

# 成就守护基层群众健康良方

肇庆让优质中医药资源向基层延伸

谭敏华

“长期坐着办公,肩颈酸痛。医师推拿后舒缓多了,太见效了。”“小病小疼我会先到家附近的中医馆看,费用便宜,和医师也熟悉。”……在肇庆各个基层中医馆,前来看病的老百姓对中医药服务能力和诊疗效果赞不绝口。

近年来,肇庆着力打通中医药服务“最后一公里”,基层群众“方便看中医,看上好中医”的美好愿景正照进现实。

## A 让优质中医药服务离基层群众再近一些

“好几年的颈椎病,来城西社区中医馆做理疗之后舒服多了,价格经济实惠又管用!”经过治疗,68岁的社区居民莫婆婆告别颈椎疼到睡不着觉的日子,精神好了很多。

莫婆婆看病省心省力,离不开肇庆对基层中医馆建设的大力推进。

“中医馆,解决的是中医药在基层发展的硬件问题。”肇庆市中医药局局长梁元表示,过去,肇庆市中医药科室分散,尚未形成整体综合服务网络。打造中医馆,能让老百姓在家门口“一站式”接受中医服务,实现便捷就医。

在此背景下,肇庆市大力推进基层中医馆建设,基层中医药服务开始有了“一方广阔天地”——全市113间乡镇卫生院、社区卫生服务中心实现基层中医馆全覆盖。

一踏入高要区金渡镇卫生院,便能望见古色古香的中医馆。馆前悬挂的牌匾和灯笼,营造出浓郁的中医药文化氛围。

中医馆内面积约100平方米,环境整洁明亮,配有电针治疗仪等中医现代诊疗设备,开展针灸疗法、火针疗法等多种中医适宜技术。去年,该院还在住院部设置了6个中医理疗床位,纳入中医病房。

中医馆建起来后,该卫生院副院长谭焕跃感受到明显的变化:“以前村民只信任大医院,大病小病都跑去大医院看。如今,村民们更愿意留在基层就诊了,我们中医馆一年接诊量超12000人次。”

中医药的发展根基在基层,重点也在基层。随着群众中医药健康需求的日益增长,肇庆基层中医药服务范围有望进一步延伸。

梁元表示:“未来,我们将探索在社区卫生服务站与村卫生室内设立中医阁,让优质中医药服务离基层人民群众再近一些。”

## B “价”“质”“量”多管齐下

最近,家住端州城区麒麟街的罗婆婆骑车摔倒,导致右肩和颈部疼痛。听说社区有中医馆可以治疗,她抱着试一试的心态前来。

推拿、熨烫、磁疗、针灸……一套理疗结束后,她左右转动颈部,确认无不适感后,言语中充满惊喜:“原来这么好的医馆就在我的家门口,效果好,花钱少,医生细心温柔,还不用排队。”

看病近、花钱少、良好的就医体验,是吸引患者前来中医馆的共同原因。在罗婆婆就诊的端州城西社区卫生服务中心,诊疗费只需3到10元,针灸、推拿等基础服务收费标准则定价在30到50元,医保报销后费用可进一步减少。

随着“价”“质”“量”的多管齐下,肇庆中医药发展的潜力和活力正不断释放。

肇庆各地中医馆挖掘自身特色开展中医药服务,成就守护基层群众健康的“良方”。

高要区金渡镇卫生院在患者心中有两张颇具信任度的名片——疼痛康复科和骨科。这正是该院培育的两个特色专科。

快速刺穴、拔针,位置精准、深度适宜……金渡镇卫生院疼痛康复科中医师胡盛坚的针挑术在全国范围属于导师级别,从外地慕名而来就诊的患者络绎不绝。在稠医办办公桌后面的墙上,挂满了患者赠送的锦旗。

胡盛坚的“火针疗法”在治疗腱鞘囊肿、跟腱炎等疾病上具有疗程短、疗效好的效果,深受周边居民的肯定。“在保证效果的前提下,我们主要采用传统手法进行治疗,因而价格亲民,更适合基层群众。”

