

讲好成都社卫故事 助推基层卫生健康事业高质量发展

2023年是全面贯彻落实党的二十大精神开局之年，是成都市进一步推动卫生健康事业高质量发展的关键之年。为全方位展示基层医疗卫生服务能力的提升成果，讲好成都卫生健康领域高质量发展故事，日前，由成都市卫生健康委员会指导、四川日报报业集团华西社区

传媒主办的2023成都党建引领基层卫生健康事业高质量发展优秀案例展播活动已全面启动。

如何将深入贯彻落实党的二十大精神学习成果转换为医疗卫生事业高质量发展的不竭动能？基层医疗机构如何扎实推进基本公共卫生

服务做深做实？家庭医生如何融入“微网实格”提升群众健康获得感？……带着这些问题，华西社区传媒记者深入各区(市)县卫健系统，挖掘医疗机构在高质量发展中的优秀典型案例，多角度展现成都卫生健康领域高质量发展的生动故事。

A 家庭医生团队下沉小区 健康服务“送”到居民家“楼下”

4月14日下午5点半，成都市双流区月光湖小区门口比往常更加热闹。体验中医穴位推拿、咨询各类健康问题、进行家庭医生签约、咨询科学用药指导……小区居民正在家“楼下”感受一站式健康服务带来的便利。

据了解，自3月1日起，双流区公兴社区卫生服务中心开启了家庭医生“延时服务”模式，每天16:00—18:30，中心5支家庭医生团队在中心分管领导的带领下，轮流下沉至辖区的小区、楼盘开展健康教育、体检、家庭医生签约等服务，大半个月过去，辖区18个楼盘已经实现了健康服务全覆盖。“这项工作将持续全年，通过不断‘上门’扎实开展基本公共卫生服务，为居民提供综合、便捷、连续、精准的基本医疗和健康服务管理，让我们的家庭医生真正成为百姓身边‘看得见’的健康守门人，同时不断提高家庭医生签约服务‘含金量’。”中心主任侯渝蓉介绍说。

家庭医生“延时服务” 打造“医防融合”新模式

“陈朋，今天去月光湖小区是打‘硬仗’哈，他们小区年轻人多，下班比较晚，我们尽量多待一会儿，可能要8点后才‘收摊’哦。”当天，轮到公兴社区卫生服务中心副主任沈睿带队进小区开展家庭医生“延时服务”，中午她就在关心大家的准备情况。

从今年3月1日起，中心就把家庭医生移动工作室“搬”到了辖区居民家“楼下”，妇科、儿科、中医康复科、皮肤科、精神科、肛肠科……义诊摊位不大，但是“五脏俱全”，基本可以保障全年龄段人群的健康需求。“最多的时候有近百名居民来咨询问诊。”沈睿介绍说，好人气不是一蹴而就的，初来乍到也遇到过“门可罗雀”的尴尬。“我们在服务的过程中不断总结经验，比如我们目前借力‘微网



家庭医生团队进小区提供健康服务。

实格’，不仅由网格员提前把义诊通知传达给居民并摸清他们的健康服务需求。同时依托微网格员发挥‘前哨’优势，再次厘清了网格中的重点人群信息，便于我们个性化、定制化、持续性地开展高品质医疗服务。”沈睿说，通过近一个月的“巡回式”下沉义诊和健康教育，以及定人、定岗、定责的服务制度，越来越多的居民认识了社区医院、认得了家庭医生、认可了健康服务。

“我们的家庭医生都是利用下班时间开展延时健康服务，但没有一个人有怨言。”说到中心这支能打“硬仗”的团队，分管家庭医生签约工作的中心副主任杨甲东非常欣慰，中心领导班子希望通过常态化开展这项有温度的特色健康惠民举措，切实提升对社区居民的健康管理水平，帮助大家树立起“早认识、早预防、早健康”的疾病预防观念，让“预防为主、医防融合”的健康理念厚植人心。

发挥精神特色专科优势 关注居民身体与心理健康

3月10日，公兴社区卫生服务中

心正挂牌“成都市双流区第四人民医院”，4月15日，开始空载运行，预计6月1日全面开诊。如何实现精神卫生中心和社区医院的深度融合，发挥精神特色专科优势，护航居民身心健康？

