

健康直通车走进罗山 免费义诊进社区 老友齐练八段锦

基本公共卫生服务便民宣传
惠民健康直通车

免费健康义诊及科普 老友乐开怀

活动当天,虽然天空下着大雨且伴有一定程度的气温下降,但作为失智预防干预对象的老友们,参与活动的不减,氛围融洽。活动现场不时传来大家的欢声笑语。喂,活动现场大家都在做啥有趣的事呢?

活动的第一个环节是义诊。瞧!活动现场,来自晋江市罗山街道社区卫生服务中心的各位医者,正在为每位老友测量血压血糖,并提出针对每个人身体的健康建议。有的老友是慢病患者,还熟门熟路地带上了自己正在吃的药来,咨询医生用药事宜。“罗山的医生经常给我们义诊,我们都认识了,也知道来义诊要带药或病历给医生看。”蔡丽芬大妈告诉记者。

除义诊外,医务人员还为前来咨询的老友耐心解答健康知识,对各种慢性病的防治和饮食作息进行指导,向群众介绍八段锦与预防失智的关系。



健康课堂

关于螨虫 你应该了解的事情

随着人们生活水平的提高,各种风格的室内装修风格行于世,各种各样的装饰工艺品进入千家万户。但是,你知道吗?豪华的居室为螨虫的生存,提供了良好的自然环境。滋生、隐居在豪华居室的螨虫,极大地威胁着人们的身体健康。本周健康课堂,特邀晋江市中医院皮肤科许艺燕医生为你解析。

皮肤红肿的元凶之一

近日,家住青阳街道的陈女士发现,最近自己的皮肤总是隐隐作痛,脸上开始出现红肿,于是,她来到晋江市中医院挂号就诊。检查报告显示,她的脸颊两侧均出现螨虫。在门诊时,陈女士说其儿子最近几天一直吵着说自己眼睛痒,许艺燕医生提醒她最好也带儿子来检查一下,多半也是螨虫在作祟。

许艺燕医生解析,螨虫是一种透明状小虫,靠吃人身上脱落的皮肤鳞屑为生,适宜于室温20℃~30℃、湿度60%~80%的环境中生长繁殖,居室中的床垫、床褥、家具、地面、食物及空调房间的地毯、宠物皮毛等都非常适合螨虫的生存繁殖。

可致多种过敏性疾病

“据统计,每平方米地毯上通常有4克灰尘,而每克灰尘中至少有800只螨虫。螨虫是引起变态反应性疾病的致敏源之首,可以引起多种过敏性疾病。这也是近年来过敏性疾病呈上升趋势的原因之一。”许艺燕医生介绍说。

首先,是过敏性哮喘。螨虫常随空气灰尘飘浮,如被人吸入,可使具有过敏体质的人发生过敏性哮喘,出现一系列以呼气性呼吸困难为特点的临床症状。据统计,哮喘病人中,成人60%、儿童90%的哮喘过敏源来自于螨虫。

其次,螨虫或可引发过敏性鼻炎。空气中的螨虫随呼吸进入鼻腔,刺激鼻腔黏膜,引起鼻腔黏膜的过敏性症状,如出现频繁打喷嚏、流清鼻涕、鼻塞等,将严重困扰人们的生活与社会活动。若长时间未愈,则有发展为过敏性鼻炎的趋势或倾向。

螨虫或可引发过敏性皮炎。螨虫直接刺激皮肤,可引起皮肤瘙痒难忍,甚至出现各种皮疹。如因搔痒过分抓挠,久而久之,会使皮肤变粗糙、变硬,甚至出现皲裂。抵抗力低下的人,还容易发生各种感染性皮肤病。

许艺燕医生建议,一定要定时为豪华居室通风换气,定期清洁除尘,勤清洗、日晒床垫、被褥、枕头、衣物,并做好宠物的管理和清洗,最大限度地减少螨虫对人体造成的危害。



晋江市罗山街道是我市老年人失智预防干预项目的试点。为提高试点地区老年人的健康素养,着眼全龄健康,促进全省老年人健康水平迈上新台阶,3月31日,本报健康融媒体平台携手晋江市疾控中心、晋江市罗山街道社区卫生服务中心公共卫生科走进罗山街道山仔社区,共同举办了“失智预防干预、指导老友练习八段锦”健康主题公益活动。不仅为村内近50名老人送去免费的健康义诊及知识科普,还进行了学八段锦、参与有奖小游戏等活动。



学八段锦预防失智 服务受好评

义诊结束后,就来到了当天活动的一大亮点环节——带领老友学习八段锦。晋江市罗山街道社区卫生服务中心公共卫生科张伟坤医生介绍,八段锦是中国古代流传下来的一种气功功法,练习八段锦的好处可以简单概述为:滋阴助阳、培元补气、疏通经络、活血生津。长期锻炼可使人强身健体、聪耳明目、延年益寿。用现代科学学术分析,就是活动全身关节、肌肉、调节精神紧张、改善新陈代谢、增强心肺功能、促进血液循环,从而提高人体