## C 打造中医全科医生队伍

“颈肩腰腿疼、中风后遗症康复治疗等常见问题,都可以在这里看。”端州城西社区卫生服务中心中医馆以满足辖区居民多元化健康需求为目标,着力发展中医全科医疗服务模式。

为此,基层中医全科医生培训必不可少。城西社区卫生服务中心委托广东省第二中医院对中医馆医师进行历时三年的中医全科专业规范培训,打造医术精湛、“能中会西”的中医全科医生队伍。“作为一名全科医生,需要对所有常见病、多发病有所了解,培训期间我几乎每个科都去进修过。”该中心医师方丽妍说道。

审视当下,肇庆在取得中医馆覆盖率和水平显著提升等喜人成绩的同时,仍面临不少挑战。梁元表示:“人才问题是基层中医药发展面临的主要问题之一,我们仍需不断加强人才队伍建设。”

如何进一步扩大基层人才供给?肇庆以岗位进修、名老中医专家师承带徒、中医全科医生规范化培训等多种模式,为基层培养一批懂中医、用中医的实用人才。

理论授课、现场示教、实操训练、临床实践……近几年,广宁县赤坑镇卫生院中医师罗秀豪每年都会参加肇庆市中医药局举办的中医适宜技术培训班待上一个月,进

修脾胃、肩颈等基层群众常见病的特色诊疗技术。

“通过培训,我积累到许多宝贵的临床实践经验,学习到光靠看书难以学懂悟透的诊疗技巧。这些技术,都在对基层群众的治病上发挥了作用。”广宁县赤坑镇卫生院中医师罗秀豪说。

与此同时,肇庆县域医共体建设的“强基层”作用也开始显现。“现在家门口就能看病拿药,还有中医院的专家定期来坐诊,实在方便贴心了。”家住德庆县官圩镇五福村村民梁喜笑颜开。他患有腰椎病,以往发病时要去10多里外的县中医院进行康复治疗,一来一回就要花半天时间。德庆县成立医共体以后,梁叔再也不用频繁奔波了。

“乡镇中医师到县级中医院学习、培训,县中医院的中医下基层坐诊、带教,这种模式效果很明显。”梁元说,县域医共体的紧密联动,弥补了基层人才的短板,群众可在基层享受更优质中医医疗资源,得到了实实在在的好处。

建阵地、优服务、育人才……乘着肇庆基层中医药高质量发展的东风,中医药造福基层民众的故事正不断上演。(作者单位:肇庆市宣传综合服务中心)

# 中山石岐医育融合为婴幼儿提供专业呵护



中山讯 日前,以“幼有善育‘岐’待花开”为主题的2022年中国计生协向日葵亲子小屋(中山石岐街道)年度总结暨2023年“0-3岁婴幼儿照护服务工程”启动活动在中山石岐街道举行。

活动现场设置了中山市婴幼儿照护服务风采摊位以及健康、法制宣传等多个主题摊位,吸引了众多市民参与互动。

石岐街道“向日葵亲子小屋”作为中山市首个国家级项目点之一,于2022年5月8日正式启动。“向日葵亲子小屋”项目着力打造孕产妇产后保健服务、家长获取科学养育知识、幼

儿快乐成长的公益平台。至今累计提供优生优育、科学育儿、家庭教育等线上线下专业公益服务活动54场,发放宣传资料逾千份,服务家庭500户,惠及居民群众延伸服务超8000人次。

活动现场还启动中山市“0-3岁婴幼儿照护服务工程”及“向日葵亲子小屋”牵手共建仪式,该项目将以“项目+阵地+队伍”形式,多维赋能,助力中山婴幼儿照护服务高质量发展。据介绍,“向日葵亲子小屋”已纳入今年中山市妇女儿童发展规划示范工程。

(石岐街道计生办)

