



灵源街道社区卫生服务中心：萌娃学中医 药香润童心

6月的清晨，阳光明媚，微风不燥，正是学习与探索的好时光。近日，晋江灵源街道社区卫生服务中心举办第二期“传承国粹·趣学中医”中医药研学活动。一大早，国医馆便迎来了一群活泼可爱的小朋友，他们满怀好奇与期待，开启了一段别开生面的中医文化之旅。



传承国粹“趣”学中医

活动伊始，换完装的小朋友们在中医医师和老师的带领下，参观了国医馆和中医文化展示区。馆内陈设的各种中药材、古色古香的诊疗器具，以及墙上挂着的中医典籍、特色疗法介绍，都让孩子们眼前一亮，仿佛穿越到了古代的医学世界。孩子们聚精会神地听着讲解，对中医的博大精深有了更深入的理解。

更令孩子们兴奋的是，他们还有机会亲身体验刮痧、拔罐和艾灸等中医适宜技术。在专业医师的指导下，孩子们小心翼翼地尝试着，感受传统中医的独特魅力。

动手体验中药香囊

活动的高潮部分是制作中药香囊。在该中心医师的示范下，小朋友们亲手将艾叶、薄荷、丁香等药材装入小布袋中，制作出了一个散发着淡淡药香的香囊。这不仅是一

次动手实践的机会，也让孩子们在药香中感受到了中医文化的温馨与美好。

小朋友们在该中心医师的带领下，还学习了八段锦这一古老的养生功法。在悠扬的音乐声中，孩子们跟随医师的动作，一招一式地模仿着，不仅锻炼了身体，也体验了中医养生的乐趣。至此，该中心第二期中医药研学活动圆满结束。

灵源街道社区卫生服务中心负责人谢加欣坦言，此次中医药研

学活动，不仅让孩子们在玩乐中学习了中医知识，更在他们心中播下了传统文化的种子，激发了他们对中医文化的兴趣与热爱。相信在未来的日子里，这些萌娃将会成为中医药文化的小小传承者，让这份宝贵的文化遗产在新时代焕发出更加璀璨的光芒。



灵源街道社区卫生服务中心：用心服务 用爱沟通



本报讯 为充分发挥广大妇女“半边天”作用，近期，晋江灵源街道社区卫生服务中心公共健康部积极开展晋江2023—2024年度晋江市“巾帼文明岗”创建活动。

据悉，该中心公共健康部现有职工18人，其中女职工15人，占比83.3%；中层干部3人，其中女职工2人，占比66.7%。公共健康部承担着灵源街道卫生监督协管、老年人健康管理、慢病管理、妇幼保健工作、预防接种工作等业务，大家尽职尽责，部门成员之间相处和谐、配合默契。

开展健康宣教活动、开展义诊活动、争创巾帼文明岗……今年以来，灵源街道社区卫生服务中心公共健康部持续开展争创巾帼文明岗系列活动，先后走进妈妈班、学校、工厂等地，积极开展健康教育活动，推出各类极具针对性的健康知识宣传普及主题活动，积极回应社会关切的健康问题，用心守护群众健康。

落实落细国家基本公共卫生服务项目，满足人民群众的健康需求和公共卫生获得感，是该中心公共健康部所有医务人员的目标和使命。据了解，该科室积极落实国家基本公共卫生服务项目，先后组织开展儿童体检、中小学生体检、老年人健康体检、儿童孤独症筛查和妇女“两癌”筛查等活动，全力守护辖区内居民身体健康。

下一步，该中心公共健康部全体女职工将继续立足岗位，团结合作，扎实做好本职工作，树立巾帼形象，持续开展市级巾帼文明岗创建活动，不断提升女职工综合素质，激励女职工爱岗敬业，提高岗位服务质量，为推进晋江卫生健康事业高质量发展贡献应有的巾帼力量。



本期聚焦

关注眼健康 咱厝医生来支招

6月6日是第29个全国“爱眼日”，今年活动的主题是“关注普遍的眼健康”。眼健康问题包括近视、远视、老花眼、白内障、青光眼、角膜病等眼病，其中儿童青少年的近视是社会普遍关注的健康问题，更需做好早防、早筛、早诊、早治的工作。