“目前，我们将8名专业精神科医师和心理健康咨询师编入到中心现有的5支家庭医生团队，通过开展特色家庭医生服务，不仅为辖区重症精神疾病患者提供诊疗、健康管理和双向转诊等连续服务，还依托与上级医院共同搭建的远程会诊信息平台，让精神疾病患者在基层就能享受‘三甲级’服务。”精神卫生中心副主任冯益身介绍，居民的心理和身体健康同样重要，不仅要为辖区居民解决看病问题，还要关注他们的心理问题，全方位、全周期地呵护居民大健康。“接下来，我们还会开通24小时心理服务热线、建设心理健康咨询服务中心，并依托家庭医生签约服务，探索构建以社区为本的精细化心理健康、精神健康综合防治方案，全面提高居民生活健康指数。”

华西社区传媒记者 李思佳 中心供图

B 关节炎该如何防治？ 专家进社区释疑解惑

关节要承担身体大部分的重量，每天都要进行大量的负重活动，一旦患上了关节炎，会出现关节肿痛以及关节红肿的现象，疼痛严重的患者甚至无法正常地生活和工作。缓解关节炎疼痛的治疗和管理手段有哪些？症状消失后可以停药吗？关节炎患者是否还能进行体育锻炼？

4月17日，华西-成华联盟健康大讲堂第二十六期，在成都市成华区府青路社区卫生服务中心开讲。依托“华西-成华城市区域医疗服务联盟”，成华区府青路社区卫生服务中心特邀四川大学华西医院风湿免疫科副主任医师谭淳予，带来“常见关节炎的认识”主题健康知识讲座，为

辖区居民普及关节炎的预防及日常保养方法。

防治骨关节炎“趁轻趁早”

“老年人骨关节炎多发，趁轻防治是上策。”讲座中，四川大学华西医院风湿免疫科副主任医师谭淳予通过PPT展示，结合实际案例向居民细致讲解了关节炎形成的原因、常见症状、治疗方法等。谭淳予介绍，骨关节炎也称退行性关节炎、骨质增生、骨关节炎，是以关节软骨变性、破坏及骨质过度增生为特征的慢性关节病。主要表现为关节疼痛、僵硬、肥大及活动受限，多发于50岁以上中老



四川大学华西医院专家为社区居民讲解主题健康知识。

年人。

骨关节炎治疗分为早期和晚期，早期以预防为主，出现关节僵硬、疼痛时，多休息、少活动，尽量不要爬坡、爬楼。“可以走平路，但不要长时间行走，降低对膝关节、髋关节的损伤。”谭淳予介绍，骨关节炎的治疗首选保守治疗，包括改变运动方式，服用或局部注射药物减轻疼痛和物理

疗法等。同时疾病早期要重视预防，减轻关节负担，科学合理进行功能锻炼，根据每个阶段病情合理选择药物而不依赖药物。

症状严重仍需手术治疗

对于早期的骨关节炎患者，药物治疗是主要的治疗手段。“如果关节

畸形非常严重，增生也比较重，软骨已经磨损了，那这种关节零件已经出问题了，就需要手术来干预。”谭淳予介绍，对于终末期患者，比如患者出现夜间疼痛、影响了睡眠和休息、严重影响行走时，只能选择接受人工关节置换术。人工关节置换术目前已经有几十年的历史，是一种成熟且有效的手术治疗方式，主要适用于关节结构严重破坏的后期骨关节炎病人。

控制饮食适当锻炼防治

“医生，我腿经常痛，我还能锻炼吗？”“医生，我是类风湿性关节炎，不痛了以后可以停药吗？”讲座中，不少居民提出了自己疑问。谭淳予提醒，骨关节炎患者可以结合恢复情况选择对关节影响较小的活动进行锻炼，避免打球、跳绳、爬山等剧烈运动。“在运动中要注意保持膝关节的平衡稳定，避免摔跤或扭伤。”

