

晋江市医院晋南分院：以民为本 深化家签服务

为切实打通基层医疗服务“最后一公里”，破解农村群众看病远、就医难问题，2026年以来，晋江市医院晋南分院坚持以人民为中心的发展理念，深耕家庭医生签约服务，常态化组织医疗团队入村开展体检、报告解读、义诊咨询等便民服务。通过推动优质医疗资源下沉乡村一线，让辖区群众足不出户就能享受专业、全面的全链条健康服务，切实将医疗惠民举措落到实处。

下沉乡村一线 搭建便民就医服务网络

基层医疗的核心要义，在于贴合群众需求、做实民生服务。晋江市医院晋南分院始终摒弃重指标、轻实效的形式主义，转变群众上门就医的传统模式，以村落为单元，制定全域覆盖的常态化巡回医疗服务方案。对此，医院党总支书记罗金泉表示，守护辖区群众身体健康，是基层医疗机构最大的民生政绩，医院始终聚焦群众就医急难愁盼，把优质服务送到群众身边。据了解，自2026年3月起，医院家庭医生签约团队陆续进驻前港村、后宅村、康头村、古厝村、南浔村等42个村落开展巡回服务。截至目前，已顺利完成39个村落、49场乡村巡回医疗服务，后续将持续推进剩余村落服务工作，实现辖区村居服务全覆盖。为贴合农村群众尤其是老年人的生活作息与出行习惯，医院将服务地点优选设在村老人会、卫生所、村委会、幸福院等便民点位，固定每日下午2:30开展服务，最大限度减少群众奔波，真正实现“看病不出村、健康有保障”。

构建闭环服务 精准守护群众身心健康

为筑牢服务根基、保障服务质效，医院组建专业化、全方位医疗服务队伍，搭建起“家庭医生+家庭护士+公共卫生人员+专科义诊医生+乡村医生”的“五位一体”服务体系。同时联动门诊、康复科、重症医学科、内科、外科等多个科室优质资源，依托多学科协同优势，为基层群众提供精准、高效的综合医疗服务，全方位提升乡村医疗服务专业性 with 覆盖面。

结合农村群众的健康特点和就医需求，医院打造“体检—报告解读—义诊咨询—慢病管理—高危筛查—双向转诊”全链条服务闭环。针对群众体检报告看不懂、慢病管控不规范、高危病情难发现等常见问题，团队现场开展一对一专业报告解读，同步普及健康知识、解答就医疑问。同时常态化开展高血压、糖尿病等慢性病精细化管理，以及重点人群健康筛查、个性化指导及双向转诊等服务。

目前，单场服务最高可覆盖239名群众，累计已完成近4000人次健康服务，切实把常态化健康管理落到基层、落到实处。“农村老人大多不熟悉智能设备，看不懂体检报告，往返医院就医也十分不便，上门服务就是为了解决这些民生小事。”晋江市医院晋南分院公共卫生科负责人邱秀差介绍，每场入村服务前，团队都会提前对接村委会，摸排辖区老年人、慢病患者、严重精神障碍患者等重点人群信息，量身定制个性化服务方案。同时为群众建立专属健康档案，实行“一人一档、全程跟进”，持续跟进后续诊疗与健康管理服务，让基层健康服务更精准、更暖心。

下一步，晋江市医院晋南分院将持续践行以人民健康为中心的发展理念，常态化推进乡村巡回医疗服务，持续深化家庭医生签约服务，不断推动优质医疗资源下沉扩容，以精细化、常态化、便民化的医疗服务，筑牢基层健康防线，用实干实绩守护辖区群众身心健康。

皮疹分布辨病症 科学区分咽峡炎与手足口病



本期特邀嘉宾:李运肖,晋江市中医院儿科副主任、主治医师,晋江市医学会儿科分会常务委员兼副秘书长。

疱疹性咽峡炎与手足口病同由肠道病毒感染引发,均可伴随发热、咽喉疼痛表现,极易被家长混淆。临床接诊中,不少家庭因无法准确辨别两种疾病,产生不必要焦虑、护理方式不当、隔离措施不及时等情况,还有部分家长未能及时识别危险预警表现。清晰地掌握两种疾病的核心特点与风险区别,是夏季儿童居家健康防护的实用知识。

