

当好社区的“健康守门人”

——记奉贤区西渡社区的“家庭医生”赵英

据中新网上海新闻报道,来自上海市奉贤区西渡社区卫生服务中心的家庭医生赵英,没有高学位,用自己的认真和尽心,赢得了病人的口碑,拿下了全国基层卫生岗位练兵和技能竞赛一等奖。

1967年出生的赵英,学医的初衷来自于奶奶的病故。“她因为身体不好在家‘走了’,当时年幼的我就想着要做一名医生。”在当时的赵英眼里,医学是一门让她感到自豪的职业,“不仅可以帮到家人,也可以挽救很多人的生命。”

在远郊工作了20年的赵英,如今成为远郊基层全科医生的骄傲。“认真而执着”是身边领导、同事对她的评价。赵英说,“全科医生的舞台,比我想象中的还要大!”

远郊一度缺医少药,作为基层的全科医生,担负着社区重要的“健康守门人”职责。近年来,西渡社区卫生服务中心,在复旦大学附属中山医院的帮助下,成立中山-西渡教学门诊,有了“学院派”提升平台,扎实肯干的赵英又找到了一片新的舞台。她跟着大医院的专家不断增强自身技能。

来自复旦大学附属中山医院全科医学科副主任医师顾杰评价:“她非常爱提问,临床工作中的疑难问题,她常来咨询我们,还会自己在文献中找答案,回头把这些答案记录下来,再跟我们反复交流。”赵英坦言,“在祝瑛珠教授、顾杰副主任医师的帮助下,我逐渐修正了操作技能和思维模式,人文关怀与临床技能兼修,是为全科医生的基础素养。”



慢阻肺患者李大爷是赵英的签约患者,前年春天,李大爷因咳嗽、气喘被收到赵英病房内。经过治疗,患者症状明显缓解;但住院期间,李大爷因不遵医嘱、擅自回家洗澡受凉,晚上症状再次加重。经住院医师积极治疗后,症状仍未缓解,大爷大汗淋漓不能平卧。赵英第一时间冒着磅礴大雨赶到医院时,患者说话已不能连续,赵英果敢地拨打120转诊。一路上,李大爷几度昏迷,赵英一边安慰家属,一边鼓励患者坚持。到了奉贤区中心医院时,家属无法陪进去,赵英成为他唯一的亲人,握着李大爷的手,鼓励、安慰……一路上,她不断捏着气囊维持患者呼吸,直至患者顺利到达监护室。此时,已是半夜12:30分。当赵英拖着疲惫的身体回到家,虽累,却心安。

78岁的陈辉也是赵英的“粉丝”。原先住在黄浦区的他,搬来奉贤后,因担心郊区社区医院没药,常常跑去市区配药,“去一趟就要大半天,

有次偶然到这里(西渡社区卫生服务中心)来试试,当时赵医生还详细地给我介绍我需要的那种胃药,告诉我以后别大老远地跑了,来她这里就好。”现在,在陈辉的眼里,赵英就像他的女儿:“赵医生还让我加了她微信,什么事情都可以随时咨询她。她常常提醒我不要劳累,有时候我如果要出远门,她还会提醒我注意天气。”

在赵英眼里,家庭医生承担起了社区重任,“我们需要时刻关心着病人的病情进展与动态,照顾好他们的方方面面,不仅仅只是挽救一条生命那么简单。”如今,赵英管理着西渡街道片区3个家医工作室团队,服务着街道4个居委、3个村共4.2万余名社区居民。同时,她也有着以自己名字命名的工作室,这里就像“患者之家”,成为联系患者的纽带,目前她的签约居民达1800多人,其中糖尿病患者222人,高血压患者573人。

赵英的付出赢得了患者的口碑,也得到了业界的肯定。2016年9月,在上海市卫计委开展的“上海市基层卫生岗位练兵和技能竞赛”中,她经过笔试、技能操作等多个项目的一次次比拼,成绩名列第一;尔后,她又经过层层选拔,在全国的竞赛中获得一等奖。

从医二十载,赵英多次有机会转向大医院工作,但她依然选择扎根基层。“全科医生是一份很自豪很高尚的职业,这份自豪来自患者的信任,这里的老百姓相信我、离不开我,我就会一直选择留在这里。”对自己的选择,赵英从不后悔。 宗和



崇明区新河镇开展“生育关怀 健康新河”主题宣传活动

为进一步加大国家免费避孕药具发放政策的宣传力度,促进生殖健康科普知识深入群众,6月13日上午,崇明区新河镇计生办在新河镇镇政府门口开展“生育关怀 健康新河”主题宣传活动。活动中,开展计划生育政策咨询服务,为过往群众宣传孕前优生健康知识,发放生殖保健、避孕药具等知识宣传资料。本次活动发放宣传资料300余份,解答计生政策咨询20余人,发放免费避孕药具100余盒,获得群众的欢迎和支持。

黄浦区开展2019年医疗机构免费避孕药具工作业务培训

6月12日,黄浦区人口和计划生育指导中心组织开展2019年医疗机构免费避孕药具业务培训。区二、三级医疗机构及社区卫生服务中心免费避孕药具服务人员近20人参加。

本次培训邀请原上海市妇幼保健中心胡晓宇副主任医师为培训对象讲授“围绝经期妇女的避孕方法选择和使用指导”。胡老师结合大量数据案例,围绕“围绝经期妇女生理特点”、“围绝经期妇女怀孕避孕现状”、“围绝经期妇女避孕选择原则”等方面进行授课,内容丰富,专业性强,帮助培训人员进一步提高了对妇女避孕方法的选择和指导的服务水平。