此外，控制饮食、减轻体重对骨性关节炎有较好的辅助治疗作用。“要控制主食、脂肪和动物性食品的摄入，使自己的体重逐渐降至理想体重的水平。”谭淳予表示，多吃含蛋白质、钙质、胶原蛋白的食物，如奶制品、豆制品、鱼虾等，可以补充蛋白质、钙质，防止骨质疏松，又能生长软骨及关节的润滑液，还能补充雌激素，使骨骼、关节更好地进行钙质代谢，协助减轻关节炎的症状。

华西社区传媒记者 彭影 摄影报道

C “坐堂医生”变身“健康管家” 居民签约享受高质量医疗服务

“家门口就能看病确实方便。”“一个电话就解决了我的疑惑，真是雪中送炭。”“省了去大医院的周折，省时省事又省心。”……4月18日，成都市金牛区茶店子社区卫生服务中心的家庭医生团队再次“出动”，大家走进各辖区院落，为居民提供就近就医服务。

“自从推行家庭医生签约服务以来，形成了首诊在基层、大病到院、康复回社区的上下联动就医格局。”中心主任周成华介绍说，中心将继续高质量稳步推进家庭医生签约管理服务，开展以公众健康咨询、健康讲座、入户巡诊等为主的家庭医生健康管理活动，普及健康知识，让更多的居民认识、了解、信任、依赖家庭医生，筑牢健康屏障。

从认识到依赖 做居民健康“守门人”

“天气热了血管扩张，可以少吃一片，下次调整药量之前记得先咨

询我。”“高血压要低盐饮食，营养均衡，平时吃饭也要清淡才好”……量血压、询问服药情况、了解饮食睡眠等习惯……在西岸锦绣小区，家庭医生团队罗耀灵正在对患有高血压的刘婆婆进行随访，并叮嘱日常生活中的注意事项。罗耀灵团队是院落里的“网红”医生，对签约患者无微不至的关怀使得大家都很信赖她。“小罗当我的家庭医生已经第六年了，特别耐心，就像我的健康管家一样。”今年80岁的周爷爷是中心的签约患者，并且逐步带动他的老伴、孙子也成为了签约患者。如今，他们整个家庭都是中心的忠实“粉丝”。“以前条件不好，我们没有自我健康管理的意识，近年来通过家庭医生签约，定期了解身体情况，让我们很安心。”

“从一个人呱呱坠地到耄耋年华，从一名签约对象到整个签约家庭，不论是生理抑或是心理，家庭医生守护的是人民群众全生命周期的健康。”罗耀灵表示。



家庭医生团队罗耀灵正在给患者看病。

从线下到线上 智慧化服务“再升级”

据了解，中心服务人口50000余人，2022年全年签约20000余人，中心组建了6支家庭医生团队，其中全科家庭医生团队4个、特色家庭医生服

务团队(康复团队)1个、其他重点专项家庭医生团队1个，每个团队由全科医生、社区护士、健康促进员等组成，通过划分服务片区、走访入户的方式，为居民提供医疗卫生健康服务。

随着智慧化管理和卫生健康高质量发展的不断推进，远程管理和在

线问诊越来越普及，家庭医生团队带给居民的“健康红利”正在逐渐释放，分级诊疗效果愈加凸显，“小病不出社区”正在变为现实。

不久前，家庭医生团队队长马念蓉通过慢病的远程管理设备发现，自己管理的签约患者王磊(化名)的血压已经连续几次较高。她随即建议王磊通过线上问诊的形式，向成都大学附属医院心血管内科专家问诊。专家为其进行介入调查并调整了治疗方案，两周后，马念蓉再次对王磊进行随访，发现他的血压已控制在正常范围。

“如果数据仍然偏高，就会通过双向转诊，转到上级医院进行治疗，控制好病情后再转回中心。”据了解，中心与成都大学附属医院、成都中医药大学、四川省第二中医院等多家上级医院建立了联合诊疗机制，通过远程会诊、分级诊疗，让居民在“家门口”就能享受到三甲医院的诊疗服务，打通医疗服务居民的“最后一公里”。

华西社区传媒记者 胡慧媛 中心供图