

家庭医生张晓磊创“三微服务法”

获得万科城乐康苑居民好评

在闵行区马桥镇万科城乐康苑的2000多户居民中,家庭医生助理张晓磊自创的微信群指导、细微处帮助、微笑辅助提高疗效的“三微”服务法,获得了居民们的广泛好评。

微信指导 随时随地服务

乐康苑居民来自本市各区,还有不少外省市的老人为照顾第三代而前来落户。因此,小区“老人多”,也成了医疗服务的难点。担任该小区家庭医生助理的张晓磊和刘梅医生一起,认真分析小区特点,一方面在老年群体中帮助建立的“为您服务微信群”,另一方面与400多位老人建立的“一对

一”的微信。“群”和个人微信的功能各有侧重:季节性保健科普知识和医疗常识,通过“群”宣传和普及;不同老人的不同病情则通过个人微信进行指导。这样“普遍”的宣传和个别的关照指导相结合,深受大家的欢迎。

微小帮助 事小得益很大

今年才35岁,却有着12年党龄的张晓磊,从同济大学毕业后,就在马桥社区卫生服务中心为社区病人服务,积累了不少服务病人的经验。崇尚医德的她笃信“善小而为之”的理念,很注重给人以微小的帮助,以求得病人康复的“大得益”。送药上门,路遇扶

一把,对高危病人的特别关照等“小事”,张晓磊都作为“大事”一丝不苟地认真做。管老伯患有糖尿病多年,他的血糖波动也牵动着张晓磊的心。一次在小区医疗服务点前,细心的张晓磊发现管老伯的神态有点异样,符合“低血糖”的特征,这是糖尿病患者很危险的信号。只见张晓磊不慌不忙地从自己的挎包里取出糖果和饼干给老伯吃。得到了及时的食物“补给”,老伯的状态很快得到了恢复。

事后,老伯的家人对张晓磊的“雪中送炭”深表感激。张晓磊说,自己的挎包里,饼干、糖果和急救常用药的“常备”,为的是“有备无患救急”啊。

微笑服务 辅助提高疗效

小区里的崔根昌、吴凤妹、颜玲芳等大伯大妈,说起张晓磊的优质服务,都会竖起大拇指:她的微笑服务,和谐了医患关系,我们有事情都很愿意与她沟通,与她商量。66岁的吴阿婆属于酸性体质,年纪大了心脏、呼吸道疾病时常困扰着她。因为病痛,常常令她难受而愁眉苦脸。作为家庭医生助理,张晓磊主动给予精神上的关心。协助刘梅医生做好问诊服务,她还让阿婆坐着休息,自己则帮助挂号、配药送药,让吴阿婆十分感慨:就是自己的儿女也未必能够做到跑前忙后的多年坚

持。她不仅这样对我,对别的病人也是如此,真像我们的“自家人”。

家中有二宝,同样有老人的张晓磊因为家务和琐事也会有不开心的时候。但是一到工作岗位,她就会立马“变脸”,以和颜悦色的形象接待每一位病人。她说,人吃五谷杂粮,总会生病,家事繁琐也会影响情绪,自己一定要注意不能影响病人,我要和颜悦色地接待每一个病人。医患关系和谐了,医生治病的“疗效”才会提高。现在,万科城乐康苑的居民都将张晓磊看成是好朋友。目前已经有十多位居民组成志愿者,协助家庭医生做好服务工作。

冯联清

汲取犹太民族家庭教育之长 双基树教育国际综合馆在沪亮相

旨在以终身教育的理念,构建1+4的责任教育体系,以对孩子负责为中心,建立对家长负责,对教育创业者负责,对社区负责,对国家负责的专业监管系统标准,双基树教育国际综合馆最近亮相,它面向0~18岁的婴幼儿、中小学生,让“爱的教育”进入千万家。

双基树教育集团创始人马磊红表示:“每个人心底都渴望爱和关系,多大的孩子都如此,大人也同样。我们的双基树教育国际综合馆,愿爱得真实,对家庭可以切实的帮助,新的开始,脚踏实地,在更多的社区里建立孩子们的家。”

双基树教育的国际合作方、犹太家庭教育Better Me联合创始人梅花(Meiraw Shaked)阐述了犹太家庭教育的独特之处:“在这里,我们

一起学习如何在家庭与工作的平衡中教育出一个快乐成功的孩子。我们将努力和孩子一起解决困难,关注他们的行为和成长,并帮助你和你的伴侣保持良好健康的关系。”

据悉,七年来双基树教育用爱与陪伴一对一辅导了几万个孩子,同时重视学生的品格基础和学科基础,成为了两代人沟通的桥梁。在过程中,老师们不断关注学生学习的难点及家长的痛点,不断寻求更好的方法帮助和解决,“让孩子学习真理,践行爱,成为光”,以终身教育的理念,用爱改变孩子的一生。“让孩子们通过一系列的行为训练形成影响一生的重要品格,这在教育中是极其重要的”儿童教育专家杨霖表示。

