

“4+N”全民健康医防融合网格化服务

松溪县松源社区卫生服务中心:

将健康服务送进百姓家门

本报讯(记者 李思敏 通讯员 王德锋 文/摄)“刘大爷,想要预防‘蛇缠腰’,不如考虑接种带状疱疹疫苗……”11日下午,在松溪县松源社区一居民楼内,松源社区卫生服务中心的汤晓医生为83岁的刘大爷测完血压后,得知刘大爷的爱人曾患过“蛇缠腰”,便耐心地做起健康科普。

上午坐诊、下午入户,变“等病人”为“送服务”。近年来,松源社区卫生服务中心依托网格化管理优势,充分发挥健康网格员的“前哨”作用,逐户摸排适龄儿童和重点接种人群。通过“线上微信群+线下入户”相结合的方式,中心及时发布疫苗接种通知,解答群众疑问。同时,利用“免疫云”系统开展短信催种,提醒儿童家长按时接种疫苗,不断提高接种率和及时率。目前,辖区适龄儿童免疫规划疫苗接种率保持高位运行,有效筑牢了群体免疫屏障。

除了提升辖区居民对疫苗接种的知晓率,我们中心于去年还推行了“病后随访居家护理”服务模式。”松源社区卫生服务中心主任严彪说,这种服务模式,通过每周安排家庭医生参与县级医院病房查房,以提升自身医疗水平。截至目前,社区卫生服务中心家庭医生参与松溪县二级医院查房31次,覆盖患者98人,医务人员参与查房184人次。辖区患者出院后72小时,社区卫生服务中心团队便启动居家随访,共随访患者83人,开展上门血压血糖检测、用药指导、康复训练等工作,实现“医院治疗、家庭康复、长期管理”的无缝衔接。

在松源社区卫生服务中心中医科,艾香扑鼻。严彪说:“中医药是中华民族的瑰宝,具有‘简、便、验、廉’的优势,我们将中医特色服务融入家庭医生签约服务。”在这里,可开展针灸、推拿、拔罐、艾灸、刮痧等10余项中医适宜技术。此外,社区卫生服



松溪县松源社区卫生服务中心工作人员在为辖区居民做健康讲座

中心还将中医融入增值服务,在签约增值服务包中,针灸、刮痧等中医项目占比近40%,深受辖区居民欢迎。2025年以来,已有超过500名签约居民选择了中医增值服务。同时,团队结合中医体质辨识,为许多慢病患者制定了个性化中医保健方案。在入户服务中,团队成员还携带便携式设备,为行动不便的老人提供简便适宜的中医药服务。

通过近年来的实践,松源社区卫生服务中心“4+N”

团队协作模式成效逐步显现。2025年,中心共接诊门诊患者81488人次,同比增长16.23%,其中中医门诊接诊量同比增长超过10%。

“我们将继续深化‘4+N’全民健康医防融合网格化服务模式,进一步发挥中医药特色优势,为辖区居民提供更加优质、便捷、连续的健康服务。”严彪表示。以“小网格”守护“大健康”,一幅基层卫生健康服务的生动图景正徐徐展开。

打破问诊时空壁垒

帕金森病AI数字医生平台发布

新华社北京4月12日电(记者 侯克 余佩璇)4月12日,首都医科大学宣武医院正式发布帕金森病AI数字医生平台,让优质专科医疗服务打破时空壁垒,直达有需要的患者。患者只需打开手机,就能与AI医生对话——问出诊时间、问就诊流程、问疾病相关问题,看相关的科普内容,24小时在线的“AI医生分身”即时回答,让诊疗服务效率得以提升。

首都医科大学宣武医院帕金森病临床研究和诊疗中心主任、主任医师陈彪介绍,该平台由宣武医院帕金森团队主导,汇集了由专家团队整理的领域内相关文献,汇聚了宣武医院过去二十多年临床研究的相关病历、文章、报告、科普材料,能自动化解决医生日常90%的重复性咨询。

陈彪表示,对于患者而言,许多新出现的症状和问题,有时来不及去医院或不值当跑一趟,希望咨询的专家又联系不上,即使看上专家,门诊时间短,问题有时间不完也问不清楚。更为重要的是患者希望能找到自己信任的医生,建立长期诊疗关系。这些痛点,正是平台建设的起点。

发布现场,许多患者使用该平台向陈彪医生的AI分身提问:“陈主任,我最近手抖又加重了,是什么原因?又该如何处置呢?”“我确诊帕金森病三年了,听说可以手术治疗,不知道什么样的患者适合手术呢?”“说药物要和饭隔开吃,我7点吃早饭,几点吃药比较好?”几秒钟后,“AI医生分身”清晰准确地给出了答案。

“AI平台目前先解决患者与医生建立联系的‘入口’。”陈彪说,未来结合可穿戴设备,还可以提供从用药指导到康复训练、从日常护理到心理支持的专业服务,为患者搭建一个全程陪伴的闭环服务体系。

据介绍,患者可通过“宣武医院国家临床医学研究中心”微信公众号,进入“AI医生平台”,或登录网址 <https://parkinson.docknowai.com/index>,选择相应的医生进行对话。

