

普及基公卫健康知识 解读预防接种“健康盾牌”

基层院长说公卫

近年来,国家基本公共卫生服务项目中的预防接种工作备受关注。在晋江市灵源街道社区卫生服务中心,副书记施金堆深耕基本公共卫生事业多年,凭借扎实的专业素养与接地气的科普方式,成为居民信赖的“健康守护者”。近日,本报视频号专栏“院长说公卫”推出其专题分享,以生动的镜头语言和深入浅出的讲解,让预防接种知识“破圈”传播,收获市民广泛好评。

预防接种筑防线: 基层“健康哨兵”的硬核科普

视频中,施金堆以“预防接种——儿童健康的第一道免疫长城”为切入点,通过视频镜头带领观众走进灵源街道社区卫生服务中心预防接种门诊。他一边展示该中心预防接种室医务人员的日常工作,一边用通俗的语言解释预防接种,就是通过注射或口服疫苗,使人体产生免疫力,从而抵抗某些传染病。他表示,“我们为儿童制定了科学的接种计划,涵盖了多种常见传染病,如麻疹、水痘、流感等。这里的每一支疫苗,都经过严格的储存和运输管理,确保其有效性和安全性。我们的医护人员会详细记录每次接种的信息,确保接种计划的顺利进行。”

针对家长最关心的接种反应,施金堆化身“健康翻译官”,将专业术语转化为生活化比喻:“接种后发烧就像身体‘小练兵’,免疫系统在和病毒‘模拟战’中升级装备。”他特别强调,疫苗不良反应发生率远低于自然感染风险,通过分龄接种策略和应急处理预案,可最大限度保障儿童安全。视频上线后,网友“灵源宝妈”留言:“以前总觉得疫苗是‘玄学’,现在终于明白科学依据,带孩子接种安心多了!”

接种服务暖人心: 全流程守护显“隐形温度”

在“院长说公卫”镜头下,灵源街道社区卫生服务中心的“预防接种暖心服务链”被完整呈现:从智能叫号系统减少排队焦虑,到留观区增设的卡通主题宣教墙;从接种护士“三查七对”的严谨操作,到针对特殊儿童开通绿色通道……施金堆特别提到,该中心的预防接种门诊,通过“线上+线下”双轨答疑,将接种知识“精准滴灌”到每个家庭。

视频中,一位儿童家长动情分享:“孩子怕打针哭闹,护士用卡通贴纸转移注意力,书记还手把手教我们安抚技巧,这种服务太有温度了!”据统计,该视频发布后,该中心预防接种门诊的线上预约量同比增长不少,其中超三成家长表示是受视频内容触动主动咨询。

公卫科普新模式: “视频号+院长IP”激活健康传播力

本报视频号专栏“院长说公卫”创新采用“院长出镜+实景探访+互动问答”形式,将施金堆的公卫实践转化为可视化健康内容。在预防接种专题中,施金堆展示接种流程,更化身“公卫知识课堂”讲师,为市民分享了相关知识。不少市民在观看视频后,纷纷联系该中心追问“流感疫苗何时打”“HPV疫苗如何预约”。

市民王先生在观看视频后评价:“以前觉得基本公共卫生服务‘高高在上’,搞不懂是啥内容,现在通过视频号跟着院长‘云探班’,发现健康守护就在身边!”

随着“院长说公卫”专栏的持续更新,咱厝医界正以“专业+温度”的基本公共卫生服务,将预防接种知识转化为全民健康素养的“种子”。施金堆表示,“未来我们将探索更多传播形式,让基本公共卫生服务既有新面貌,又有新温度,真正成为群众触手可及的健康保障。”



扫码观看视频



施金堆

梅岭街道双沟社区第一卫生服务站揭牌 惠民义诊活动暖心举行



4月22日,晋江市梅岭街道双沟社区第一卫生服务站正式揭牌,并同步开展了义诊活动。此次活动不仅标志着咱厝在完善社区医疗服务体系上迈出了坚实的一步,也彰显了晋江市医院梅岭院区致力于提升居民健康水平的决心和行动。

