勤奋和努力。因为你自身的学历不如别人,就要往另外一块去更深度地发展,扬长避短,将能力发挥到极致。”

文/羊城晚报记者 崔文灿
通讯员 林思克
图/学校提供



第三届全国大学生化妆品配方技术技能大赛现场

“大雪”郁闷睡不好? 中医说这可能是“心肾不交”

“心肾不交”

文/羊城晚报记者 林清清 通讯员 彭逢美 朱钦文 李凯欣

大雪时节,北方大雪,广州却还徘徊在20℃左右的温暖里,但节气的调整已经在悄悄进行。很多人发现,这一时节,容易出现精神抑郁,经常莫名其妙地不开心或睡眠质量不好等。南方医科大学中西医结合医院治未病中心学术带头人彭康教授表示,这可能是中医学上说的“心肾不交”。



内分泌科医生教你吃美食 图/视觉中国

大雪时节 “心肾交通”解抑郁

何谓“心肾不交”?彭康表示,在正常生理情况下,心在上焦,属火,肾在下焦,属水,心中之阳下降至肾,能温养肾阳;肾中之阴上升至心,则能涵养心阴。心火和肾水互相升降协调,保持动态平衡,就是“心肾交通”。

反之,“心肾不交”则是因心肾既济失调导致的阴阳失衡,如肾阴不足或心火扰动,两者失去协调关

系,多由肾阴亏损,阴精不能上承,因而心火偏亢,失于下降所致。临床上表现为心烦失眠、心悸不安、眩晕、耳鸣、健忘、五心烦热、咽干口燥、腰酸膝软、遗精带下等。因此,在调治方面应该滋阴降火、交通心肾。

三款中药食疗用起来

要调理“心肾交通”,彭康教授介绍了几种常用中药食疗方。

【远志】

彭康表示,远志辛散苦泄温通,能助心阳、益心气,使肾气上达于心而安神益智,又祛痰而开窍,善治心神不安或痰阻心窍诸证。现代研

究,远志有镇静、抗惊厥、祛痰、收缩子宫和未孕子宫、降血压、抗菌、溶血等作用。但要注意,远志对胃有刺激性,故消化道溃疡病及胃炎患者慎服。

远志茯苓枸杞酒:蜜远志20克,茯苓30克,枸杞50克,白酒500毫升。将上三味药材水洗后晾干,置入容器中,加入白酒,搅拌后封存,7天后再搅拌,14天后开封饮用。每日10-20毫升。

【合欢皮】

有解郁、和血、宁心、消痞肿之功。可用治心神不安、忧郁、失眠等症,也可用于情志不遂忧郁而致失眠者,心神不宁等。

合欢炖猪蹄:合欢皮20克,猪

蹄250克,加适量葱段、姜片、花椒、桂皮等,炖至猪蹄烂熟即可。

【鸡子黄】

鸡蛋的蛋黄作为中药,就是鸡子黄。它在中药配方中也有重要作用,如出自《伤寒论》的黄连阿胶汤,就用于治疗少阴病、心中烦不得卧等症。其主要功能是滋阴降火安神,用于心火上炎所致的心烦失眠。

黄连阿胶鸡子黄汤:是中医经典方黄连阿胶汤的美食做法。鸡子黄2枚,黄连12克,黄芩3克,阿胶9克,白芍3克。先煮黄连、黄芩、白芍,加水8杯,浓煎至3杯,去渣后,加阿胶烊化,再加入鸡子黄,搅拌均匀。分3-4次服用。

荣获 2020 年羊城金牌养老机构评选
“最佳养老机构” “最佳养老品牌”

长护险定点机构
引进蒙台梭利认知疗法

招商高利泽
源自欧洲 品质养老

CHINA MERCHANTS-COLUSEE
招商高利泽
呵护,无微不至

温情回馈 年末钜惠三重礼

第1重 短期体验 住一送一

第2重 成功推荐 千元嘉奖

第3重 签约立享 15天免费

*住一送一:最高送15天,可赠与他人使用。推荐嘉奖:成功推荐长期入住(1年以上),推荐人获得现金1000元奖励。15天免费:签订长期入住(1年以上),即可享受额外立减15天费用优惠。

钜惠好礼热线: 020-31166626
广州市番禺区东环街东艺路139号金山谷养老社区

无糖尿病史也可能糖尿病“暴发” 专家:突然“三多一少”要注意!

文/羊城晚报记者 林清清 通讯员 廖温勃

足足抢救了两天,63岁的老温(化名)终于恢复了清醒。半年前发现血糖轻微升高却不以为意,没想到爆发性1型糖尿病突然发生。专家指出,即便此前没有糖尿病史,存在糖尿病高危因素的人群,也建议每年定期一次血糖检查,当突然出现“三多一少”(多饮多食多尿体重减少)时,需警惕糖尿病可能“缠身”。

乳酸值翻十倍! 1型 糖尿病暴发命悬一线

10月6日凌晨,老温在家中突然反复呕吐,当天傍晚开始乏力、头晕、意识模糊,家属呼叫120送至广州市第十二人民医院急诊。到医院时老温已陷入昏迷,床边监护仪显示生命体征已极不稳定,血压更是一度降至仪器无法检测出来。急诊抽血结果显示,老温的血糖竟已高达80.74mmol/L,乳酸10.4mmol/L,血钾7.70mmol/L,这意味着患者整体内环境已被完全破坏,随之而来的将是多脏器损害、休克,甚至是心跳骤停。

医院急诊科迅速组织内分泌科、ICU联合会诊,转入内分泌科专科抢救,ICU随时准备支援。“患者年纪较大,有肺病病史,身体条件较差,当时已经意识不清、呼吸困难、心率失调,如果抢救不及时,后果不堪设想。”内

分泌科副主任医师李婉媚介绍,老温除了血糖奇高,比正常值翻了十倍的乳酸值更是极大隐患,“通常来说,此类患者更多出现的是酮症酸中毒,但老温出现的乳酸中毒更为危重,死亡风险高出数倍。”

经过一夜通宵救治,老温终于保住了生命,但预料中的多脏器损伤已经出现。医生经综合分析,考虑患者为爆发性1型糖尿病,制定了新的治疗方案。老温病情日渐好转,不久顺利出院。

前期几无症状,定期 血糖检查很重要

其实早在半年前,老温在外院治疗肺病期间已经发现血糖有轻微升高,但没有引起重视。他所患的爆发性1型糖尿病,由于尚未发现其明确的病因及自身免疫的证据,目前被归入特发性1型糖尿病的范畴。

“严格来说,爆发性1型糖尿病

是因某种免疫损伤导致,遗传因素参与的可能较大。”李婉媚解释,也正因此,患者前期几乎没有异常症状,胰岛相关抗体通常为阴性,即便此前没有糖尿病史也可能突然暴发,难以预测。

李婉媚表示,爆发性1型糖尿病起病急、预后差,发生糖尿病急性并发症风险高,一旦发病没有及时就医,容易出现并发症甚至有危及生命的风险。

“对于爆发性1型糖尿病,如果能及时发现血糖升高,尽快就医,可以避免酮症酸中毒或者乳酸中毒的发生。”李婉媚表示,具备高危因素人群应每年定期做一次正规的血糖检查,当突然出现“三多一少”(多饮多食多尿体重减少)时,就应警惕糖尿病可能已“缠身”。除了检测空腹血糖,餐后血糖及糖化血红蛋白检测也十分重要。此外,对于危险因素较多的人群,也可家庭配备血糖仪定期检查。



图/视觉中国