

“4+N”全民健康医防融合网格化服务

坚持党建引领 护航妇幼健康

——南平市妇幼保健院第三党支部以“党建+”书写为民新篇

□本报记者 徐陆锋 通讯员 李潇楠 文/摄



市妇幼保健院与市少年宫联合开展“杏林小先锋，健康伴成长”主题活动

党建“红”，引领健康“绿”；先锋力，守护生命光。

在南平市妇幼保健院，有这样一支队伍——第三党支部的11名党员常年奔走在门诊、实验室与山区乡村之间。他们中绝大多数是临床一线的业务骨干，始终将党支部建设与妇幼健康事业紧密融合。“我们以党建‘五大行动’为抓手，积极打造‘幸福人生，保健护航’支部特色，致力于建设高水平的闽北妇女儿童保健中心，服务好每一位妇女和儿童。”

第三党支部书记、检验科科长连丽华说。



一条防线:从偏远山村到生命全程的守护

近日，市妇幼保健院成功举办集体儿童管理技能培训班，来自延平区各医疗机构、社区卫生服务中心和托幼机构的保育员及相关专业人员积极参与。一位参与培训的社区保育员感慨道：“这次培训特别‘接地气’，讲的全是我们日常工作中真正会遇到的问题，方法具体、容易操作，回去就能用上。”

长期以来，该院常态化开展出生缺陷防控、优生优育指导等专项技能培训，覆盖各县(市、区)医院及基层医疗机构相关人员。“守护健康，防线必须扎根在最基

层。我们每季度通过线上线下相结合的方式开展系统培训，确保知识不断更新、技能持续提升。”市妇幼保健院保健部主任郭丽双表示。

市妇幼保健院第三党支部牢牢把握妇幼健康工作的民生属性，推动“党建+保健”深度融合，构建了高效运转、覆盖全面的三级妇幼保健管理网络，圆满完成《妇女儿童发展纲要》的各项指标，全市孕产妇死亡率连续三年为零，妇女儿童健康水平稳步提升。

这条防线，不仅守护着生命起点，更贯穿于成长

的每一步。第三党支部将消除艾滋病、梅毒和乙肝母婴传播作为攻坚任务，党员骨干优化流程，形成防控闭环；积极关注特殊群体，完善儿童心理行为门诊，开展党员结对帮扶孤独症儿童行动；创新推出更年期健康管理中西医结合模式，逐步完善女性全周期健康管理链条。从山区孕产妇到特殊儿童，从中青年女性到更年期群体，党支部推动的健康守护网络，正朝着实现女性全周期健康管理闭环的目标稳步迈进。



一份关怀:从抗拒哭闹到安心微笑的转变

“我不要打针！不要吃药！”在南平市妇幼保健院儿科门诊，3岁的豆豆因感冒咳嗽哭闹不止，对常规治疗十分抗拒。这一幕，曾是许多儿科科室的常态。

“来，阿姨给你贴个‘神奇的小贴画’。”党员护士刘爱平拿着调配好的中药穴位贴敷药膏，轻声安抚。豆豆好奇地看着，渐渐停止了哭泣。隔日孩子的症状就已明显缓解。豆豆妈妈感慨：“孩子少受罪，效果还好，

真是没想到！”

针对幼儿怕服药、怕注射的普遍痛点，市妇幼保健院第三党支部大力倡导并推广应用小儿推拿、穴位贴敷、中药封包等绿色中医适宜技术。这不仅技术的革新，更是“党建+服务”理念下，党支部推动服务模式从“疾病治疗”向“健康体检”转变的生动缩影。

这份关怀，从诊室延伸向更广阔的天地。党支部

定期组织党员专家团队，将“两癌”（宫颈癌、乳腺癌）筛查公益服务送到社区、乡村，构建“筛查—接诊—随访”一体化模式。2025年，他们共完成宫颈癌、乳腺癌筛查6100余例，为早诊早治赢得了宝贵时间。党员医疗队的身影还活跃在校园里，已完成超1.6万人次的学生健康体检，开展骨龄、扁平足等专项筛查，通过主动下沉、贴近人心的服务，将“健康为民”的宗旨写在群众的笑脸上。



一粒种子:从好奇指尖到传承心田的播种

“看，这是我做的驱蚊香囊！”在市妇幼保健院中医馆里，小学生轩轩自豪地向同伴展示自己的手工作品。空气中弥漫着草药的清香，孩子们围在科室负责人身边，辨识着薄荷、艾叶等中草药标本。

这是第三党支部联合市青少年宫举办的“少先队走进中医”主题活动。“我们不仅治病救人，更希望把健康的理念、文化的种子，早早播进孩子们心里。”连丽华说。近年来，党支部积极履行社会责任，将“党建+科普”作为提升群体健康素养的关键抓手。

这颗科普健康的种子，通过丰富多元的形式，在更多人心中生根发芽。2025年，第三党支部牵头或参与各类义诊、健康讲座、主题宣传日活动达35场，直接服务群众超1.1万人次。医务