新站揭牌 开启医疗服务新篇章

上午8:30,梅岭街道双沟社区双景街136号13幢二楼热闹非凡,来自晋江市卫健局梅岭院区挂领导、梅岭街道分管领导、梅岭街道双沟社区挂领导书记及双沟社区“两委”、晋江市医院梅岭院区的班子成员和中层干部齐聚一堂,共同见证了这一历史时刻。揭牌仪式上,市卫健局梅岭院区挂领导陈鹭旭,梅岭街道党工委宣传委员、武装部长黄振杰及晋江市医院梅岭院区主要领导吴玉兰分别发表了致辞,对双沟社区第一卫生服务站的

建成表示热烈祝贺,并对未来社区医疗服务的发展寄予厚望。随后,在众人的见证下,红绸缓缓落下,露出了崭新的“梅岭街道双沟社区第一卫生服务站”牌匾,标志着服务站正式投入使用。

记者了解到,双沟社区第一卫生服务站的建成,是咱厝相关部门多方力量汇聚、共同致力于提升双沟社区居民健康水平的一项重要举措。该服务站集预防、医疗、康复、健康管理于一体,将为辖区居民提供常见病诊疗、慢性病管理、中医康复等医疗特色服务。

义诊惠民,健康服务暖人心

与揭牌仪式同步进行的,还有一场别开生面的义诊活动。晋江市医院(上海六院福建医院)与晋江市医院梅岭院区联合开展了“医疗服务下基层服务百姓零距离”一体化卫生所义诊宣教活动。活动现场,中医科、内分泌科、神经内科、骨科等科室的医疗团队

为社区居民提供了公益问诊服务,包括既往检查报告解读、现场答疑解惑、免费测量血压血糖等诊疗服务。同时,还开展了科普宣传小课堂,向居民传授“科学洗手与预防感冒小贴士”“糖尿病小常识我讲你知”等健康知识,受到了居民的热烈欢迎和好评。

此次揭牌及义诊活动的成功举办,不仅为梅岭街道双沟社区的居民带来了实实在在的医疗福利,也展示了晋江市医院梅岭院区在提升基层医疗服务能力方面的积极作为和显著成效。作为晋江市医院梅岭院区负责人,吴玉兰在揭牌仪式上表示,近年来,梅岭院区在市卫健局及总院的正确领导下,积极推进基层医疗卫生服务体系,努力让群众在家门口就能享受到优质便捷的医疗服务。双沟社区第一卫生服务站的开业,正是这一理念的具体体现。她表示,服务站将通过智能化、数字化设备的投入,进一步打通医疗服务“最后一公里”,让群众真正实现“小病不出社区”。

健康话题

五一长假的减脂计划

与脂肪搏斗,与肚臍较劲。如何让自己拥有完美的身材是许多人的毕生课题。这个五一,你有啥计划?市民张小姐告诉记者,这个五一的主要计划里,减肥塑形光荣上榜。张小姐表示,“今年五一,我将去体验中医外治埋线减肥。到时,我再将自己的体验分享给大家。”市民曾女士则表示,今年五一将带娃去周边游,游山玩水,这样可以一边旅行一边减肥。那么,今年五一长假,你的减脂计划是怎样的呢?到时又将执行得如何呢?等五一归来,邀你一起来分享。本期“健康话题”,邀你一起来参与,分享你的相关经历。读者朋友可以将个人的见解、经历等想说的话发送短信至15980068048,或通过“晋江健康驿站”公众号后台留言给我们。我们将遴选部分幸运读者,送出由燕姨姜辣提供的健康礼品一份。

健康问答

过敏为免疫力低的表现吗

读者:过敏是因为免疫力低吗? 晋江市医院内分泌科李美蓉:过敏其实是免疫系统反应过度的一种表现,和整体免疫力的高低并没有直接联系。如果免疫系统出现了“认知混乱”甚至“认友为敌”,就会过度攻击进入体内但不具备威胁的花粉、食物等,引起过敏反应,使人出现眼红眼痒、喷嚏流涕、咳嗽等症状。

专家医讯

磁灶中心卫生院: 本周六有专家莅临门诊

本报讯 崇德博爱,创新发展,晋江市磁灶中西医结合医院(磁灶中心卫生院)为咱厝市民带来健康福音。5月3日(星期六)上午,名医驾到!地点:门诊二楼内科门诊(名医工作室);预约热线:0595-68008153(服务中心)。服务时间:上午8:00—11:30,下午2:30—5:30(夏令时)。

