

# 华西专家进社区 义诊科普送健康

“春季到来，领一份‘健康’回家！”2月14日，由华西-成华城市区域医疗服务联盟主办的“迎新春 走基层 保健康”志愿服务活动在成都市成华区万年社区卫生服务中心举行。华西医院多名专家亲临现场，通过健康义诊、惠民咨询、健康科普等方式，将优质资源下沉社区，探索国家基本公共卫生服务高质量发展新路径，惠及居民超200人次。

## 专家义诊 为健康全面支招

“假期结束以后，上班的状态一直不是特别好，食欲、睡眠也不佳，希望找到合适的方法改善。”义诊现场，来自万年场街道辖区的居民热情高涨，由四川大学华西医院日间手术中心、肝移植中心、泌尿外科、小儿外科及门诊部的专家医护团队组成的“健康顾问团”，为居民提供一对一健康咨询。针对节日高发的健康问题，专家们结合个体情况定制调理方案，并派发多种健康科普资料。



“迎新春 走基层 保健康”志愿服务活动。



开展健康科普讲座。

万年场街道辖区内老年居民较多，平时或照顾儿孙，或操持家务，“有

病先扛着”“忍一忍就过去了”成了不少老年居民的习惯，此次专家来到“家门口”，正好解决了这部分老人的问题，大家反响积极，有效地提高了辖区居民的健康意识和自我保健意识。

## 科普讲座 守护健康“不断档”

当天下午，华西-成华联盟健康大

讲堂第四十四期如期举办，依托华西-成华城市区域医疗服务联盟优质资源，万年社区卫生服务中心特邀四川大学华西医院日间手术中心主治医师雷甜甜、主管护师季洪淼、护师王显珊、门诊部助理研究员郭书怡，以《结肠息肉日间手术的术前准备及术后康复》《华西医院全流程日间手术护理》《居家急救护理》《华西城市社区联盟转诊工作介绍》为题，结合万年辖区实际，围绕日间手术、居家急救护理及冬春季流行病、传染病等内容进行了健康科普。

“日间手术可以缩短患者的住院时间，对患者和陪护而言，不但减轻家庭陪护负担，还能降低病患院内感染的风险，加速患者的康复，减少了社会成本的支出，有利于患者尽早回归正常的工作、生活。”专家介绍，对医疗机构而言，日间手术已成为衔接分级诊疗的重要手段，是推进“手术在医院、康复在社区”的“急慢分治、上下联动”诊疗模式的重要实践，同时也可以节约医疗资源，加快床位周转，有效降低平均住院日，在一定程度上解决“看病难、看病贵、手术迟”的问题。但需要格外提醒的是，不要认为日间手术短小、快捷就不重视，为了术后的快速康复，出院后仍要严格按照医嘱执行。

华西社区报记者 彭戎 中心供图

# 流感来袭不要慌 医务志愿者分发中药“暖”方“喝”护健康

近日，崇州市委社会工作部、崇州市中医医院联合崇州市志愿服务联合会开展“情暖健康年，国医防甲流”志愿服务活动，充分发挥中医药在甲流预防中的优势，着力提升辖区群众的免疫防护力，切实有效地降低感染风险。

随着清晨的第一缕阳光洒落，志愿者们手持中药和口罩，穿梭于饿了么早会集合点、美团万达站、圆通速递（快递小哥休息驿站）、交警大队、福恩梦园、体育广场等多个场所，将这份温暖的关怀递送到新就业群体、一线工作人员及广大居民的手中。“请各位注意，每人三袋中药，口罩两个。记得一天两次，一次一袋，内外兼备，共同预防甲流的侵袭。”中药剂科副科长宿建立一边分发着中药，一边细致地讲解着使用方法。

据悉，此次共准备1000份甲流预防中药及1600个口罩，中药是崇州市中医专家根据冬春季节感冒特点精心配制，选用黄芪、防风、白术等中药材



志愿者为外卖骑手分发中药和口罩。



志愿者向居民分发中药和口罩。

煎制而成，具有清热解表、滋阴润燥、益气固表的功效，适用于普通人群预防流感。

志愿者们还积极向市民们科普甲流的传播途径和预防知识，反复叮嘱大家要保持室内空气流通，出门佩戴口罩，回来后用流动水和肥皂洗手，他们表示这些看似简单的行为，是构筑

个人健康防线的关键所在，希望能通过自己的努力，让科学的防疫观念深入人心，让有效的预防方法成为市民们的日常习惯。

此外，市民们纷纷表示感受到了来自政府和社会的温暖与关怀。在体育公园晒太阳的李明感慨地说：“最近甲流高发，今天不仅领取到中药和口罩，还学到了很多预防甲流的知识，感觉心里踏实多了。”环卫工人刘艳琼也表示：“我每天都在户外工作，感染的风险也大，今天能领到免费的中药，感觉特别温暖，在我看来，这不仅是中药，更是一份关怀和鼓励。”

记者了解到，此次志愿服务活动不仅为市民们提供了实实在在的健康保障，更在无形中弘扬了中医药文化。“我们将持续以志愿服务为主导，坚守‘服务为民，健康为先’的理念，广泛发动各类志愿服务力量，为市民的健康生活提供坚实支撑，同时，也将不断探索和优化志愿服务的新模式、新路径，积极回应群众对健康服务的多样化需求，让志愿服务的温暖与健康的光芒洒满每一个角落，惠及每一位市民。”崇州市委社会工作部相关负责人表示。

饶莎 华西社区报记者 杨铨  
崇州市委社会工作部供图