病灶位置有区别 皮疹分布为直观辨别要点

夏季因发热、出疹就诊的儿童数量较多,很多家长无法分清疱疹性咽峡炎和手足口病,容易误判病情,或是过度担忧,或是放松看护,耽误合适护理观察时机。李运肖在日常门诊中,每日都会接待多名携带发热患儿前来咨询区分两种疾病的家长,皮疹生长位置是简单易操作、辨识度高的辨别要点。

“两种疾病致病源同类,均为肠道病毒感染,但病变出现的身体部位存在明显区别。”李运肖介绍,疱疹性咽峡炎产生的疱疹、溃疡仅出现在口腔咽峡区域,集中于咽喉深部、扁桃体周围,孩子会咽喉疼痛、流口水、抗拒进食,手掌、脚底、臀部皮肤不会长出皮疹。手足口病皮疹分布范围更广,属于多部位出疹,除口腔内疱疹外,手掌、足底、肛周,甚至四肢、躯干也会出现红色丘疹或清亮小水泡,特征更容易分辨。

重症风险各不同 避开居家护理常见误区

除外在症状差异外,两种疾病发生危重情况的概率不同,这也是做好区分的重要原因。李运肖说,普通疱疹性咽峡炎恢复情况较好,出现严重并发症的情况少见,规范居家护理一周左右大多可逐步好转。由EV71型病毒导致的手足口病需重点警惕,该病毒可能影响儿童神经系统,孩子若出现持续发热、肢体抖动、反复呕吐、精神状态差等表现,情况则很危险,需第一时间前往医院就诊。

针对家长日常护理常见误区,李运肖提示:部分轻症手足口病患者皮疹数量少、整体表现温和,仅口腔存在少量疱疹,容易和疱疹性咽峡炎混淆。家长不用过度紧张,也不可疏于观察,可使用“测体温、查看咽喉、检查手足臀部”三步简易自查方式。两种疾病暂无专门针对性抗病毒特效药,使用抗生素无改善效果;患病后做好居家隔离、对症舒缓不适、持续观察异常危险表现,更利于孩子恢复。



晋江市经济开发区社区卫生服务中心：医企同行聚合力

本报讯 为深化党建引领,推动医企党组织资源共享、优势互补,6月24日下午,晋江市经济开发区社区卫生服务中心党支部走进福建亲亲股份有限公司,联合企业党支部开展“医企同行,结对共建”主题健康服务活动,把健康科普、急救培训、便民义诊与安全生产宣教送到企业一线职工身边。

本次活动设置三大特色板块,精准对接职工健康需求。首场糖尿病健康专题宣讲聚焦企业职工久坐办公、三餐不规律等普遍问题,医护人员细致讲解糖尿病预防,日常控糖饮食、并发病早期识别等实用知识,现场互动答疑,引导大家改掉不良生活习惯。随后开展心肺复苏急救实操培训,医护人员完整演示心脏骤停急救流程,细致讲解按压深度、频率等关键点,职工轮流上手实操,医护一对一纠正不规范动作,让在场人员熟练掌握基础自救互救技能。

活动同步开设便民义诊区与安全生产宣传点,免费提供全科问诊、中医把脉、耳穴贴敷、血压血糖检测等服务,医护根据职工检测指标给出个性化调理方案;工作人员同步发放宣传手册,普及2026年安全生产月职业健康防护知识。现场人头攒动,不少职工趁工作间隙前来咨询、检测,收获满满。

“平时上班忙,很少专门去医院做检查,今天医生上门服务,还手把手教急救方法,实在是太贴心了。”亲亲公司一线职工林女士连连点赞。参与急救实操的职工张先生表示,心肺复苏培训实用性极强,今后遇到突发情况不会束手无措,这场活动真正为职工健康安全添了一层保障。

企业党支部负责人也表示,医企共建活动精准解决职工健康难题,进一步夯实企业安全生产根基。此次共建活动打通医疗服务直达企业的便民通道,实现健



康服务与安全生产双向赋能。下一步,晋江市经济开发区社区卫生服务中心党支部将持续深化医企结对共建机制,常态化开展健康讲座、急救实训、上门义诊等志愿服务,以党建联动守护职工身心健康,以优质医疗服务助力企业安全高质量发展。