倾“巢”出动 雀巢在沪开展志愿净滩活动

6月14日,上海南汇东滩海边迎来了一批特殊的游客,他们没有欣赏风景,而是专注于低头搜寻海滩边的各类垃圾,这正是由雀巢中国和上海仁渡海洋公益发展中心共同举行的“洁净海滩 倾巢出动”志愿净滩活动。

活动当天,雀巢大中华区董事长兼首席执行官罗士德及近200名雀巢员工志愿者和媒体代表一起,在海滩边细心的清理和收集各种垃圾,并进行记录、分类并称重,最终统一交给垃圾处理部门进行集中处理。而收集到的垃圾装满了十几大袋,堆成一座小山,也让参与此次志愿活动的雀巢员工和媒体代表感到治理海洋污染的责任重大。

雀巢大中华区董事长兼首席执行官罗士德在现场表示,作为世界知名的食品企业,应对塑料废物的挑战,努力在运营中实现零环境影响,是雀巢为股东和社会创造共享价值承诺的重要组成部分。本次公益活动希望通过身体力行,来进一步推广和实践可持续发展理念;另一方面也希望以此引起更多消费者和企业的重视,一起减少塑料垃圾,保护海洋环境。

据了解,在应对塑料垃圾污染上,雀巢也希



望从内部做出表率,以身作则。在2019年6月8日的世界海洋日前后,全球各地的各级雀巢员工将利用他们的志愿者活动时间来清除垃圾并参与清理活动。雀巢公司执行董事会和公司瑞士全球总部的员工则在2019年5月开展志愿活动,清洁了日内瓦湖沿岸。

近年来,雀巢一直在努力应对塑料废弃物的挑战,2018年4月雀巢公司公开承诺,到2025年实现其100%包装材料可循环再生或可重复使用,并特别注重避免塑料废弃物问题。2019年1月雀巢提出了未来实现无废弃物目标的更广阔愿景,并宣布一系列具体措施。正如雀巢首席执行官马克·施奈德表示:“雀巢更广阔愿景和行动计划概述了公司解决塑料包装废弃物问题的承诺和具体方法。”

为了达到这一目标,雀巢采取了包括引入可重复使用或的包装、新的交付系统和创新的商业模式。同时,雀巢也在加速寻找塑料的替代材料,包括用可再生和可堆肥的纸基材料和可生物降解的聚合物来代替传统的塑料产品。



打造“5·29”会员日的“爱心驿站”

金山区计生协在“5·29”会员活动期间,积极与“国际家庭日”等其他计生活动相结合,极大地宣扬了“大卫生、大健康、大宣传、大联合”的精神理念。多渠道的资源,规范的管理,贴心的服务,打造“爱心驿站”,形成了良好的计生氛围。

爱心是一缕暖阳

值此“5·29”会员活动日又恰逢端午节,区计生协在金山卫镇于6月5日下午举办了一场精彩纷呈的戏曲表演。沪剧、小品及上海说唱等精彩节目将老人们的观演情绪带上高潮。

通过“暖阳阳光情”活动,区计生协把爱带给计生特殊家庭,希望他们在暖阳下摆脱阴影,感受到社会大家庭的温暖,真正树立起健康乐观的生活态度。

爱心是一棵参天大树

由区计生协主办,工业区计生育协承办的“传承最美家风 共建和谐家庭”“5·15”国际家庭日暨“5·29”会员日活动于5月25日在金山工业区三中心广场成功举行。

活动中,通过文艺表演、最美家庭故事分享、为家庭代表赠阅家庭教育读本等形式,大力弘扬了中国传统美德和优秀家风文化。而现场设置的亲子环保秀、垃圾分类等亲子游戏等更是极大地吸引了大批亲子家庭的参与。此次活动成功为辖区内居民们撑起了一片凉爽的“绿荫”,让他们有

了属于自己的获得感、认同感与归属感!

爱心是春天的小雨

5月,由金山区卫健委、区计生协组织开展的一场场计生特殊家庭暖心出游活动,从生活上、精神上,为计生特殊家庭们带来了一场场精神的“甘霖”。

区卫健委、计生协开展的辰山植物园一日游,不仅仅是让计生特殊家庭们在美好的大自然中放飞心情,最终目的还是想让他们能够找到今后生活的希望与重心,树立起积极健康的生活态度。

爱心是指引方向的灯塔

5月11日上午,市计生协在枫泾镇新新村开展了基层会员之家“送知识、送健康、送关怀”三送活动。

活动中,上海中医药大学附属龙华医院梁晓强博士首先从民以食为天展开话题,分享了日常三餐饮食合理营养搭配、日常问题的调理方法、简易的茶食疗配等知识。大大增长了会员的健康养生知识和基本保健技能,也为基层会员们在健康保健方面指引了方向。

据统计,此次“5·29”会员日金山区各基层计生协共举办活动381场,参与人数约9923人次,不仅提高了群众的健康素养,激发了会员们积极参与建设健康卫生的热情,更满足了计生家庭日益增长的精神需求。 金计协

