

科普、义诊、“种苗”三不误——社区的“健康课堂”干货满满 老人跑一趟可“一举多得”

编者按

对于老年人而言,身体的“健康指数”直接关乎晚年生活的“幸福指数”。

如何看待老年人接种新冠疫苗的必要性?接种疫苗出现副作用怎么办?长期居家,感染风险是否变小?患有高血压、糖尿病等基础性疾病,是否适合接种?近日,在杨浦各社区,不少老人坐进了“健康科普课堂”,成为认真学习的“学生”,医生、专家现场讲解、答疑解惑。除此之外,还可享疫苗接种、健康义诊、医疗咨询等便民服务。

老人跑一趟即“一举多得”的背后是杨浦全力以赴为老年群体保驾护航的用心用情。



■毛信慧 汤顺佳 罗佳 宗禾

听说有专业“大咖”来开讲座,她赶紧过来听听——课上完了“不解渴”,还有“课后小灶”

“各种慢性病病情比较平稳的时候,是可以进行疫苗接种的。当然,患有慢性病的老人需经常就诊,一般情况下有固定的医生,这些老人也可在门诊时间问医生是否适合接种……”

小小的一支疫苗,其实藏着“大学问”。台上的“老师”说得仔细,台下的“学生”听得认真……这是8月24日,四平路街道“老年生活要健康,新冠疫苗安排上”疫苗接种宣传活动的现场。上午九点,四平路街道党群服务中心的活动室内,上海市肺科医院结核科副主任医师崔海燕坐在讲台前,以“加强老年人新冠病毒疫苗接种适应症判断要点”为题开展讲座,让疫苗科普知识“飞入社区”,“飞到”老年人的身边。

当天,几个周边小区的居民们组团来听课。看到这么多知识点,一些老人拿出手机,对着屏幕一顿猛拍,表示回去后要仔细阅读。居民王女士就在其中。王女士告诉记者,她患有高血压,心脏也不太好,所以一直没有接种疫苗。这回听说有专业“大咖”来开讲座,她赶紧过来听听。

现场还有一位居民是社区“红

人”,经常帮忙组织老年人开展活动。她早已完成了三针接种,这次是专程来学习疫苗知识,回去宣传用的。“讲座内容简单扼要,医生讲得很清楚。我还做了一些笔记。”她说,“这样平时在和邻居们交流的时候,我就能给他们传播一下这方面的知识,宣传疫苗接种的重要性。”

课上完了“不解渴”,还有“课后小灶”。

“我还和医生一对一交流了一下,她表示我这样的情况可以接种,没有问题。那我就放心了。”王女士说。崔海燕认为,这样的“授课”很有必要,“不少老人获取信息的途径比较有限,医生来到社区现场讲解,甚至一对一接受咨询,有助于打消疑虑,让老人得到更好的指导。”

免费量血压、测血糖……当天,活动现场还提供健康义诊、医疗咨询等服务,居民也可在常态化接种点进行疫苗接种。

听完咨询完,82岁的她献出一“臂”之力——“保护自己的同时,也保护别人”

对接种疫苗的禁忌症进行详细讲述;给患有慢性病的老年人、高血压患者、糖尿病患者、肿瘤、术后等大病人员、过敏人员、免疫功能受损人群提供具体的接种建议;讲解肺癌的症状、诊治、治疗等相关知识……

8月24日上午,五角场街道主题

为“共筑免疫屏障·一起呵护老年人健康”的“科普课”,分为“上下集”。

“上集”关于“老年人新冠病毒疫苗接种适应症判断要点”,由上海市肺科医院呼吸内科副主任医师马俭主讲,新冠病毒的传播特点、导致重症和死亡的危险因素等知识点“面面俱到”,在场听讲的老人频频点头。

“下集”关于“肺癌的诊治”,主讲人为上海市肺科医院中西医结合科副主任医师鞠立霞。

“在实际接种过程中,关于肺癌的咨询比较多,所以这次就专门给大家科普一下相关知识。”五角场社区卫生服务中心的方医生告诉记者。

“科普课”之后的现场义诊也受到居民欢迎。医生刚一坐定,就有人过来咨询了。“肺癌如果是在治疗期间不建议打疫苗,症状稳定期间,是可以接种的……”鞠立霞耐心地为居民解答。