本期聚焦

抢抓三伏养生黄金期 陈埭中心卫生院:三伏灸开启预约



冬病夏治正当时 市民争相预约体验

近期不少市民前往医院咨询预约三伏灸,体验口碑两极且真实鲜活。首次尝试三伏灸的市民林女士表示,自己常年手脚冰凉、换季易感冒咳嗽,属于典型的虚寒体质,一直听说三伏灸调理效果显著,今年特意提前预约,想借助三伏天阳气改善身体状态。

而有过调理经验的市民王女士则连连点赞,她去年带孩子做三伏贴调理,孩子秋冬换季鼻炎、感冒次数大幅减少,自身宫寒问题也得到缓解,今年第一时间再次预约续做疗程。

专业科普划重点 科学灸疗事半功倍

该院中医馆负责人康锦明介

绍,三伏灸遵循中医“未病先防、冬病夏治”理念,借助三伏天自然界鼎盛阳气,温补人体阳气、祛除寒湿,可有效改善呼吸系统、骨关节、脾胃、妇科虚寒等各类寒湿病症,提升机体免疫力。

2026年三伏灸时间,分别为初伏7月15日、中伏7月25日、中伏加强8月4日、末伏8月14日。医院中医馆推出三伏贴、督灸、扶阳暖宫灸、温针灸四大特色项目,适配不同人群调理需求。康锦明特别提醒,皮肤过敏、孕妇、急性发热、严重脏器疾病等人群严禁施灸。

同时,灸疗后需忌口生冷、海鲜、煎炸等发物,多饮用温水,当日不洗澡。成人贴敷时长2-4小时,儿童0.5-2小时,坚持三年完整疗程调理效果更佳。有需求的市民可拨打咨询电话15959551011,前往陈埭中心卫生院D栋4楼中医馆预约体验。

厝边医讯

医育携手 亲子相伴共成长



本报讯 近日,晋江市梅岭街道社区卫生服务中心联合明心爱萌儿童之家保利园举办的“医育携手,快乐成长”第四期0-3岁公益亲子启蒙课顺利开展,本次以“海底探险”为主题的趣味课堂,吸引辖区众多0至3岁婴幼儿家庭到场参与,将医育融合的科学育儿理念融入沉浸式亲子互动中。

本次活动设于中心二楼宣教室,整场活动设计丰富多元、贴合低龄幼儿发育特点。活动伊始,老师带来绘本《海底的世界》分享,借助鲜活海洋画面,引导宝宝认识多样海底生物;随后《鲨鱼宝宝》乐器演奏、彩虹伞集体游戏轮番登场,欢快旋律与集体互动充分锻炼孩子听觉感知与肢体协调能力。感统游戏《捕鱼达人》趣味十足,在追逐抓取的玩乐过程中,有效提升幼儿平衡感、肢体控制能力;“海底动物”感官体验环节,让孩子们触摸、观察仿真海洋小动物,充分激发探索欲;最后手工制作“章鱼”,家长陪同宝宝动手粘贴创作,在协作中拉近亲子距离。

据了解,系列公益亲子课堂自开办以来,始终坚持医育结合公益初心,整合儿科专业医疗资源与早教趣味教学模式,搭建起集趣味互动、科学启蒙、儿童健康指导于一体的免费服务平台。医护人员全程在场,同步为到场家长提供婴幼儿喂养、生长发育监测、早期行为引导等专业育儿答疑,把儿童保健知识融入轻松玩乐场景。

参与活动的家长纷纷表示,此类亲子课堂既能陪伴孩子体验趣味游戏,又能现场获取专业育儿建议,实用性十足。下一步,梅岭街道社区卫生服务中心将持续深耕医育融合服务,常态化推出特色公益亲子活动,持续为辖区婴幼儿家庭送上科学、贴心的育儿健康服务,守护孩童快乐健康成长。

夏日健身需规避误区

连日高温,不少市民依旧顶着烈日户外跑步、健身,还坚信“出汗越多越能排毒清血管”。针对市民普遍存在的健身误区,记者走访晋江市中医院心内科医师张玉梅、脾胃病科学科带头人黄伟荣,中西医结合拆解错误认知,给出夏季安全运动标准。