据悉,本次莅临的黄高忠主任医师,系临床医学博士,上海交通大学附属第六人民医院特需医疗科主任。深耕心血管与老年病领域,学术造诣深厚,担任多项学会委员及杂志编委。其擅长高血压、冠心病、心律失常、心力衰竭等心血管疾病的诊治,拥有扎实的内科理论基础与丰富的临床经验,为您的健康保驾护航。有需要的市民朋友,可自行预约报名。

结核病知多少



结核病作为一种由结核杆菌引起的慢性传染病,对人体健康构成严重威胁。日前,晋江市疾控中心积极响应国家卫生健康委的号召,围绕“全面行动 全民参与 终结结核”的主题,开展了一系列结核病健康科普宣传活动,旨在通过科普宣传,增强公众的防病意识,促进结核病的早发现、早诊断、早治疗。

结核病可防可治 健康宣教很重要

春日结核病高发,我们如何守护健康?近日,晋江市疾病预防控制中心预防二科科长丁健全就结核病健康宣教工作接受了记者的采访。丁健全介绍,结核病由结核分枝杆菌引起,主要侵犯肺部(肺结核),但也可能影响淋巴结、骨骼、肾脏等其他器官。结核病常见症状包括咳嗽、咳痰(可能带血丝)、低热(午后明显)、夜间盗汗、胸痛、乏力、体重下降等。他强调,虽然结核病危害大,但通过科学防治的手段,结核病是可防可治的。

切断结核病的传播途径是预防的关键。因此,我们要注意个人卫生习惯,如勤洗手、勤通风、保持居住环境的清洁、避免随地吐痰、打喷嚏或咳嗽时用纸巾或肘部遮住口鼻,以减少飞沫传播的风险。增强自身免疫力也是预防结核病的重要措施。保持健康的生活方式,包括均衡饮食、戒烟限酒、适量运动、规律作息,以提高自身免疫力。此外,定期进行体检,特别是对于高风险人群,如老年人、慢性病患者、免疫系统受损者等,及时发现和治疗结核病,能够有效预防疾病的传播。接种卡介苗是预防结核病的有效措施之一。儿童应按照国家免疫规划进行卡介苗接种,以降低感染结核病的风险。

关注重点人群 实施精准防控

为了增强公众对结核病防治的认识,晋江市疾控中心采用了多种形式的宣传活动。丁健全介绍,他们不仅通过发放宣传材料、现场咨询等传统方式,还利用互动游戏等新颖形式,吸引更多公众参与。特别是通过健康讲座、趣味互动等活动,寓教于乐,轻松且深刻地将结核病防治知识传递给每一位学生。

丁健全指出,结核病防控需要关注重点人群,如学校、企业、社区等人群密集场所。在学校,教师发现咳嗽、咳痰2周及以上的学生,应督促其及时就诊,尽早阻断可能的疫情传播。在企业,通过走进企业开展结核病防治知识宣讲,增强职工的健康意识和防病能力。

此外,晋江市疾控中心还特别关注流动人口和耐药多药患者的治疗和管理。特别是对于耐药多药患者,实施更为严格的治疗和管理措施,确保患者能够按时、按量服药,提高治愈率。“结核病并不可怕,只要坚持规范治疗,大多数患者可以治愈。”丁健全说。

你家娃够高吗? 生长灸助力孩子长高



陈爱华

在晋江市中医院,一场关于儿童健康成长的探索正在进行。走进医院的生长发育门诊,映入眼帘的是一幕幕温馨的画面:家长们带着孩子,满怀希望地体验着中医外治法——生长灸,为孩子的身高与健康成长寻求自然的助力。

中医外治孩子受益

“我们精选陈皮、茯苓、黄芪等具有健脾益肾功效的中药,将其制成膏贴,敷贴

于神阙穴、足三里、涌泉等关键穴位。”晋江市中医院儿科主任陈爱华介绍道。这一疗法通过刺激穴位、疏通经络,有效调节脾胃功能,改善孩子的睡眠质量,以达到强筋壮骨、补益肝肾的目的。在这里,艾灸、砭石罐、耳穴刮痧、推拿及埋豆等传统疗法,共同构成了助长方案中的重要一环,为孩子们提供了更多元的治疗选择。

市民黄女士的孩子是这一疗法的受益者之一。曾经,孩子的身高比同龄人偏矮,这让黄女士忧心忡忡。然而,经过中医外治法的调理,孩子的身高显著增长,从秋季的123厘米长到了128厘米。这一变化,不仅让黄女士看到了希望,也让更多家长对中医外治法充满信心。