人员用通俗亲切的语言，面对面讲解妇幼健康核心知识。党支部还与计生协会紧密协作，围绕孕产期保健、母婴安全、科学育儿等重点领域，累计开展健康宣传与义诊7次、亲子互动活动8场，制作发布科普视频10余期，开设孕妇学校及家长课堂20余场，惠及孕产妇与家长600余人次；同时开展优生优育服务能力指导培训3场，培训基层服务人员近200人次，显著提升健康服务的覆盖面、专业性及可及性。

党建引领风帆劲，护航健康谱新篇。南平市妇幼保健院第三党支部将继续深入推进党建“五大行动”，在提升医疗质量、强化学科人才、优化服务体验、普及健康知识的道路上砥砺前行，为闽北妇女儿童健康事业的高质量发展贡献更大的红色力量。

冬季空气干燥，加上空调、暖风机、电热毯等取暖设备的频繁使用，不少老年人遭遇皮肤干燥困扰，瘙痒、皲裂、脱屑等问题时有发生，既影响体感舒适，也给日常生活带来不便。南平市人民医院营养科临床营养师陈繁提醒，单纯依赖外用润肤霜缓解效果短暂，唯有科学饮食内调固本，搭配合理护肤外护，才能让老年朋友舒适度度过干燥寒冬。

为何老人冬季皮肤更易干？

陈繁解释，老年人皮肤干燥问题更为突出，主要源于生理、体质和环境等多方面因素。

从生理变化来看，随着年龄增长，老年人皮脂腺与汗腺分泌功能自然衰退，皮肤表面的天然皮脂膜逐渐变薄。这层维持皮肤水润、锁住水分的“防护屏障”防护力大不如前，导致水分更容易从皮肤表层流失，引发干燥粗糙。

中医师角下，老年人多存在肝肾阴虚、气血亏虚的体质特点。气血津液是濡养肌肤的核心养分，就像身体的“滋润剂”，阴血不足则肌肤失养，即便没有外部环境的影响，也容易出现皮肤干燥，冬季干燥气候会让这类问题雪上加霜。

此外，冬季低温会导致皮肤血管收缩，血液循环变慢，肌肤获取养分和水分效率降低。同时，干燥空气会加速皮肤表层水分蒸发，密闭的暖气房、空调房更会持续带走皮肤和体内水分。而多数老年人对口渴的敏感度下降，即便身体缺水也难以及时察觉，日常饮水量不足，进一步影响皮肤正常代谢。

饮食补养筑牢水润基础

“外用润肤霜是给皮肤‘外补水’，饮食调理才是给身体‘内补水’，想要从根源改善干燥，必须内外兼顾。”陈繁表示，老年人冬季皮肤养护要抓好“补水、补油、补维生素、补蛋白”四大关键，从养分供给上帮助身体锁住水分。

补水方面，要养成定时饮水习惯，每日饮水量维持在1500毫升左右，以温白开水为宜，温和不刺激肠胃。淡蜂蜜水可辅助滋阴润燥，是冬季优选饮品，晨起空腹喝一杯温水，两餐之间定时补水，能有效维持身体基础水润。

多吃富含胶质和粘液质的食材也很重要，这类食材能在消化道内形成保护膜，减少体内水分流失，同时补充津液、滋养肌肤。比如银耳富含多糖，有滋阴润肺功效；百合清心润肺，既能改善皮肤干燥，还能缓解冬季干咳、心烦；梨、荸荠、莲藕都是清热生津的佳品，可根据喜好生食、炖煮或榨汁，减轻肠胃消化负担；白萝卜能生津、通便，帮助身体代谢循环，间接助力肌肤水润。

补充“好脂肪”可强化皮肤屏障，健康脂肪是皮肤细胞膜的重要组成部分，能提升锁水能力。核桃、黑芝麻、杏仁富含维生素E和Omega-3脂肪酸，维生素E能抗氧化、保护皮肤细胞，Omega-3脂肪酸可调节肌肤状态，建议每天食用10克至15克，约一小把，既补养分又不增加消化负担。深海鱼也是优质脂肪来源，三文鱼、鲭鱼等富含EPA和DHA，可每周食用2至3次。烹饪用油优先选橄榄油、山茶油、亚麻籽油，这类植物油不饱和脂肪酸含量高，更适合老年人吸收。

维生素摄入能促进皮肤自我修复。维生素A可减少皮肤干燥脱屑，动物肝脏、蛋黄、胡萝卜、南瓜、菠菜中含量丰富且易吸收；维生素E能延缓肌肤老化、减少粗糙感，坚果、种子、全谷物是主要来源；维生素B族参与皮肤新陈代谢，助力细胞修复再生，杂粮豆类、瘦肉、蛋奶中含量充足。日常饮食合理搭配粗粮、荤素均衡，就能满足需求。

优质蛋白能维持肌肤弹性与水润，胶原蛋白合成离不开蛋白质，摄入不足会导致皮肤修复能力下降，干燥、松弛问题加剧。鸡蛋、牛奶、鱼肉、禽肉、豆制品等都是优质蛋白来源，合理搭配既能满足需求，又契合老年人消化能力较弱的特点。