记者 金波

带孩子商场消暑 请注意这几个安全问题

暑假期间,天气炎热,很多家长带着孩子逛商场,顺便享受空调消暑。对于孩子来说,商场存在很多安全隐患,带孩子逛商场时一定要注意下面这几个安全问题。

谨防孩子走失

在人流密集的商场、购物中心,儿童安全是家长们要万分注意的事。最重要的一点,不要让儿童离开自己的视线。因为儿童的行为能力有限,缺乏对事物的判断力,很容易被陌生人所利用。对于特别爱跑的五六岁儿童,家长在逛街、试穿、试用商品和支付时,最好抓住孩子的手。对于年龄较小的儿童,家长逛超市时尽量把儿童放进购物车中推着走。同时,家长和学校需要加强对儿童进行防走失的教育,教会孩子记住家长的姓名、电话号码、工作单位等基本信息,但是要叮嘱孩子不能告诉陌生人,还要教会孩子如何拨打电话。

别让孩子单独乘坐电动扶梯

每年都会有电梯伤人的事故发生,带孩子在商场玩耍时,尤其要注意电梯安全。

1. 不要让孩子单独乘扶梯,自动扶梯有时可能发生断裂或倒转,缺齿的自动扶梯容易卡住小孩的手,乘扶梯要有家长看护,家长最好让孩子站在自己的身体前方。
2. 不要逆行、攀爬、玩耍、倚靠或争先恐后,前后最好保留一个空位。孩子不能背对着电梯,也不能坐在梯级上,更不能逆向在电梯上奔跑、玩耍。对于年龄比较小的孩子在第一次乘扶梯前,家长要教会孩子第一步如何踏上扶梯,如果发现孩子不能跟上扶梯的速度,还是由家长抱着比较好,人多走楼梯更安全。
3. 告诉孩子不要在乘扶梯时玩手机和平板电脑。
4. 告诉孩子不要在扶梯进出口处逗留,不要让儿童在扶梯上来回跑动,不要用脚踢扶梯踏板,以免发生危险。
5. 不能将头部、四肢伸出

扶手装置以外,以免受到障碍物、天花板、相邻的自动扶梯的撞击。

6. 不要蹲坐在梯级踏板上,随身携带手提袋等不要放在梯级踏板或手扶带上,以防滚落伤人。

7. 不要将手放入梯级与围裙板的间隙内。

8. 一旦发现事故应立即按紧急制动按钮。一般电动扶梯在入口扶手处、内侧盖板底部、大型电梯中部都会有红色的紧急制动按钮,发生事故后立即按下按钮,电梯就会停止,可避免进一步伤害。

使用游乐设施 遵照安全提示

商场、购物中心为了增加顾客的停留时间,往往规划设置了游乐区域,有的还经常搭建一些临时游玩设施,在使用游乐设施时,首先要严格按照安全说明进行游玩,不做危险动作。同时,需要考虑自身情况,量力而行,在游泳、冲浪时穿戴救生衣,不要靠近出水口,孩子玩水时不能离开家长的视线。

如遇火灾找准安全通道

在逛商场时,一旦遇到失火等紧急情况,在撤离火场时,千万不要贪恋贵重物品,应当迅速离开现场。同时,要注意观察安全门和安全通道位置,才能有的放矢,不至于乱跑。商场内会断电,需要从安全通道逃生,绝对不能搭乘电梯下楼;此外,要注意有秩序撤离,不可慌张,防止发生踩踏事故。

桑久

吴志国, 康复沙龙「扬帆」



吴志国(图左)是宝山区庙行镇优秀共产党员、优秀的志愿者、上海市书法家协会会员。

2009年,庙行镇为解决社区中患重大疾病困难群众的精神帮扶,成立了“扬帆”康复沙龙,旨在以民众喜欢的传统文化为患病群众提供情感倾诉、心理疏导的疗伤平台。办书画班,场地经费都已落实,唯独老师难请。吴志国闻讯后,主动接下挑起庙行扬帆书画班重担。近十年来,不管是烈日骄阳、炎热酷暑,还是寒风凛冽、风霜雨雪,每周一次上课,他从不缺席。

2013年,庙行老龄委办“社区老年大学”书画班,也因师资难觅,请领导出面邀吴老师任教,并以每节课300元作为补贴。吴老师碍

于情面勉强答应,三个月后吴老师感到分身乏术,便请同事代教,自己全心全意投入“扬帆”。同样是庙行书画班,一个有钱可拿,一个还要付出,有人说吴老师“傻瓜”,其实他舍不得那些患重病的老学生。

对那些身患重病、比自己还年长的特殊学员们,吴老师真心实意、细致入微,使学员们深受感动。每逢学员的“重生之日”,他送上自己珍贵的书画致贺。春节时,他自费购纸,为大家撰写春联。拳拳之忱,浓浓爱心,吸引了一届又一届

的新老学员在书画世界中忘情交流……

沈国宾是位肝移植者,第一期来上课时脸色灰黑,走路打飘。吴老师帮他改画,为他示范。几年来,每到二月,“扬帆”为老沈做“生日”,吴老师都送上礼品。去年是老沈肝移植八周年,吴老师亲自写了“闲情逸致”条幅鼓励老沈。

孙全福虽然患鼻咽癌,但他喜爱传统书画,仰慕吴老师的才华,坚持前来听课。有时化疗双腿无力,步履艰难,但从不间断。吴老师送上自己的作品,鼓励老孙抗击病魔。二年多里老孙把书画班当成了自己的家,把吴老师当成知心朋友,坚持治疗。老孙弥留之际仍看着书画班上课录像,深情地说:“病好了,还要回书画班。”

通讯员 剑明

