



梅岭街道社区卫生服务中心： 惠民健康服务再升级

传递惠民健康服务 展示基层医界风采

基本公共卫生服务便民普及系列宣传

为助力晋江基本公共卫生事业的全面提升,由晋江市卫生健康局、晋江经济报社主办,晋江市各基层医疗卫生单位协办的以“惠民健康服务 你我共同守护”为主题的晋江市国家基本公共卫生服务惠民宣教系列暨晋江基层医界风采宣传特别策划持续进行中。

本周,我们将目光转向梅岭街道社区卫生服务中心(又称“晋江市医院梅岭院区”),一起来了解下该中心近期推出的基本公共卫生服务便民新举措——医院健康管理中心再升级,正式开启“新三师”共管模式。



旧貌换新颜,服务更暖心。近日,记者来到位于梅岭街道社区卫生服务中心一层的健康管理中心。走进该中心,干净整洁的环境令人眼前一亮,随处可见的绿植增添了几分温馨与舒适。各功能区域划分清晰,一目了然。各类倡导健康的宣传栏活波丰富,各式宣传立牌吸引了往来群众的注意力。

据了解,健康管理中心主要面对65周岁及以上老年人、高血压、糖尿病患者(不限年龄)开放。为了让体检者方便快捷预约体检,中心开通了线上预约系统,只需关注公众号,或致电联系,在预约时间内到健康管理中心服务台开单后,即可享受这一免费服务。

近年来,伴随着医疗服务的持续提升,梅岭辖区老百姓就医更加便捷,该院年诊疗量显著提升。为了更好地服务群众,梅岭街道社区卫生服务中心积极蓄力,再行新举措,推出“新三师”共管模式。

“新三师”指的是什么?带着疑惑,记者专访了梅岭街道社区卫生服务中心主任、书记王毅。

“新三师,分别是西医综合解读师、中医慢病辨识师、公卫健康管理师。这三者各司其职,能更好地为体检者提供所需服务,满足群众不同的体检需求。”王毅表示,“公卫健康管理师主要负责落实基公卫服务的具体内容。一直以来,很多群众都反映,自己在体检后看不懂专业名词,仍不清楚自己存在哪些健康问题,更不知道该如何进行下一步的健康管理。为解决广大



群众的这一困惑,我院特别设置了体检报告解读室,为体检后的居民提供免费解读服务,将惠民举措做好做实。”

伴随着健康知识的普及,越来越多的群众已知晓中西医结合治疗方式有助于更好地管理糖尿病、高血压等慢性病。为方便群众获得全面、连续的健康服务,该院健康管理中心以此为特色,在中心内增设中医药特色服务。中医慢病辨识师将

辩证论治,从每个人的体质状态及不同体质分类的特性出发,为患者选择相应的治疗、预防、养生方法,进行“因人制宜”的干预。在治疗方式上,主要提供以中药、针灸、中药茶饮、耳穴压豆、穴位贴敷、中药足浴、中药膳食等中医手段。“简单来说,就是以西医的药物治疗和临床监测为主要方法,结合中医药辅助手段,综合应用中西医的各自优势,达到治疗效果的最大化。”

基公卫惠民服务再提升

你知道吗?65周岁以上居民,来到所处辖区内的卫生院/社会福利中心,可以享受国家基本公共卫生服务,可进行一年一次免费体检。

这不,家住梅岭街道的陈大爷就来享受了体检服务。“一直听说这儿可享受免费体检,今天来试了一下,服务是真的好!这样的好福利是真的,也无须再另外缴费。”伴随着陈大爷乐呵呵的笑声望去,该院的一名医务人员正在为一名老者做介绍,她耐心地表示,“国家基公卫服务,人人免费享有。晋江辖区内常住居民(居住半年以上、不限户籍)年满65周岁及以上老年人,每年可享一次免费体检。今年还没做体检的老人,如果不懂预约,也可到院后预约体检。”

