



新春听邻声



用心为社区居民守护健康

——记上海市十佳家庭医生袁志敏

春节前的一个中午，家住襄阳公园附近，年逾古稀患有高血压、肾功能不全等慢性病的老陈又一次走进了长宁区新华社区卫生服务中心，像往常一样他径直走到袁志敏医生的房间。袁医生见到老陈笑了笑说：“老陈啊，来来来，快坐下，先帮你量一下血压。”见到这样的场景，大家肯定有点纳闷，老陈为啥会从徐汇区特地赶到长宁区新华路街道的社区卫生中心看病？

互尊互信

时间回到三年前，当时还住在新华路街道的老陈，已退休十多年了，从不生病，也没做过任何检查，不知道什么原因，总感到有点不舒服。思前想后，老陈来到社区卫生服务中心，正巧这天是袁医生值班。袁医生给他听诊、测量血压……检查的结果是高血压，肾功能也不大好。根据老陈的病情，袁医生确定了治疗方案，老陈也非常配合按时吃药，病情逐步好转。可是过了几个月，老陈又感到心慌。在袁医生耐心询问下才得知爱喝酒的老陈瞒着家属偷偷地喝药酒，导致血压又上升了。针对这种情况，袁医生让老陈在家用上了智能血压计，这样她每天就能通过手机了解老陈



■ 十佳家庭医生袁志敏(中)

钱银娣 摄

的血压和心率情况，一旦发现情况不正常，她都及时与老陈或他的家人联系。正是因为袁医生用自己过硬的专业知识、个性化的服务与老陈建立起了互尊互信的服务关系，所以老陈家搬离新华社区后，仍坚持到袁医生这里复诊。

看病看人

袁医生也曾遇到不愿配合的社区病人。有一名刚退休的男士，三年

前因心肌梗塞安装支架，袁医生根据他的身体状况，劝他戒烟戒酒。没想到那男士只肯戒烟，就是不愿意戒酒。袁医生告诉他：“你不愿意配合，到时候你的血压会报复你的。”她不仅及时提醒他，还对他的病情进行跟踪。由于长期饮酒，那男士的血压不断上升，最后他不得不接受袁医生的劝告，主动配合治疗，目前病情处于稳定状态。当时有人问袁医生：“你这样关心这个自己都不知

道爱惜自己的人干什么？”袁医生淡然一笑：“我是社区家庭医生，是居民健康的守门人。”

用心用情

袁医生不仅是位好医生，更是一名“科研能手”。前年袁医生在走访中发现一位社区老大妈还未到深冬手足已经裂口，严重影响日常生活。虽然这算不得什么重病，但得过皲裂的人都知道，那是真痛呀。当时

世面上的药膏见效都一般，很难看好。袁医生是看在眼里急在心里，她暗自思量一定要想办法解决这个顽疾。功夫不负有心人，在袁医生牵头下，没几个月就研制出了高效低价的“三白皲裂膏”。被治愈的老人们逢人便夸袁医生了不起，仅仅花了几块钱就解决问题了。去年入冬以来，他们还不断介绍社区外的病人来找袁医生配药。今年年初“三白皲裂膏”还荣获了长宁区优秀中医药文化项目。

袁医生不仅给社区病人看病，还十分注重慢性病防控工作。她所在团队建立了“心脏康复评估与控制”项目，定期请专家进社区作健康讲座，让社区居民学习掌握有关心脏康复的知识，真正做到防患于未然。今年1月13日，新华社区卫生服务中心成为中国第一家中华预防医学会心脏康复评估与控制基地单位。

三十多年来，袁志敏医生始终全身心地投入到社区卫生服务工作，承担起社区居民的健康重任，赢得了社区居民的肯定和赞扬，被亲切地称为居民们的“健康使者”。2016年她被评为第三届“上海市十佳家庭医生”。

社区联络员 石桂娟
社区全媒体 庄琦欣

“大块头”警官心细如发

为民工娃创造寒假好环境

今年春节到来之前，广中路街道商业一村居委会和社区民警又开始为小区外来务工人员孩子们的寒假操心了。老林排摸情况后，给留守上海的孩子们安排了一堂安全教育课，节假日注意出行交通安全，禁燃烟花爆竹让孩子们增强环保意识。让孩子们不但能学到知识，同时也大大减少了犯错和发生意外事故的概率。

林杰是广中路派出所的社区民警，身形壮硕，智慧过人，办案严谨，重要的是性格不温不躁，工作起来总是心细如发。大家都亲切叫他“大块头”警官。2015年的夏天，停放在广中路街道商业一村小区

里的轿车被人划破了相，社区民警林杰闻讯赶到现场。林杰一方面指导物业布置安装小区探头，安排保安增加巡逻区域，另一方面走访居民并对外来务工人员排摸，没过几天，划车“元凶”浮出水面，让所有人大跌眼镜的是，作案人并非心怀叵测的成年人，而是一群“熊孩子”。

经了解，这些孩子都是外来人员子女，暑假期间他们的父母仍在忙着打工做生意，无暇顾及他们。这些孩子整天无所事事，出于恶作剧心理，竟把嬉戏的目标指向停放在小区里的私家轿车。锁定了事件的起因，林杰立刻组织调解，求得了车主与孩子父母间的互谅。要在