那么，儿童青少年如何才能更好地呵护视力呢？晋江爱尔眼科医院提醒市民朋友，除了一些众所周知的爱眼常识之外，家长和孩子还需多学习进阶知识，进一步提高爱眼技能。

角膜塑形镜靠谱吗？

角膜塑形镜，学名为角膜塑形术，也叫OK镜。该院相关负责人介绍，角膜塑形镜通过每日夜间佩戴，对角膜进行塑形和维持，改变角膜的屈光力，达到暂时矫正近视的效果。对于生长发育期的近视小朋友来说，OK镜最大的功效是控制近视的发展速度，当停戴镜片一段时间后，随着角膜形态的恢复，又会恢复原先的近视状态。所以戴OK镜不能上近视逆转，但对控制近视发展还是有效的。

这些情况需要散瞳验光

通常所说的散瞳验光，学名叫睫状肌麻痹验光，是国际公认的诊断近视的金标准。晋江爱尔眼科医院院长陈三杰建议，12岁以下，尤其是初次验光，或有远视、斜视、弱视和较大散光的儿童要进行睫状肌麻痹验光，确诊近视需要配镜的儿童需要定期复查验光。

近视程度如何判断

陈三杰介绍，根据散瞳后验光仪测定的等效球镜(SE)度数判断近视度数，可以将近视分为三类，分别为近视前期——近视50度以下；低度近视——近视50-600度之间；高度近视——近视600度以上。家长可以根据以上标准判断孩子的近视程度，积极控制近视程度的加深。

护眼台灯如何选购

作业台灯选购，是很多家长关注的话题。陈三杰坦言，有几个推荐参数需要重点考虑。首先是照度，国标有A级和AA级，AA级优于A级，日常使用A级以上就可以。其次是显色指数，Ra大于80，越接近100越好。色温方面，台灯色温不宜超过4000K。闪烁方面，目前尚无评价方法，只要台灯通过了3C认证和CCC认证即可放心使用。最后是蓝光，台灯达到RG0级(无生物安全最高级)，就不用担心蓝光危害。

陈三杰坦言，希望家长和孩子持续关注更多爱眼常识，积极行动起来，科学用眼，科学防控，拥有“睛”彩人生和美好“视”界。

老年人免费体检，你参加了吗？ 陈埭中心卫生院：惠民服务在身边



国家基本公共卫生服务项目，是我国针对城乡居民存在的主要健康问题，以儿童、孕产妇、老年人、慢性病患者为重点人群，面向全体居民免费惠民服务，目前共有10余项内容。为提升这项惠民政策的覆盖面，晋江市多措并举、积极推进，守护城乡居民健康。国家基本公共卫生服务项目内容丰富，辖区常住的65岁及以上老年人免费体检服务就是其中之一。



管理、中医药健康管理、预防接种、严重精神障碍患者管理、肺结核患者健康管理、健康教育、传染病和突发公共卫生事件报告和处置、卫生监督协管等10余项内容。

孙佐罗表示，“老年人健康体检是一项免费服务，只要是常住在陈埭镇的65岁及以上老年人，都可以在我们进村集中体检时(也可自行到院参与体检)，享受这项免费服务。医生还会根据检查结果，提供一些针对性的健康指导，来改善老年人的生活质量和健康状况。”

群众满意度显著提升

陈埭中心卫生院健康管理小屋，配备了全自动生化仪、彩色B超机、健康一体机、心电图机、DR系统等医疗设备，每年还会组织开展进社区健康体检、家庭医生签约、义诊、健康咨询等免费活动，满足居民的就医需求。

对于行动不便的群众，医院的家庭医生还会提供入户体检、随访和用药指导等服务。比如，市民杨爱华(化名)的儿子因患脑梗留下后遗症，医生就经常上门提供健康服务。

据了解，陈埭中心卫生院还加强

与上级医院合作，经常联合名医专家到基层社区开展义诊医疗服务。在该院一楼的慢病管理服务中，除了免费体检，医生还针对糖尿病、高血压、骨质疏松症、关节炎等老年人常见病、多发病，为市民提供个性化的诊疗建议、用药指导和健康知识宣教，还为老人免费开展骨密度筛查和糖尿病神经病变筛查等，让居民在家门口就能获得优质的就医服务，深受群众好评。

