

“健康直通车”助力企业“健康立园”

□ 华西社区报记者 彭戎 胡慧媛 中心供图

急救技能破壁职场 中医智慧融入工位

活动现场,健康服务精准触达企业痛点。“家庭急救培训”让急救技能不再遥远,医护人员以“理论+实操”破壁,重点传授海姆立克急救法、心肺复苏与AED操作,并精心设计“双人海姆立克急救法演示”,模拟不同体型人群的气道梗阻场景,职工们围成实操圈,在“手把手”指导下精准调整站位角度、发力手势与急救节奏。从AED电极片贴放到心肺复苏深度按压,每个动作都在反复纠偏中沉淀为肌肉记忆。“以前觉得急救是医生的事,现在发现我们也能成为第一响应人。”一名参与演练的职工感慨。

同步进行的“职场养生”课堂没有高深理论,只有能即刻落地的健康生产力。中医专家直击久坐、熬夜、颈椎病等职场“标配”痛点,将《黄帝内经》的养生哲学转化为工位可实践的科学调理“处方”,助力职工提升自我保健能力。

健康体验区成移动诊所 企业健康官打通服务闭环

现场设置的“健康体验区”有序排起长队,五项服务精准狙击职场亚健康。中医师指尖在耳廓穴位游走,依据失眠、疲劳、消化不良等不同症状选穴压豆;推拿床前,因长期伏案僵硬的肩颈在个性化手法下渐次松弛;人体成分分析仪化身“健康透视镜”,体脂率、肌肉量等数据经专业解读,转化为科学增肌减重指南;血糖检测为高风险人群亮起预警灯,口腔检查从

6月18日,在成华区卫生健康局指导下,成华区府青路社区卫生服务中心联合成华区人民医院启动“健康成华区直通车”,结合“成华直通 健康立园 赋能增效 企业满园”主题,暖心“驶入”成华城投公司。活动通过“科普+体验”双轨并行模式,将职场健康管理从概念转化为可触可感的行动,为忙碌的企业职工送上一份实用的健康礼包。



健康知识送进企业。

龋齿筛查延伸出定制护牙方案。

“企业健康官在此刻显现枢纽价值。”成华区府青路社区卫生服务中心相关负责人介绍,作为企业与医疗机构的“健康联络人”,中心“企业健康官”深度对接企业内部健康需求,确保医疗资源定向输送与公共卫生服务有效延伸。正是这一角色,使中心的服务模式突破“单次活动”局限——从四川机械化工程公司到蒙牛乳业,府青路社区卫生服务中心已累计开展17场健康讲座、建立超1000份动态更新的职工电子健康档案,初步形成“企业提需求-健康官对接-资源定向输送-公卫服务覆盖”的闭环健康管理生态。

从“健康立园”到“企业满园” 健康服务锚定高质量发展

据了解,这场开进成华城投的健康直通车,是成华区卫生健康局积极响应成都

市“立园满园”要求的创新实践。成华区府青路社区卫生服务中心将企业视为健康服务高质量发展的关键载体,通过直通车已逐步实现空间破壁、服务再造、效能升级的三重突破,让医疗资源从社区顺利延伸到产业园区,确保在变被动诊疗为主动健康管理的同时,以职工健康素养提升有效助推企业效能增长。

“健康不是成本,而是核心竞争力。”成华区卫生健康局相关负责人介绍,“健康成华直通车”开进企业园区,旨在让健康管理从福利转化为企业可持续发展的基建工程。接下来,成华区府青路社区卫生服务中心将在成华区卫生健康局指导下,不断拓展服务内涵,推动“健康成华直通车”服务常态化、长效化,让更多企业职工便捷享有“家门口”的优质健康服务,为成华高质量发展持续注入健康动能,真正实现“健康立园”赋能“企业满园”。

健康科普进社区 专家手把手传授中医养生之道

近日,一场以“家健护航”为主题的家庭健康知识科普讲座在温江区举办。温江区第三人民医院联合社区通过中医养生知识宣讲与急救技能实训相结合的方式,将优质健康服务送至百姓家门口,50余名居民在沉浸式学习中掌握实用健康技能。

活动现场,医院中医科副主任医师王虎以通俗易懂的语言,细致讲解了中医养生理论、四季养生要点以及日常养生技巧。王虎

医生特别强调,中医养生要“辨证施养”,即根据每个人不同的体质,量身定制个性化的养生方案。他详细介绍中医降脂、保肝代茶饮及补气、补血、健脾、祛湿等药膳的制作方法,让居民们深刻感受到中医养生在日常生活中的实用性。

为了让居民们有更直观的体验,王虎医生还现场演示中医穴位按摩操作手法,并对足三里穴、膻中穴、涌泉穴等常见穴位进行详细讲解和示范。居民们在专业指导下积极参与实践,亲身体验传统中医的神奇疗效。

除了中医养生知识,日常急救知识培训也是本次讲座的重要内容。医院精神

科急诊护士长王玉红通过情景模拟教学,围绕就近急救原则、心肺复苏操作方法、急救技能等知识展开生动讲解。她耐心示范胸外按压、人工呼吸等动作要领,确保每位参与者掌握规范操作流程,生动的教学方式获得居民广泛好评。

本次“家健护航”家庭健康知识科普活动不仅将健康服务送到社区居民的“家门口”,更拉近医院与社区的距离,架起同心同向的健康桥梁。温江区第三医院相关负责人表示,接下来医院将持续推动优质医疗资源下沉社区,让健康守护的承诺化作常态化行动。

包敏 华西社区报记者 刘俊

08>
华西社区报

健康
成都

2025年
6月27日
星期五
编辑 董峰
版式 张进



中医养生知识宣讲。