值得一提的是,除了基公卫老年人免费体检,今年该院还新增了两项免费健康筛查

项目,分别是免费“肺功能筛查”及免费“快速型前列腺特异性抗原筛查(PSA)”。

该院公卫健康管理师张雅鸿介绍,到院体检的高血压、糖尿病患者,还可以拥有自己的“两病健康管理手册”。小册子有大作用,它可以持续记录患者每次测量血压血糖的情况及其生活方式(包括吸烟、饮酒、运动、体质指数),方便医生为其进行治疗时提供更好的诊疗服务。体检后发现患有高血压、糖尿病、尿酸高、高血脂的市民朋友,若对异常问题不了解,想知道运动、饮食方式如何调整,健康管理中心将为其提供更针对性的膳食指南、运动指南,并发症预防指南。

记者了解到,该健康管理中心于10月13日正式对外开放,截至11月9日,累计开展基公卫项目65岁及以上老人免费体检140人次,累计进行免费测量血压血糖389人次。

小贴士

健康管理中心:院区一楼健康管理中心,每周一到周六上午8点到11点。
西医综合解读:院区一楼门诊体检报告解读室,每周一、周四上午院区主任王毅坐诊。
中医慢病体质辨识:院区一楼门诊中医慢病体质辨识室,每周一、周二、周四全天,周六上午,周三、周五下午。

基本公共卫生服务便民宣传 晋边医讯

池店镇卫生院 获中医药竞赛项目一等奖



本报讯 日前,在晋江市中医药针灸推拿适宜技术技能竞赛中,池店镇卫生院中医馆李梅花医师获小儿推拿实践技能一等奖,巫永兴医师获成人推拿实践技能二等奖。记者了解到,李梅花医师还曾荣获“晋江市技术能手”称号,并获得“晋江市五一劳动奖章”。

池店镇卫生院院长许珊珊表示,“我院中医馆李梅花医师、巫永兴主治医师在竞赛中稳定发挥,展现了丰富的专业知识储备和扎实的临床应用应用能力,斩获佳绩。我院将以此次竞赛为契机,不断激励中医药技术人员提高理论知识和业务技能水平,推动中医药人才队伍培养,着力提升中医药服务质量。”

据悉,中医馆是池店镇卫生院的重点特色专科,现有上级医院坐诊副主任医师2名,本院主治医师3名、医师3名、技师1名,主要开展整脊、针灸、推拿/小儿推拿、中医体质调理等,并结合现代康复,开展功能评估、物理治疗(PT)、作业治疗(OT)等特色疗法。科室拥有一流的脊柱功能检测与训练设备。现有牵引床2张、治疗床25张、熏蒸床1张,中频、超声波、磁振热等各种理疗仪器20多种,专科优势明显,其中小儿推拿、针灸推拿、整脊、盆底康复为科室特色诊疗项目,临床疗效广受好评。

小贴士

门诊时间:周一至周六,上午8:00—11:30,下午2:30—5:30。
中医馆地址:晋江市池店镇桥南片区锦洲瑞苑5、6、8号二楼

健康问答

适当进补助肾气

读者问:冬季如何进补补肾?
晋江市中医院肾病科林衍森医生答:进补,应因人而异,建议遵医嘱进行。比如,有肺热、咽燥、腰膝酸软、耳鸣头晕、舌质偏红等症状者,常是肾阴虚的表现,可选用海参、枸杞、甲鱼、银耳之品,以滋补肾阴。而肾阳虚者,多畏寒肢冷、神疲乏力、腰酸耳鸣、舌淡胖等,可选用羊肉、鹿茸、益智仁、肉苁蓉、肉桂等,以滋补肾阳。

健康课堂

糖友请注意! 小心疾病偷走你的听力



晋江市中医院内分泌科主任王永发

糖尿病和听力损失,是老年人常见的慢性疾病。或许你发现身边患有致残性听力损失及糖尿病的患者有很多,然而你知道吗,这两种慢性病之间,也存在千丝万缕的联系。本周健康课堂,我们邀请晋江市中医院内分泌科主任王永发,与大家聊聊糖尿病和听力损失的那些事儿。

糖尿病可致听力损失

“相关数据显示,糖尿病患者(俗称‘糖友’)出现听力损失的比率是正常人的两倍,表明糖尿病也是听力损失的一大风险因素。”王永发提醒。

为什么糖尿病会“偷走”听力?研究发现,糖尿病可合并多种微血管、神经病变等并发症。除大家熟知的糖尿病视网膜病变、糖尿病周围神经病变外,糖尿病还可导致内耳血管、神经病变,进而影响听力,导致听力下降。由于其早期症状隐匿,因此,这一关联性常被医生及糖尿病患者忽视。