在居委会工作人员的陪同下,82岁的王奶奶听完课,向医生咨询后,进一步消除了顾虑,为构建免疫屏障献出一“臂”之力。“我有高血压,需要持续吃药,但医生说了,高血压在稳定期内是可以接种的,那么就干脆在现场打了,保护自己的同时,也保护别人。”王奶奶说。

线上健康干预培训“插播”疫苗接种动员——社区为行动不便的她“送苗上门”

“各位叔叔阿姨,今天的训练就要

结束了。为了大家的健康,希望叔叔阿姨们积极接种新冠疫苗,群策群力守护好我们的健康家园。”近日,社区(运动)健康师的直播间里,来自上体院刘向云教授团队的小张老师像往常一样,在最后的环节不忘给参加线上培训的老年人进行疫苗接种动员。

刘阿姨家住殷行社区,2021年9月起参加糖尿病健康干预。在这次直播后,刘阿姨主动联系小张老师,询问了疫苗接种相关知识。小张老师运用自己的医学背景和区医保局之前的宣传知识,为刘阿姨进行了详细讲解。最终,刘阿姨于8月初接种了第一针。

颜阿姨居住在外区,2021年10月起,跟随居住在本区的亲戚一起参加社区(运动)健康师老年人腰痛干预项目。7月初,颜阿姨到上体伤骨科医院看健康师王雪强教授的专家门诊时,王雪强向她宣传了接种疫苗的重要性。了解到颜阿姨有接种意愿但行动不便后,街道安排医护人员上门为老人进行了接种。

今年7月以来,区医保局为了进一步做好防疫常态化期间社区(运动)健康师试点项目,联动区体育局、区卫健委等部门,将试点项目转入线上直播教学,培育“网红”健康师,让线上“运动处方”在防疫常态化阶段发挥重要作用,为健康干预人群提供更多的健康安全保障。同时,区医保局将宣传发动疫苗接种和社区(运动)健康师项目相结合,为全力构建全民免疫屏障、阻断传播途径提供助力。

同时,区医保局积极完善配套设施建设,通过优化接种服务,创新工作方法等措施,持续稳定推进疫苗接种工作。区医保局在经办服务大厅一线广泛宣传和科普疫苗接种知识,消除部分老人对接种疫苗存在安全问题的顾虑,并与江浦社区卫生服务中心联手,开展“送苗”进医保活动。线上,动员大家通过微信群、朋友圈等途径广泛宣传疫苗接种知识,以及疫苗的安全性和有效性,及时解答居民疑惑。

线下,通过张贴海报、电话联系等方式,进行全方位、多角度的疫苗接种宣传,积极引导老年人主动尽早接种。

“就像穿了一件防护衣”的比喻把她逗笑了——精准“定位”,多样化宣传、多角度动员、多领域关爱

“社区工作人员非常有耐心,隔三岔五上门或打电话,关心我的身体情况、血压控制得好不好。很热的天来回接送我接种疫苗。打疫苗是为我自己、为身边的好人,我觉得应该打。”日前,家住松延居民区的李奶奶对社区工作人员的服务赞不绝口。

发动居民区二级支部书记、党员骨干、积极分子、楼组长,形成社区动员网络;居委会实行挂图作战,形成疫苗接种数据动态表;每周召开推进会议,及时分析研判工作态势……近期,松延居民区精准“定位”未接种人群,采用多样化宣传、多角度动员、多领域关爱的贴心服务,加快推进60岁以上老年人疫苗接种工作。

除了充分利用宣传栏、大喇叭、黑板报、微信群等形式广泛宣传疫苗接种政策知识外,松延居民区还在小区出入口“摆摊”,进行撒网式宣传动员,采取“敲门”行动、电话“巡访”等措施,了解掌握居民身体状况及想法,对未接种的老年群体再梳理、再发力、再动员,力争做到“应接尽接、能接快接”。

居民刘阿姨有意愿接种疫苗,但在临接种前突然改变了想法,居委会干部询问原因后老人表示,还是担心接种疫苗对身体产生不良影响。于是,居委会干部更加耐心地讲解,宣传了接种疫苗的必要性及对人体的保护效力,“就像穿了一件防护衣”的比喻把刘阿姨逗笑了。为进一步消除老人的疑虑,居委会协调社区卫生服务中心医生对老人的身体状况进行评估,确认其符合接种条件,刘阿姨完成了第一针接种。



本版部分图片由相关单位提供