“家有一老，如有一宝，关心关爱老年人，是整个社会的共同责任。”陈埭中心卫生院副院长陈玉章说：“凡是我们的辖区内的常住人口，都可以来我们这边建档，我们基本公共卫生服务包含有10余项免费服务。我们的家庭医生团队也分各个类型，凡是建立居民健康档案的，比如孕产妇、卧床的老年人等特殊群体，我们还有上门服务。”未来，他们将秉持“以人为本”的服务理念，不断提高服务质量和水平，为居民提供更加优质、高效的基本公共卫生服务。

咨询电话：0595-85198703



公共卫生服务优化

近日，陈埭中心卫生院组织医务人员开展基本公共卫生服务宣传及义诊活动，现场为老年人免费体检，包括血常规、尿常规、肝肾功能、腹部B超、心电图等，深受群众欢迎。

该院公共健康部部长孙佐罗介绍，国家基本公共卫生服务项目由政府买单、市民免费享受，参与到人生各个阶段，包括居民健康档案管理、老年人健康管理、慢性病患者健康管理、儿童健康管理、孕产妇健康

晋江市医院感染病科：香囊传情送健康



“一叶香草，一岁端阳。”又是一年端午时。考虑到正值团圆佳节，病人思家之情倍增。6月10日，晋江市医院(上海六院福建医院)感染科医务人员特地准备了一批香囊送给住院患者，并为他们带去节日的祝福。

端午节里的小惊喜

“小小香囊虽然不贵重，但是我们医务人员亲手调配、亲手包装的，代表了我们的一片心意和美好的祝愿。”晋江市医院(上海六院福建医院)感染科护士长介绍，农历五月酷暑来袭，气温骤升，雨水丰沛，疫疾和蚊虫横行，所以古人也称五月为“恶月”，称端午为“毒日”。为了消除灾厄、辟邪驱瘟，古人会采集艾草、菖蒲等制成香囊，既

有驱蚊祛湿、助眠安神等作用，也可作为饰品点缀。

今年86岁的林阿婆说，“真的很感谢这些小姑娘，非常认真，又有礼貌，老让我想到我的小孙女。”33岁的刘红(化名)即使住院，也依然精致、热爱生活。她表示，香囊的味道很独特，又充满了祝愿，她觉得很有意义，会将之珍藏起来。

患者好评连连

71岁的陈阿伯因为慢性疾病的困扰，常和医院打交道。他表示，虽然今年端午要在医院度过，可是收到了医务人员准备的礼物，感觉心里暖暖的。57岁的林梅(化名)在收到了医务人员亲手制作的香囊后，开心地说：

“端午节你们送了我礼物，那我也要送你们礼物。”随后，林梅拿出了旅居国外的家人寄来的糖果，分享给大家。在那个飘满药草香的下午，感染科的全体医务人员也收到了一份特别的礼物。

“爱出者爱返，福往者福来。”该院感染科负责人表示，用真心相待，也会收获他人的真心，医学工作的温度在此体现。此次活动不仅让患者感受到了节日的温暖与关怀，也进一步提升了医护人员的人文素养和医疗服务水平。未来，晋江市医院(上海六院福建医院)感染科也将始终秉承“德术并举 病人至上”的服务理念，致力于为患者提供更加优质、温馨的医疗服务。

基本公共卫生服务便民宣传 晋边医讯

四价HPV疫苗 无须预约 即来即打

本报讯 记者从晋江市灵源街道社区卫生服务中心获悉，即日起，市民前往晋江市灵源街道社区卫生服务中心即可接种四价HPV疫苗，无须预约，现场登记排号，即可参与接种。接种时间为每周二、四、五、六(节假日除外)上午8:00—11:30，下午2:30—5:00(夏令)。接种地点为灵源街道社区卫生服务中心门诊二楼预防接种门诊。

需要注意的是，以下情况不建议接种：对疫苗的活性成分或任何辅料成分有超敏反应者；患急性疾病、严重慢性疾病、慢性疾病的急性发作期、发热者；处于妊娠期、哺乳期的女性；三个月内使用过免疫球蛋白或血液制品者；与其他任何疫苗需间隔至少14天。

咨询电话：0595-85735120(预防接种门诊)。