误区一:出汗越多养生效果越好

不少运动爱好者认为,大汗淋漓能排出血管内毒素、代谢垃圾。张玉梅解释,汗液九成以上为水分,仅含微量盐分、尿素,无法冲刷血管斑块、血脂等有害物质。高温下大量出汗会快速流失水分与电解质,血液黏稠度骤升,加重心脏泵血负担,高血压、冠心病人群极易诱发心慌、心绞痛,严重时诱发心梗。

黄伟荣从中医角度补充,“汗为心之液”,过度出汗会耗损津液、外泄阳气,出现乏力、气短、口干,反而加重体内湿气,违背夏季养生初衷。健康运动以微微出汗为宜,切忌追求大汗。

误区二:随时健身无须挑时段

高温正午(10时至16时)是户外健身高危时段,两位专家均明确不建议此时段高强度运动。张玉梅介绍,午间地表温度极高,人体散热压力陡增,易脱水、中暑,高温刺激还会造成血管剧烈收缩舒张,大幅提升心脑血管意外风险,每年夏季都有市民正午运动突发心梗送医案例。

黄伟荣推荐黄金运动窗口:早上6点至8点、傍晚6点后,气温温和、紫外线弱。运动以快走、慢跑、八段锦等中低强度项目为主,单次时长控制在30分钟内;运动中少量多次补充温水或淡电解质水,不猛灌冰水。运动时若出现胸闷、头晕、四肢乏力,需立刻到阴凉处休息,若症状持续不缓解要及时就医。

专家提醒,中老年、三高、肥胖人群夏季尽量减少户外高强度锻炼,优先选择室内通风场所活动,量力而行才能兼顾健身与安全。

口腔疾病扎堆来袭 咱厝医生详解护牙攻略



时值夏日,连日高温,冰镇饮品、烧烤成为市民消暑标配,智齿发炎、复发性口腔溃疡、冷敏牙敏感三类病症易集中爆发。记者走访咱厝峥嵘口腔,专访机构负责人许峥嵘,拆解夏日伤牙诱因,为大家普及居家消炎方法与暑期青少年正畸护理要点。

冷热交替侵蚀牙体

“夏季高温时节,口腔不适就诊人数明显增多,多数市民口腔问题多由频繁食用冰镇食物、作息不规律、饮食燥热等因素诱发。”许峥嵘介绍,牙齿短时间承受剧烈温差,牙釉质会出现反复热胀冷缩,产生肉眼难以察觉的细微裂纹,冰镇甜品、冷饮中的酸性成分易侵入牙体,进而引发牙齿敏感、刺痛等不适症状。

许峥嵘分享了安全居家护理方式:智齿发炎可每日用温盐水多次含漱,同时保持清淡饮食、规律作息,帮助舒缓口腔不适;口腔溃疡可使用合规医用护理产品隔离外界刺激,辅助创面舒缓;牙齿敏感人群可更换抗敏感护理牙膏,减少生冷食物直接刺激牙齿,规避不适加重。

暑期正畸进入高峰期

暑期是青少年牙齿矫正的热门时段,不少学生选择利用假期调整牙齿状态。许峥嵘提醒,佩戴矫治器的人群,夏季口腔护理更需细致,多项日常细节需要重点留意。首先,合理管控饮食,尽量避免生冷、坚硬、黏性较强的食物,防止矫治器受损、牙体受刺激;其次,强化口腔清洁,三餐后及时清洁牙齿与矫治器缝隙,减少食物残渣堆积、预防口腔问题;再次,可常备正畸保护蜡,缓解矫治器摩擦口腔黏膜带来的不适感,降低溃瘍发生概率;最后,遵从医嘱按时复诊,坚持规范佩戴矫治器,保障矫正有序推进。

许峥嵘建议,市民夏季消暑饮食需适度,冷热饮食尽量间隔一段时间食用。若长期出现智齿肿痛、牙齿疼痛、口腔溃疡反复等口腔不适症状,建议及时前往正规口腔机构检查诊疗,切勿盲目自行处理。