## 江门市中心医院儿内科早教活动受患儿喜爱

# 让单调的住院生活变得缤纷

江门讯 近日,在江门市中心医院病房外,欢快的歌声响起,小朋友们跟着志愿者拍手歌唱,传出阵阵的欢笑声。这是病房每月一次的儿内科早教活动。

单调枯燥的住院生活容易无限放大患儿和家属的焦虑和担心,如何为这样的生活注入些许活力,让患儿们开心一点呢?对此,江门市中心医院医务社工项目组链接了早教志愿者资源,在儿内科病区开展以“魔镜”为主题的早教活动。

初次相聚,不少患儿都会羞于表达,为鼓励患儿勇敢表达自己,促进彼此间相互认识,志愿者邀请每位小朋友作自我介绍,并为他们贴上名牌。每一位勇敢站起来的小朋友,都赢得了在场所有人的掌声。

镜子是孩子们都熟知的物品,但它的用途往往会被固定在日常梳妆打扮上,而看不到它的别样神奇之处。志愿者们带领孩子们天马行空地思考镜子的作用,并利用镜子玩起图形游戏,让孩子们感受光学魅

力。“纸上都是一些残缺的图形,看看哪位小朋友能够又快又好地用镜子帮我照出一个三角形来!”小朋友纷纷举手,展示自己的答案。

素白的小镜子显得有些单调,志愿者邀请孩子们为它装扮一番,用五颜六色的轻黏土装饰边框和手柄,让镜子焕然一新。“老师,我要红色!”小朋友们迫不及待地动手装饰起来,年纪较小的小朋友在志愿者和家长的帮助下,做出一个个脑洞大开的可爱作品,两位大姐姐则融入自己的审美,完成充满少女心的梦幻“魔镜”。

短短一个小时的活动中,欢乐的游戏、有趣的手工、亲切的互动,实现了家属对患儿的高质量陪伴,单调的病房环境也顿时变得五彩缤纷起来。

每一位患儿与家属都是与疾病抗争的勇士,家长则是保护患儿的盔甲。病房的各式活动是他们娱乐和喘息的最佳机会,既为康复之路增添一丝趣味和光亮,也为患儿及家属注入了更多信心和力量。(廖咏琳)

## 深圳市龙岗区平湖公卫中心开展健康教育

# “你点单 我送课” 健康知识“精准送达”

深圳讯 “保护视力,有一种最简单的方法,就是每日坚持不少于2小时的户外活动时间”。日前,深圳市龙岗区平湖公共卫生服务中心(以下简称“平湖公卫中心”)“你点单我送”健康科普讲座走进华南师范大学附属平湖学校,为170名学生送上近视眼防治健康教育公益课程。

课堂上,龙岗区第五人民医院五官科的医生为同学们讲解爱护眼健康知识。医生利用图文对比的方式,向同学们直观展示了正常视力与高度近视的生理区别及危害,通过对近视形成的五大不良用眼习惯的分析,给同学们指出近视防治的方法;正确的读写坐姿、良好的用眼习惯、均衡的营养、充足的睡眠时间和户外运动,以及定期的视力筛查。

据悉,此次讲座是应华南师范大学附属平湖学校的需求开展的。类似的“点课”方式也在平湖辖区相继开展。3月6日,应鹤溪小学之邀,辖区点课需求最火的课程——急救课程走进该校,平湖公卫中心科普讲师团成员现场教授心肺复苏

课程。

“我们的科普内容就是要以群众的需求为导向,群众想‘吃’什么,我们就‘烹制’什么,就送什么,不仅是内容由点课方选,就连送课时间也由点课方来定。”平湖公卫中心负责人表示,“健康教育工作不能依靠单向输出,科普的最终目的是让群众受益,让科普知识改变群众的日常行为习惯,从而养成健康的生活方式。”

截至目前,平湖公卫中心链接龙岗区健康教育与促进中心“点单送课”健康科普公益平台,结合工作实际,组织开展“你点单我送”——健康科普“五进”系列活动,将本中心科普讲师团的作用最大化,同时整合辖区相关专业科普讲师资源,把相匹配的课程资源快速推荐给需求方,更好地解决了专家授课内容与听众需求不匹配、听众积极性不高等问题。