各个生理机能,是有效预防老年人失能失智的重要措施。

活动当天,在医者、各社区卫生服务站志愿者的积极动员下,老友们伴随着音乐,跟随着“带操员”的动作,纷纷练习了起来。练习完毕后,又紧接着开展了套圈赢礼品活动,活动现场迎来了老友们的阵阵欢声笑语。

“免费义诊、问医生,还能学练八段锦,玩游戏,真的很感谢你们的付出!希望你们的健康直通车,常来!让我们这些老人

家在家门口就能享受到优质的医疗卫生服务。”罗山街道许坑老年协会秘书长杨君荣开心地表示。

值得一提的是,此次老年人失能(失智)预防干预服务活动,老年人十分配合,参与度高、积极性强,有效提高了老年人对于失能(失智)预防知识的知晓率。同时,开展这样的活动,也有助于增强老年人之间的感情,在预防干预老年人失能(失智)方面起到积极的促进作用

本期聚焦

别样心意致敬“大白” 患者手绘漫画感谢咱厝好医生

纸短情长。近日,晋江市医院晋南分院骨科主任、主治医师曾华群收到了一份特别的礼物——一名患者为其画了一幅“大白”人物漫画并手写了一封感谢信,以此表达对他的感谢。



医生简介

曾华群 晋江市医院晋南分院骨科系统党支部书记、骨科主任、主治医师

手绘漫画表感谢

“医术可信医德可敬 待人友善尽心尽责……”寥寥几笔,一名眼睛炯炯有神,戴着眼镜和口罩的医生专业帅气的形象跃然纸上。这一又萌又帅的漫画图,出自一名22岁的幼师蔡某某之手。

蔡某某表示,为表达感谢,她利用闲暇时间,一笔一画将自己的就医经历记录在这一封信中及漫画里。她希望这幅画及感谢信,能表达自己的感激之情,也能给其他的患者传递正能量,为大家推荐周边好医生——曾华群医生。

在信中,她这样写道,“尊敬的曾医生,在住院期间,您成为我的主治医师。回想起当时的情形,您在术前用简单的话语让我们了解腿受伤的程度,了解手术方案(需放置钢板)。在手术过程中,您跟团队里的医生用精湛的技术及完美的配合为我的腿做了内固定手术,在我和父母因医保的事情屡次去咨询您时,您总会耐心回答,从未有过一刻不耐烦,同时也尽力去指导我们怎么走流程……”

值得一提的是,“今年在恢复良好的情况下,再次联系到您为我动第二次手术。术前您特地过来为我们讲解手术时可能会出现的一些情况,用专业又亲切温暖的语气消除了病人和家属的紧张和担忧。术前住院那几天,您不管多忙都会过来关心我这位病人;偶尔忙碌早上没空来,您也会交代许医生过来观察伤口并给我换药,再拍照给您看看伤口的愈合情况。有时您早上没空来,中午也会过来。每次您一踏进病房,就能听见您用亲切的声音问,今天怎么样啊,还会疼吗?中午吃饭了吗?就是这么简单的关心,让我感觉您就像亲人一样,心里感到无比的亲切与温暖。”

蔡某某表示,在这次小小的挫折中,非常感谢能遇到一位如此优秀的医生。住院期间,曾医生对工作的高度责任感,对病人亲切友善的态度及紧张忙碌的工作,令其赞叹不已。现如今,她的腿恢复良好。为此特意写一封感谢信,想向曾医生道一声最真挚的感谢。“曾医生,谢谢您,您辛苦了。”



医者仁心受赞扬

为了解这封信及漫画背后的故事,记者又采访了曾华群医生。

“蔡某某2021年以外伤致左膝疼痛、畸形、活动受限1小时为主诉入院。”曾华群介绍说,当时她入院后被诊断为左胫骨平台粉碎性骨折。所以为其行“左胫骨平台骨折切开复位双钢板内固定术”,并于今年返院行内固定取出。令人开心的是,蔡某某这两次住院都很顺利,功能恢复很好,她及她的父母都非常满意。“对于我们医护人员来说,最开心的事莫过于看到患者能够康复出院,辛勤工作能够得到支持和认可。”

“主要是她能感受到,虽然有时正常上班期间看不到曾华群医生,但曾医生也会主动在班外时间进行查房,或交代其他同事为病人解决问题。所以,从一开始的担心和害怕,到入住医院第一天后,医护人员的温暖就即刻驱散了她内心的害怕。”晋江市医院晋南分院外一科副护士长吴皇妹介绍。