根源上解决外来人员孩子的小玩闹，林警官想方设法同居委联手，经过反复琢磨，广中路街道商业一村居委起头，搞了一个“我参加，我快乐”暑期主题活动。居委会邀请街道社区工作者、中学老师、退休法官、派出所民警等，为孩子们开办各类知识讲座，教孩子们唱歌、跳舞、手工和书法绘画。授课老师们尽心尽力教，孩子们认真地听着，稚嫩的脸庞露出了会心的笑容。闲暇时，孩子们还可以在活动室里看书、打乒乓、听故事，充分的精力得到了健康合理的释放。

社区联络员 孙艳
通讯员 李童连

绿岛“护鸟人”“鸟哨”传承者

自从《候鸟纷飞，“护鸟人”在行动》一文春节前在“新民邻声”APP上或（“文明崇明”微信公众号）发布后，住在陈家镇的“护鸟人”金伟国一时成了小有名气的“红人”，来东滩湿地公园赏鸟的游客也比以前多了。游客们有时也能见到老金的身影，清脆的哨声引来大群鸟儿飞过，场面甚是壮观。

打从老金的护鸟事迹被人们所知，又先后荣获“野生动物保护奖”“上海市优秀志愿者”等荣誉称号后，不少媒体前来采访。如今，老

金依然早出晚归，守护着他的职责。他总是早上四点出门，踩着松软的淤泥去工作，穿着5公斤重的齐胸防水裤，穿梭在湿地上。晚上七点才回到临时住处，一条铁皮小船上，三天回一趟家。村民眼中的老金是个朴实的农民。出名后村里人才知道，老金还是上海市非物质文化遗产“鸟哨”的传承人，沪剧《绿岛情歌》的创作原型。

今年春节老金是如何过的？这几天他一直为保护鸟类在东滩上奔走，过年对他而言只是一大家子

人一起吃顿饭而已。谈到家人，老金表现得很惭愧，说关心鸟儿多了，陪伴家人的时间便少了。幸运的是，尽管工作辛苦，薪水也不高，但家人仍然给予了老金最大的支持和鼓励。家才是这个淳朴男人内心深处最柔软的地方。

护鸟人为崇明东滩鸟类国家级自然保护区的发展以及崇明的生态环境做出的贡献不可小觑，为绿岛上的“守护者”老金点赞！

社区联络员 徐紫露
社区全媒体 叶晓雯

今年春节，奉贤区奉浦一居旋律西点面包店其乐融融。这一看似普通的西点屋，也是奉浦一居妇联以烘焙为特色的妇女微家所在地。老板娘是一位80后姑娘吉瑾。

开在韩村路上的这家旋律西点面包店之所以深受居民欢迎，不仅因为这里的糕点价格公道无添加，还因为这里的社区特色活动。

当笔者走进烘焙微家，见到吉瑾正在教大家做无糖蛋糕和面包，准备将这些糕点作为新年礼物送给邻居。只见她一边把手中的牛奶和蛋液打进面粉里，熟练地揉成面团，发酵、滚圆，再把翻面卷起，捏紧收口，再放入烤箱，整个动作一气呵成。社区里的姐妹们挤在桌前边看边学，一片欢声笑语。30分钟后，“叮”的一声，面包香味扑鼻而来，欢笑嬉闹声此起彼伏。姐妹们端着还冒着热气的面包，坐下来泡杯热茶聊聊天家长里短。

当笔者问起吉瑾当年为何会选择烘焙这一行，吉瑾笑着说，其实是因为老公的一句话。2008年，徐汇区姑娘吉瑾嫁到奉贤南桥。生完孩子以后，在一次自学给儿子做点心时候，她萌生了要学烘焙的念头。于是到处拜师学艺，五星级酒店西点师傅经不过她软磨硬泡，搪塞她先去学习理论再

来拜师，吉瑾为此真的去烹饪学校学习了6个月，这让西点师傅非常感动，开始指导她做西点，直到最后开店，手艺被居民认可。

有了靠谱的师傅指导，小店的水准自然不差，生意越来越好，忙忙碌碌的吉瑾也越发充实，觉得自己和以前相比，更加阳光自信。她觉得学习烘焙不仅是一种能够养活自己的手艺，更是为自己的人生找到了方向。奉浦一居的居委会在户籍人口上门排摸时，发现了吉瑾的这一特长，于是提出了在面包店设立特色妇女微家的构想。

“独乐乐不如众乐乐，让大家来享受烘焙的乐趣。”吉瑾被居委干部的这个想法触动，一拍即合，特色微家就这样正式挂牌了。一到节假日，面包房的大厨房里开始热闹起来，社区的姐妹们便聚过来，喝茶聊天交流感情，还能学到不用烤箱就能做的月饼、市面上难买的低糖面包。

只要想学，吉瑾就会毫无保留地教给她们。她始终相信，烘焙是一种令人幸福的能力，分享美食的同时，更是分享自己在专注中获得的快乐，并与微家的姐妹们一起，用满满的热情追寻一个更好的自己。

社区联络员 朱 清
社区全媒体 平倩雯

烘焙小店奏出快乐『旋律』

奉浦一居『妇女微家』人气旺