截至日前,平湖公卫中心共收到辖区群众“点课”15单。接下来,平湖公卫中心还将根据需求,将健康课程陆续送进学校、幼儿园、社区、企业、机关。(侯泽沂 孙秀凤)

## 广东省人民医院珠海医院急诊科

# 和时间拼速度 与“死神”抢生命

杨航 董晓彬

“张医生,快来!”广东省人民医院珠海医院(以下简称“省医珠海医院”)急诊科住院医师张燕华听到呼叫立即起身,快步冲到急救室,整个过程不到5分钟,一场与死神抢时间的战斗开始了。这样的场景几乎每周都会在省医珠海医院急诊科上演。

省医珠海医院急诊科成立于2017年3月1日,主要承担着珠海西区的院前急救、院内抢救、抢救后危重症监护治疗以及日常门急诊等医疗服务工作。经过六年的发展,现已成为集临床、教学、科研及应急救援为一体的金湾急救急救医学中心,被评为珠海市“十四五”期间临床重点专科建设单位。2021年通过广东省胸痛中

心第十五批认证,2021年11月获珠海市市级临床重点专科建设单位,2022年从全国1100多家医院中脱颖而出,顺利通过了“急性上消化道出血救治快速通道项目”现场评审,获评“急性上消化道出血救治快速通道”星级建设单位。

六年来,省医珠海医院急诊科猝死患者的抢救成功率不断提高,急诊抢救心肺复苏恢复(ROSC)成功率逐年上升,由2018-2019年的平均成功率20%上升至2020-2022年的51.6%,远高于国内的平均水平;120院前心肺骤停心肺复苏恢复率19.23%,全市排名第二。去年,省医珠海医院急危重症抢救952例,抢救成功

919例,平均抢救成功率96.53%。目前,省医珠海医院对标国际设置的急诊科急救双通道、十米半径“一站式”抢救单元为急危重症救治提供快速通道。在急危重症通道内,配备有导管室、急诊抢救室、急诊手术室、急诊急危重症监护室、DR、CT、MRI室等。

值得一提的是,该院急诊科CT室与导管室仅一墙之隔,独特的空间布局优势极大提高了急危重症救治效率。急危重症患者在此单元内“足不出户”即可完成诊断所需的各种检查。

在急危重症监护室内,配置有先进的抢救设备如ECMO、IABP、床旁心脏超声、心电图、心脏临时起搏器、新一代有创/无创



▲省医珠海医院急诊科主治医师张燕华和护士刘丽君

呼吸机、有创/无创血流动力学监测、中央监护系统、床边纤镜、POCT床旁检测系统等。

得益于省医珠海医院急诊科利用空间布局和医疗流程设计的优势,卒中患者从到达急诊大门到完成CT检查时间仅需13分钟,而目前国内急诊此项平均时间约为93分钟。对于心源性猝死患者,省医珠海医院急诊科利

用先进的一站式抢救单元大大缩短DTB(从患者到达医院大门到成功开通堵塞血管)时间。2022年全年DTB平均时间为76.97分钟,最近一个月DTB时间最短仅为20分钟,远低于国家胸痛中心标准要求的90分钟,极大提高心肌梗死患者抢救的成功率。

(作者单位:广东省人民医院珠海医院)

## “中国儿童生长发育健康传播行动”大型公益活动暨“三水区生长发育联盟”授牌仪式在佛山三水举行

# 呵护儿童健康成长

梁志雄

3月11日,“中国儿童生长发育健康传播行动”大型公益活动暨“三水区生长发育联盟”授牌仪式在佛山市三水区人民医院举行。据悉,三水区生长发育联盟以三水区人民医院为牵头单位,搭建联盟医院学科之间互通互助、资源共享的交流平台,将通过科普儿童生长发育知识、同质化诊疗规范、加强技术交流等方式,在推动社会对儿童生长发育领域关注的同时,提高儿童生长发育疾病的诊疗水平。