王永发解释说,糖尿病导致的听力损失通常是逐渐进展的双耳高频听力下降,与老年性听力损失本身的特点很相似。要注意的是,糖友听力损失一般与疾病持续时间相关,即患病时间越长,听力损失程度越重。

预防干预有方法

“日常生活中,建议糖友们注意监测血糖,控制血糖,尽量减轻糖尿病相关的微循环障碍和神经病理性改变。同时,养成良好生活方式,均衡膳食营养。关注听力健康,定期检查听力,避免接触噪声,也是很重要的。”王永发建议,老年人群尤其是老年糖尿病患者应定期检测听力,包括声导抗、纯音测听、言语识别能力等,帮助早期发现听力损失的迹象,早期干预。

值得注意的是,虽然噪声是导致听力损失最主要的环境因素,吸烟同样也是听力损失的高危因素,因此,糖尿病患者应尽量避免接触噪声和吸烟。

王永发介绍,一旦糖尿病人群已经出现听力损失,需要在控制血糖、改善生活方式的同时及时进行有效的听力干预。干预的方式包括急性听力损失的药物治疗、使用助听器等辅听装置、进行人工听觉植入等。选用适当的干预方式,可以帮助老年人改善听觉功能,更能降低因听力损失带来的认知功能减退和生活负担。

院内院外双联动 科普惠民零距离 晋江市医院举办“预防糖尿病 改善生活”系列活动

健康饮食与糖尿病

晋江市医院(上海市第六人民医院福建医院)

11月7日是胰岛素规范注射日,11月14日是“联合国糖尿病日”。为动员全社会共同关注糖尿病,使公众认识糖尿病的严重危害,知晓如何避免和延缓糖尿病及并发症的发生,提高全民健康水平,近日,晋江市医院(上海六院福建医院)(以下简称“晋江市医院”)以“预防糖尿病,改善生活”为主题,以“了解风险,了解应对”为口号,开展了一系列健康宣教活动。



院外·健康义诊进社区

11月13日下午,晋江市医院联合晋江市医院梅岭院区、梅岭街道桂山社区等共同举办了联合国糖尿病日义诊宣教活动。活动现场,市民纷纷上前咨询、问诊,专家们一对一接诊,医护人员为群众免费测血糖、测血压;并针对个体进行血糖监测及胰岛素注射指导、糖尿病饮食与运动方案指导、发放糖尿病宣传手册等。

“组织此次活动,主要是希望通过义诊、宣传活动等方式,达到为群众宣传糖尿病知识的目的,加深大家对糖尿病知识的了解,提高糖友应对糖尿病的技能 and 自我管理的能力;同时,我们也希望通过各种活动,增加与糖友的互动,以求更好地为糖友提供专业、优质的医疗服务。”晋江市医院内分泌科医生王柏荣介绍说。



院内·科学控糖方法多

为增加糖尿病患者对疾病的认知,让糖尿病患者健康科学地进行自我管理,11月14日,晋江市医院内分泌科还在院内举办了“控糖知多少,健康我做主”的糖尿病患者小组活动。此次活动由该科室护士长李小婷主持,张芝萍医生、许云颖护士主讲,60余名就诊的患者及家属参与其中。

“我们通过趣味小游戏、讲座、游园打卡等活动形式,帮助患者掌握糖尿病知识,并发病的认识与预防及药物使用方法。课上,我们主要介绍了如何进行合理配餐,如何制定合适运动方案的建议,同时鼓励糖友间相互扶持和帮助,重拾信心。这样的活动范围虽然不会很大,但聚沙成塔,我相信,我们的每一次付出,都会有成效。”李小婷表示。活动结束后,不少患者纷纷表示受益匪浅。

当天上午,晋江市医院第一党支部还同步开展了“为民办实事”下基层活动,组织党员同志前往门诊糖尿病一体化诊疗中心候诊宣教区开展“糖尿病饮食健康与科学运动”健康科普宣讲,将“一堂好课”带到群众中去。晋江市医院相关负责人表示,知晓风险,知晓应对可以延缓或预防糖尿病的发生。如果您是糖尿病高危人群或糖尿病患者,更需要关注自身的健康管理,学习健康知识和技能。