2023—2025年福建省托育机构示范园名单公布

我市6家托育机构上榜

本报讯(记者 李思敏)近日,福建省卫生健康委员会正式公布2023—2025年福建省托育机构示范园名单,全省共有83家托育机构入选。其中,南平市6家托育机构榜上有名,分别是南平市延平区世纪江南托育中心、武夷山市书香童年托育园、南平市延平区优悦托育服务中心、红枣树西门托育园、南平市御格米佳乐托育中心、红黄蓝儿童成长中心。

据了解,根据《福建省卫生健康委员会关于做好2023—2025年全省托育机构示范园申报推荐工作的通知》要求,经托育机构主动申报、市县级评审推荐、省级专家评审及政务门户网站公示等程序,最终确定入选名单。

托育服务事关婴幼儿健康成长和千家万户的幸福安康,是完善生育支持政策体系、促进人口长期均衡发展的重要一环。当前,我市正加快构建“1+N”托育服务体系,着力为群众提供方便可及、价格可接受、质量有保障的普惠托育服务。

制茶季看病难 巡诊进茶企

本报讯(记者 李林冰 通讯员 王鹏靖)“桐木离城区远,制茶季一忙起来,根本没时间进城看病开药。没想到医生主动上门服务,真是方便又贴心!”4月2日,在武夷山桐木村巡诊现场,63岁的正山堂茶企职工李大姐连连称赞。

桐木村是世界红茶正山小种的发源地,地处武夷山国家级自然保护区腹地,距城区约70公里。每年春茶制作高峰期,茶企职工和当地老人常因交通不便、生产繁忙而无法及时就医。为此,武夷山公立总医院组织武夷山市立医院及星村中心卫生院“4+N”全民健康服务团队,为重点龙头茶企职工与当地老年群体送去暖心医疗。

聚焦制茶职工及老年群体易发的呼吸道、心血管及腰椎劳损、关节疼痛等常见病症,本次巡诊精心设置了健康体检、咨询问诊、慢病管理、职业病防治、健康宣教等一站式服务。“4+N”全民健康服务团队携带专业便携设备,现场开展血常规、尿常规、心电图、腹部B超、糖化血红蛋白等多项基础及专项检查,细致排查职工及老年群体潜在健康隐患,做到早发现、早干预、早治疗。

同时,医务人员围绕茶企防护、高温作业保健、慢性病长期管理等内容开展科普宣教,把专业健康知识送到身边,引导大家在忙碌生产的同时重视自身健康,实现体检、诊疗、宣教全面服务。

警惕心梗年轻化 守住生命防线

□黄靓 唐雯晖

说到心肌梗死,不少市民还停留在“老年病”的固有认知中,认为这是中老年人的“专属疾病”,与年轻人上班族相距甚远。但近年来,四十多岁青壮年突发心肌梗死的案例频频出现,心梗年轻化趋势愈发明显。许多年轻人仗着身体状态好,长期透支健康,忽视了身体发出的“求救信号”,让心血管病悄悄累积,最终酿成悲剧。

心梗从何而来?

“心肌梗死的本质,是心肌因严重缺血缺氧而坏死,根源在于心脏冠状动脉被血栓彻底堵塞。”南平市人民医院心内科中西医结合副主任医师林佳比喻道,心脏就像人体“发动机”,冠状动脉是输送“燃油”的管道;管道内壁长期堆积脂肪、杂质,会形成硬化斑块,即冠状动脉粥样硬化,也就是我们常说的冠心病。血管里的斑块是缓慢堆积的,堵塞血管75%以上时,会引发胸闷、心绞痛,此时植入支架可有效预防心梗。但斑块外层纤维膜一旦破裂,内部黏稠物质会瞬间堵塞血管,血流中断后心肌因缺氧快速坏死,急性心梗随即暴发。简单来说,斑块破裂形成血栓,是诱发急性心梗的直接元凶。

林佳表示,年龄、性别、家族遗传是三大先天危险因素。40岁以上人群心梗风险大幅升高,男性因压力大、烟酒多、作息乱,发病率远高于女性;若直系亲属年轻时曾患有心梗、重症心血管疾病,后代血管先天耐受性差,需提前筛查预防。

值得警惕的是,四十岁左右青壮年突发心梗已非个例,林佳分析,这与不良生活习惯密切相关——吸烟、酗酒、熬夜、高盐高油高糖饮食、久坐不动、情

绪过激,以及“三高”控制不佳,都会加速血管病变、诱发心梗。

远离不良生活习惯

长期吸烟对血管伤害是不可逆的。林佳解释,烟草中的有害物质会破坏血管弹性,极易诱发斑块破裂。而酒精会导致血管脱水,加速血管老化。长期熬夜会打乱人体代谢节律,升高晨起血压,加重心脏负担,尤其是昼夜颠倒、久坐开车人群,还易引发腹型肥胖,加速斑块滋生。