## 组建生长发育联盟

三水区生长发育联盟由区镇(街道)两级共12个医疗机构共同组成。

作为该联盟牵头单位,三水区人民医院近年来逐步形成覆盖全区的优质医学专科群。该院儿科是“十四五”期间市级医学重点专科,每年大约接诊并有效诊治1200

名有生长发育问题的儿童,促进三水及周边儿童的生长发育问题显著改善。

目前,三水区人民医院已统筹组织以儿科为主的多学科联合治疗体系,成立生长发育专科,可对患儿进行全面评估,并为其建立档案,制定个性化干预方案。为确保治疗效果,该院还将通过定期随访、监测等方式,开展全面的儿童身高管理。

“家长缺乏对孩子生长发育方面知识的了解,区内各级医疗机构也在相关诊疗上存在短板。”三水区人民医院党委书记徐志明表示,未来,儿童生长发育疾病的相关治疗方案、措施将在各联盟单位之间进行同质化培训和推广。医院也将以“三水区生长发育联盟”为纽带,与联盟内单位加强交流合作、优势互补,带动提高联盟各成员单位儿童生长发育医疗、科研、教学等综合能力。

## 普及生长发育知识

活动现场,三水区人民医院儿童生长发育专科医生蔡广创以“关注身高,健康成长”为主题进行了科普讲座。蔡广创介绍,家长可以从运动、睡眠和营养三方面去着手改变孩子生长迟缓的现状。

他建议儿童要有超过一个小时的课外活动时间,运动方式可以选择纵向的弹跳运动,比如跳绳、打羽毛球、打篮球和一些拉伸运动,避免负重运动例如举重等,运动可帮助孩子长高。此外就是睡眠,建议儿童养成晚上21:00-22:00入睡的睡眠习惯,不要错过凌晨0:00-1:00生长激素的分泌高峰,也不能起得太早,因为4:00-6:00之间是另一个分泌高峰;不同年龄段对孩子的睡眠时长也有不同要求,高中生睡眠需要8小时,初中生需要9小时,小学生则要10小时。

再一个是均衡的营养,营养过剩也是不可取的。

如果睡眠、运动、营养都做好了,依然改变不了儿童矮小问题,这时就需要求助于儿童内分泌专科医生的帮忙。儿童生长迟缓有多种原因,必须经过详细的病史询问、体格检查、实验室检查来判断,不同的致病因素对应不同的治疗方案。

现场设置了儿科联合义诊,共为136个家庭提供了生长发育咨询。儿科生长发育专科、儿童康复科及行为发育专科的专家为家长们解答儿童行为异常方面的疑问,以及临床营养科的专家对孩子营养不良等问题进行讲解和评估,并给参与活动的儿童准备了免费测量身高及身高评估。

市民陆女士表示,她的儿子目前八岁,身高只有1.25米。“我一直知道他有些矮小,但是没有引起重视,参加了这次活动,我意识到了问题的严重性,接下来要下定决心

在日常生活习惯上进行干预。”陆女士介绍,在进行专业评估后,医生建议先在饮食营养、睡眠时间、日常运动方面进行改变,如果一段时间后还未有改善,就需要医学干预治疗。

据悉,佛山市三水区人民医院已成立生长发育专科。该院儿科主任李焕琼表示,儿童生长发育疾病的治疗疗程长,需要定期检查、复诊、咨询,许多生长发育问题需要多学科联合会诊。为方便广大儿童就诊,三水区人民医院统筹组织了以儿科为主、多学科联合治疗体系,家长带孩子到生长发育专科就诊后即可建立档案,接受系统全面评估,包括专业检测,随后制定相应的个性化干预方案,为确保治疗效果,该院还将定期随访、监测,开展全面的儿童身高管理。相关治疗方案和措施也将在各联盟医院进行同质化培训和推广。

(作者单位:三水区人民医院)