“患者是懂得感恩的人。她看到了曾华群医生的忙碌,并能体察医者对患者的真诚与专业。”晋江市医院晋南分院医疗服务部主任、副主任医师张欢迎介绍,作为基层骨科医生,除了手术、值班,医生们还要承担大量的门诊、义诊、下乡等任务,很多时间不能在病房。曾华群医生在日常诊疗时,都会利用中午、下午下班时间再查房、关心病人。这样认真负责的敬业精神,让患者及家属感受到了温暖,便构建了这一暖心的双向互动的良好医患关系。一幅手绘画,一封感谢信,凝聚着浓浓的医患情意,它传递的不仅是患者的感激之情,更医护人员辛勤付出、对患者倾情服务的最好证明。

基本公共卫生服务便民宣传
厝边医讯

咱厝医生再次当选 中国动物伤害救治分会常务理事



本报讯 8日上午,中国医学救援协会动物伤害救治分会在湖北武汉成功召开第二届理事会换届大会。来自全国各地代表参加了此次大会。值得一提的是,晋江市医院罗山院区(罗山街道社区卫生服务中心)庄天从副主任医师再次当选中国医学救援协会动物伤害救治分会常务理事,并作为常务理事代表做了《动物致伤门诊建设的“晋江经验”》的专题工作报告。

会上,庄天从的工作报告受到与会专家和参会人员赞赏与好评。他介绍了晋江市医院罗山院区动物致伤科传承弘扬“晋江经验”,不断创新和发展,从最初的一个小小犬伤门诊发展到成为目前全国知名的区域性动物致伤防治中心和动物致伤规范化救治培训基地,并走出了别具一格的“晋江模式”。

庄天从表示,今后将继续在中国医学救援协会动物伤害救治分会王传林会长的带领下,以及各位专家、同仁的帮助下,以“医路清风,不忘初心”的执着追求和奋斗姿态,在发展动物致伤防治征程中继续努力,造福四方百姓。

晋江市中医院郭森仁 入选第三届福建省名中医

本报讯 7日,福建省卫健委官网公布第三届省名中医名单。根据福建省卫生健康委员会、福建省人力资源和社会保障厅《关于印发〈福建省名中医评审办法(2022年修订)〉的通知》(闽卫中医〔2022〕112号),经本人自愿申请、各地各单位推荐、专家评审、公示和省名中医评审工作领导小组研究,确定万文蓉等30位同志为第三届福建省名中医。值得一提的是,晋江市中医院主任医师郭森仁顺利获评,入选第三届福建省名中医。

西园街道启动2023年 妇女免费“两癌”筛查活动

本报讯 乳腺癌、宫颈癌简称“两癌”,是威胁妇女健康的两大“杀手”。近年来,我国“两癌”发病率逐年上升,而35~64周岁是“两癌”的高发期,对女性健康和生命构成了严重威胁。值得一提的是,“两癌”若能早筛查、早发现,不仅治愈率高,且可避免大手术,免受许多痛苦。为了助益咱厝妇女的身心健康,晋江市西园街道社区卫生服务中心再次开展乳腺癌与宫颈瘤免费筛查。

据悉,本次关于“两癌”的免费筛查对象为西园街道户籍35~64周岁(1959年1月~1988年7月期间出生的,以身份证号日期为准)的已婚妇女,免费筛查主要内容包含人乳头瘤病毒筛查(HPV)、白带常规、常规妇科、乳腺手诊、乳腺彩超。HPV及乳腺彩超有异常者,可到晋江市妇幼保健院进一步做阴道镜检查及乳腺钼靶检查。

值得注意的是,近5年(即2018~2022年)有参加过免费“两癌”筛查对象今年不得再次参加,否则标本自动作废。编制内的事业单位人员、公务员等不符合此次筛查对象。既往患宫颈瘤、乳腺癌的不符合此次筛查对象。检查前请携带身份证复印件2张和农保卡原件。免费筛查地点:西园街道社区卫生服务中心四楼妇科门诊;免费筛查时间:即日起至免费名额结束(名额有限)每周一、三、五上午:8:00~12:00;下午:2:30~5:30。

报名方式:前往西园街道各社区卫生服务站(所)找村医报名,咨询电话:85888120。

健康问答

孩子长高的关键期

读者问:孩子长高有哪几个关键期?

晋江市医院(上海六院福建医院)儿科主任林利平答:根据最新的体格发育观念,婴儿期、儿童期、青春期的三个不同的时期,对孩子成年后的身高影响不同。两岁以前,尤其是1岁左右的婴儿期,营养的供给对身高影响显著;两岁以后,尤其是3岁之后进入儿童期,此时生长激素在身高方面的作用就凸现出来;到了青春期,性激素对身高相当重要,因为青春期的孩子身高突增源于性激素和生长激素的共同作用。