饮食上,高盐会导致血管僵硬,高糖加速血管老化、催生斑块,高油食物则会增厚斑块、堵塞血管。此外,“三高”是中老年人患心梗主要病因,长期高血压易冲破硬化斑块,糖尿病患者血管病变速度远超常人,高血脂则容易导致斑块形成。季节交替、气温骤变时,血管遇冷收缩,斑块稳定性下降,心梗风险也会升高。

留意心梗信号

很多人以为心梗只会胸口剧痛,林佳提醒,心梗存在多种“反射痛”,极易被误诊漏诊。除胸闷、胸前压榨性剧痛外,疼痛还可能放射到后背、左手臂、牙龈、下颌,甚至肠胃、腰部等。在医院急诊,只要是腹部以上不明疼痛,医生都会优先排查心梗,避免遗漏隐匿性风险。

面对突发心梗,黄金救治时间转瞬即逝,错误急救会危及生命。林佳表示,首先,若患者意识清醒、有呼吸心跳,绝对不能盲目做心肺复苏,应让其平躺静养,减少活动,同时安抚其情绪;其次,切勿捶背、摇晃患者,不搀扶走动、不自行送医,也不喂水喂食,避免呛咳误吸。林佳强调,发现异常需第一时间拨打120,切勿抱有“忍一忍就过去”的侥幸心理。家中有急救条件的,血压正常者可含服硝酸甘油、速效救

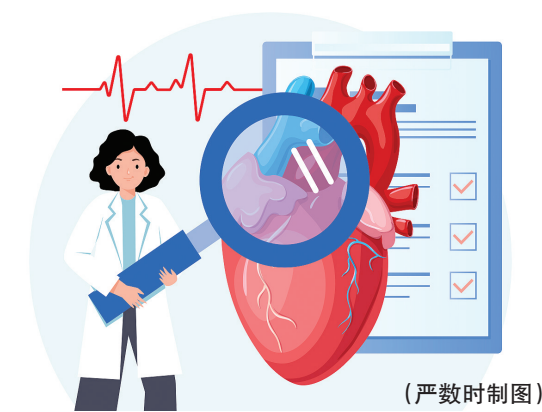
心丸缓解不适,无药物过敏史者可嚼服300毫克阿司匹林,抑制血小板聚集,减缓血栓堵塞速度,为抢救争取时间。

科学预防护心脏

想要远离心梗,日常筛查与科学预防十分重要。林佳建议,普通人群每年体检必查血压、血糖、血脂、心电图、心脏彩超;有三高、肥胖、家族病史、长期熬夜吸烟的高危人群,可进一步做冠脉CTA,无创排查血管堵塞情况;频繁出现胸闷、心慌、活动后气短的人群,需及时做冠脉造影,堵塞超75%需及时干预。

运动预防需科学,切忌盲目剧烈运动。35至55岁未做心肺评估者,避免极限运动;长期不运动者切勿突然高强度锻炼,日常优先选择慢跑、快走等有氧运动。高危人群可定制个性化运动方案,安全强身。

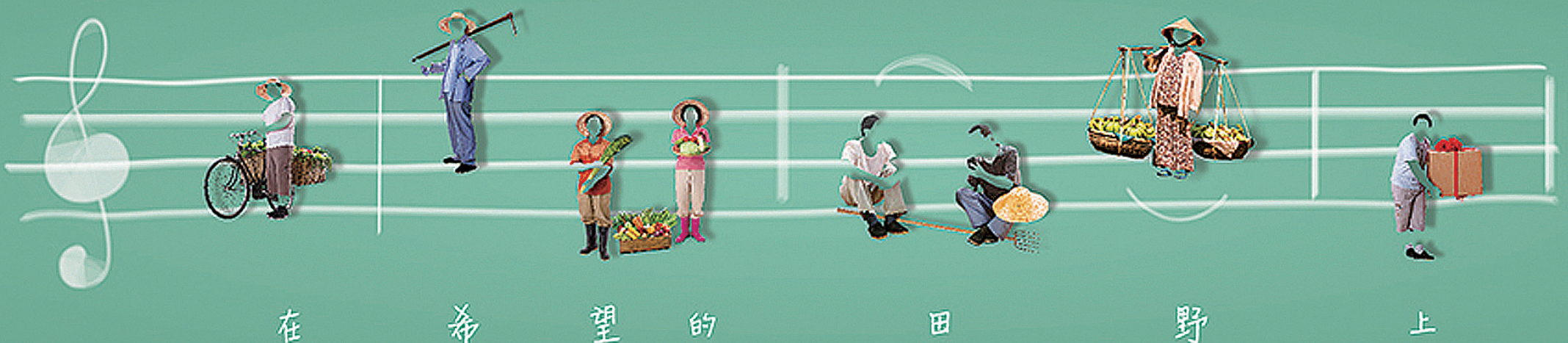
同时,林佳特别提醒家长,学生学业压力大、熬夜刷题、缺乏运动,体育备考期间高强度训练也暗藏隐患,需兼顾学习与适度锻炼,守护青少年心血管健康。



(严数时制图)

健康 科普

用辛勤劳动 唱响我们的时代主旋律



在 希 望 的 田 野 上