



厦心医生为社区居民提供健康咨询和指导。通讯员供图

红帆领航 健康同行

厦心携手国贸股份走进社区开展喜迎“七一”义诊活动

晨报记者 黄伊娜 通讯员 赵婧懿

为继承和弘扬伟大建党精神,充分发挥党员先锋模范作用,7月1日,厦门大学附属心血管病医院(简称“厦心”)组织专家团队走进翔安区西炉社区,开展“红帆领航 健康同行”——喜迎“七一”义诊活动,以实际行动为党的生日献礼,践行医者仁心。

贴心服务 频获居民点赞

活动当天,厦心医护人员与共建单位厦门国贸集团股份有限公司的志愿者们来到西炉社区居委会,将医疗服务送到居民“家门口”。义诊现场井然有序,前来咨询的群众络绎不绝。

“平时血压高不高”“最近在吃什么药”……厦心内科、心外科专家现场坐诊,为居民进行心血管疾病诊治和健康指导;同时,发挥专科特色,为居民进行房颤筛查和心肺复苏教学,普及心血管健康知识和应急救护知识,提高居民的健康素养。面对一些普通话不太好的老年人,医生们还会贴心地用闽南话与之交流,讲解疾病预防知识和注意事项。

西炉社区居民黄大叔带着病历资料和检查报告来到了义诊活动现场。一个月前,他因按压胸口有疼痛而到厦心就诊,医生开具医嘱后让他一个月后到医院复查;此次正好碰到厦心医生来到“家门口”,他便兴冲冲地赶来了。义诊专家、心内科副主任医师吕佳蓝仔细查看他的资料,详细询问其血压、尿酸等数值和生活习惯等,解答其用药方面的疑惑并指导下一步的治疗。离开时,黄大叔点赞道:“医生很耐心,解释得非常详细。”

健康宣教 践行医者初心

厦心心内科主任医师刘文辉多次走进社区、乡村参加义诊活动,此次也不例外。他表示,相比院内坐诊,走进基层开展义诊面向的人群更多,更有利于开展健

康宣教,提高广大群众的疾病防治意识。

一直以来,厦心充分发挥心血管专科医院优势,着重突出医院行业“心”特色,通过多渠道、多形式,向公众大力普及心血管防治和急救知识。去年,厦心共开展义诊活动40余次,110余人次医护志愿者参与,服务群众达4000多人;同时,开展健康讲座、心肺复苏教学50余场,服务群众近两万人,深受学生、居民好评。

护士为居民开展心肺复苏技能培训。通讯员供图



这些人应定期做颈部超声

动脉粥样硬化是一种常见的全身血管疾病,严重者会出现头晕、胸闷、胸痛等症状,甚至可能发生脑卒中、心肌梗死等,危及生命。颈动脉超声是诊断、评估动脉壁病变的有效手段之一。

厦心心内科副主任医师吕佳蓝提醒,年龄在40岁以上,存在高血压或血脂血糖异常、睡眠呼吸暂停综合征,及吸烟、超重、肥胖等情况的高风险人群,应定期进行颈动脉超声检查,使相关疾病得以“早发现、早治疗”。她还建议将心脏彩超纳入常规体检项目,因为有助于及时发现心肌肥厚、心房扩大等心脏问题。



居民竞相学习五行健康操。本组图片 记者 陈理杰 摄

专家巡讲 为心护航

厦门市仙岳医院“精小卫”来了·心理健康大讲堂正式启动

晨报记者 马丽 通讯员 陈鹭

“天天在家带娃,除了‘洗刷刷’就是‘洗刷刷’,经常莫名烦躁。没想到,今天在‘家门口’就能得到满意的问诊,我的心情豁然开朗。”“我的睡眠质量一直很差,又不想用药物治疗。医生特别耐心地为我分析了原因,我以后会好好舒缓压力,并进行适当运动,以改善睡眠。”6月30日上午,由厦门市仙岳医院主办的“精小卫”来了·心理健康大讲堂在金安社区正式启动,受到现场居民的热烈欢迎。

活动纷呈 健康服务备受称赞

当天,记者在活动现场看到,上午9点不到,不少居民就在睡眠科、心理科等仙岳医院科室的义诊摊位前有序地排起了长龙。有的居民还带上了体检报告、身体检查资料等,要向专家请教。“短短五分钟,就可以让全身所有部位动起来,很适合居家锻炼。”伴随一曲舒缓的音乐,厦门市仙岳医院护理团队带来的五行健康操引得不少居民竞相学习,大家纷纷表示,“这种健康操既简单又实用”“回家后就会复习起来”。

全球卫生后备人才库成员、厦门市心理学会理事、厦门市仙岳医院副主任医师张鹤鹤博士是首场讲座嘉宾,她围绕一些常见心理问题,为居民开展了主题为“如何保持心情愉悦”的健康小课堂。10余名“精小卫”党员志愿服务队专家成员组成的义诊团队,则与居民开展面对面交流。在日常饮食、睡眠质量、心理状态等方面给出针对性的健康指导,叮嘱大家尽力做到合理膳食、适当运动、心情愉悦。

看到居民积极参与现场的心理科普知识互动抢答、义诊等系列活动,金安社区党委书记、居委会主任陈惠萍喜上眉梢。她说:“心理健康关乎个体幸福、家庭和睦及社会和谐,特别感谢仙岳医院为我们社区居民带来的专场活动。希望医院以后还能走进金安社区,为居民送上‘心



专家与居民面对面话健康。

贴心、面对面’的优质诊疗服务,提升群众幸福感、获得感。”

久久为功 守护群众“心”健康

近年来,厦门市仙岳医院充分发挥精神专科优势资源和技术,创建“守护心灵·启航未来”党建品牌,并在市委文明办、市卫健委的关怀指导下,成立“精小卫”党员志愿服务队,定期深入社区、企业等开展活动,助力“健康厦门”,把高质量“心”服务、“心”资源送到群众身边。

“守护群众心灵健康,只有起点,没有终点。”厦门市仙岳医院党委书记陈敏指出,“精小卫”党员志愿服务队除常态化开展义诊、公益讲座、精神卫生知识宣教、心理健康快车等志愿服务外,从本场讲座开始,“精小卫”来了·心理健康大讲堂今年还将连续举办4期大型“名医巡讲”,邀请医院医疗业务骨干作为主讲人,以群众“心”需求为切入点,希望在为群众传播健康、有效地自我保健意识的同时,为市民筑起保护心理健康的“铜墙铁壁”。

此外,作为落实《“健康中国2030”规划纲要》《健康中国行动(2019—2030年)》工作的一项重要举措,仙岳医院的名医将针对不同年龄段、不同社会群体的常见心理健康问题,前往高校、企业、老年活动中心等开展特色健康讲座。