食补药补双重保障

中医认为,“肾主骨,肝主筋,脾主四肢肌肉”,“肾为先天之本,脾胃为后天之本”。基于这一理念,晋江市中医院儿科专家为孩子们推荐了山药、莲子、小米、黑豆、核桃等食材,这些食材具有健脾益肾的功效,非常适合孩子食用。通过科学的营养

指导,孩子们在享受美食的同时,也能为身体注入源源不断的生长动力。

在儿科门诊,医务人员还会根据每个孩子的具体情况,制定个性化的饮食计划,确保孩子们在成长过程中获得充足的营养支持。这种食补与药补相结合的方法,不仅有助于改善孩子的体质,还能提高他们的免疫力,为健康成长打下坚实的基础。

抓住生长高峰期

晋江市中医院生长发育门诊始终秉持“未病先防,既病防变”的中医理念,致力于为每个孩子量身定制个性化助长方案。在这里,每个孩子都是独一无二的,他们的生长发育状况、体质特点及家庭背景等因素,都会被充分考虑在内。

陈爱华强调:“如果孩子错过了生长的高峰期,到了后期效果就会差一些。因此,我们建议家长一旦发现孩子个子比同龄人矮,就尽早带来检查调理。”通过全面的生长发育评估,门诊能够及时发现并解决儿童生长发育过程中遇到的问题,为孩子们的健康成长保驾护航。



晋江市中医院医共体首届中医八段锦竞赛圆满落幕

在“5·12国际护士节”即将到来之际,晋江市中医院医共体以一场别开生面的竞赛,为医护人员送上了一份特别的节日礼物。4月25日,首届中医养生功法·八段锦竞赛在晋江市中医院东门广场盛大举行,来自总院各临床科室、紫帽院区及医共体成员单位共28支代表队齐聚一堂,共同演绎中医生命美学,展现新时代中医疗护人的文化自信。

千年智慧,赛场绽新颜

此次竞赛不仅是一次中医养生功法的展示,更是一次中医药文化的传承与弘扬。竞赛采用理论+技能双轨赛制,全面考察参赛者的中医理论基础和实践能力。4月23日,理论考核率先在线上问卷星平台拉开帷幕,参赛者通过线上问答的方式,认真作答,充分展现了他们对中医理论的深厚功底。

统服饰,伴随着悠扬的音乐,将八段锦的养生精髓与“天人合一”的哲学思想完美融合,呈现出一场视觉与心灵的双重盛宴。尽管比赛当天突降阵雨,但参赛者凭借着“松静自然”的功法修为,从容应对场地调整,展现了中医人“以柔克刚”的智慧与韧性。

以赛为媒,文化薪火相传

此次竞赛的评审团由资深功法导师组成,他们从形神兼备、呼吸吐纳、文化表达等维度对参赛队伍进行了精准评判。赛后,裁判员特别指出:“部分队伍在‘摇头摆尾去心火’等经典招式的劲力转化上还需精进,希望各队能够加强基础训练,注重招式细节,以提升整体竞技水平。”

此外,记者还采访了多名参赛者和观众。一名来自紫帽院区的参赛者表示:“通过这次竞赛,我们不仅锻炼了身体,还加深了对中医药文化的理解和认识。希望未来能有更多这样的活动,让我们能够

更好地传承和弘扬中医药文化。”而一名观众则感慨地说:“看到这些医护人员身着传统服饰演绎八段锦,我仿佛穿越到了古代,感受到了中医药文化的博大精深。”

深化传播,守护健康

此次竞赛作为晋江市中医院“中医药文化惠民工程”的重要一环,旨在弘扬中医药文化,倡导全民健康生活方式,让中医养生功法惠及千家万户。晋江市中医院相关负责人表示:“未来,我们将持续深化中医药文化传播,通过举办更多类似的活动,让承载千年智慧的中医养生功法成为守护群众健康的时代强音。”

随着首届中医养生功法·八段锦竞赛的圆满落幕,晋江市中医院医共体的医护人员将继续秉持“传承岐黄,守护健康”的宗旨,为群众提供更加优质的中医药服务,让中医药文化在晋江这片热土上绽放出更加璀璨的光芒。