饮食上还需有所忌口，减少耗伤阴液的食物摄入。煎炸、烧烤类食物油脂含量高，易加重身体燥热；辣椒、花椒等辛辣刺激食材，以及白酒等烈性饮品，会损耗体内津液，加剧皮肤干燥瘙痒。日常饮食应以清淡、温润、易消化为主，多采用蒸、煮、炖、凉拌等烹饪方式，最大化保留食材养分。

科学护肤减少水分流失

合理的外治防护不可或缺，内外结合才能让皮肤状态更稳定。陈繁给出三点实用建议：洗澡水温不宜过高，控制在38℃左右为宜，水温过高会破坏皮肤表面皮脂膜，加重水分流失；洗澡频率无需过高，每周2至3次即可，避免过度清洁损伤皮肤屏障；每次洗澡后，要在皮肤仍处于微湿状态时，及时涂抹温和、无刺激的润肤乳，帮助锁住表层水分，缓解干燥瘙痒。

陈繁提醒，皮肤干燥有时可能是疾病发出的信号。若老年人皮肤干燥瘙痒问题异常严重，出现大面积皮疹，或瘙痒感持续难以缓解，影响睡眠与日常生活，需警惕老年性皮肤病瘙痒症，同时还要排除糖尿病、甲状腺功能减退、肾功能不全等内在疾病的可能，这类疾病都可能引发皮肤干燥等外在表现。

此时应及时前往医院就诊检查，明确病因后对症治疗，切勿单纯依赖饮食调理或外用润肤产品，以免延误病情。



延平区梅山街道：

打造生育服务“便民课堂”

本报讯(胡秀蕾 肖舒凡)近日，延平区梅山街道办事处联合区卫健局在超骰公园举办“生育服务全方位 幸福生活零距离”主题宣传活动，以接地气的方式普及政策知识，提供便民服务，赢得现场群众广泛好评。

活动紧扣民生需求，内容丰富多元，形式新颖活泼。现场设置有奖知识问答、健康义诊、猜谜、套圈等互动环节，将党的二十届四中全会精神、健康保健常识、育儿补贴政策等核心内容融入其中，让群众在轻松参与中潜移默化学习知识。

“4+N”全民健康医防融合服务团队的医生现场为群众测量血压、血糖，细致解答慢病甄别、日常管理等疑问，提供专业健康指导；托育机构围绕入托收费标准、托育服务模式、教师资质审核等群众关切

问题，进行全面解读和答疑，为有托育需求的家庭提供参考；区卫健局工作人员采取“一对一”方式，详细讲解育儿补贴申领条件、办理流程及注意事项，确保政策红利精准直达；街道各站办同步开展节日消防安全、文明城市创建、防范电信网络诈骗等宣传，全方位提升群众安全意识和文明素养。

此次活动共发放各类宣传手册千余份，接受群众咨询100余人次，覆盖群众400余人，有效搭建起政策宣传与便民服务的“连心桥”。下一步，梅山街道将始终坚持以群众需求为导向，深入贯彻落实党的二十届四中全会精神，持续聚焦人口长期均衡发展，不断创新服务形式、丰富服务内容，切实把民生实事办实办好，为辖区群众幸福生活添砖加瓦，贡献基层治理力量。

建阳区崇雒乡卫生院：

推动基层健康管理走深走实

本报讯(刘智敏 朱钰灵)近日，建阳区崇雒乡卫生院顺利通过审核，获批中国健康促进与教育协会《见微知著 常治久安——常见轻微病症健康管理基层行》项目2025年“常见轻微病症健康管理实践基地”，10余名骨干医护人员获“常见轻微病症健康管理领创人才”证书。

崇雒乡卫生院推行“上午坐诊+下午巡诊”模式，组建“4+N”全民健康医防融合网格化服务团队下沉村居。医护人员携带诊疗设备和常用慢病药品入户，为行动不便老人测血压、血糖，解答用药、饮食等健康问题。2025年第四季度，已开展巡诊18次，服务群众150余人。右巨村86岁独居老人丁阿姨对此深有感触：“医生常上门检查、拉家常，比我还了解我的身体，太贴心了。”

依托“4+N”网格化联动机制，基层健康需求可高效对接上级医疗资源。上社村糖尿病患者詹阿姨因血糖控制不佳导

致小腿溃疡久治不愈，卫生院医生通过网格桥梁对接上级专家远程会诊，在区第一医院专家指导下，其溃疡得到有效控制。“不出门就能享优质治疗，太感谢了。”詹阿姨感慨道。该模式推动“小病不出村、慢病有管理、大病早干预”目标逐步实现。

为助力老年友好社会建设，崇雒乡卫生院团队定期走进敬老院，为19名65岁以上老人更新健康档案、开展体检，用方言和通俗案例讲解慢病管理、安全用药知识，发放健康手册，强化“三早”健康理念，让老人在家门口享受便捷优质医疗服务。

崇雒乡卫生院的实践，是建阳区179支“4+N”网格化服务团队的生动缩影。医护人员扎根基层，以精准关怀筑牢群众健康屏障，持续深耕基层健康守护，让“全民健康”与“常治久安”在基层落地生根。