

共建和谐美丽城市 共创幸福美好生活



让专业健康服务成为社区的“常客”

杨浦不断整合优质医疗资源,精准下沉至社区,为居民送上全方位的健康关怀



本报讯 医疗健康服务是衡量民生工作质效的重要“指标”。杨浦不断整合优质医疗资源,精准下沉至街道、社区、家庭,让专业服务变得触手可及,成为真正扎根社区的“常客”。

“家门口”的健康课:听得懂、学得会、用得上

“桑榆健康行”杨浦关爱计划由杨浦区社区学院联合医院、高校共同发起,已连续第三年走进社区,曾获2024年杨浦区“文明集结号 杨浦一股劲”主题活动优质项目。今年推出的“桑榆健康行”3.0版,在以往基础上进一步优化升级,新增专注女性健康议题的“从花蕾到霞光”项目,旨在为社区女性提供覆盖全生命周期的健康守护,让优质医疗资源更精准地惠及居民。

“很多女性觉得乳腺疾病离自己很远,或者等到不舒服了才去医院,其实定期自检和规范体检是最好的‘避险’方式……”日前,2026“桑榆健康行”杨浦关爱计划特色项目——“从花蕾到霞光”在大桥街道社区文化活动中心启幕。活动邀请国际和平妇幼保健院专家现场开讲,聚焦乳腺健康、骨

质疏松等女性健康主题,吸引了近50名居民参与。

活动现场,国际和平妇幼保健院

副主任医师汤永喆带来首场讲座《乳房自检+体检全攻略:从20岁到60岁的“避险”指南》。她从女性不同年龄



段的生理特点出发,用通俗的语言和直观的图示,详细讲解了乳房自检的正确手法、频率,以及不同年龄段体检项目的选择和报告解读方式。

紧接着,国际和平妇幼保健院奉贤院区新生儿科护士长金岚以《“骨”舞她一生——女性骨质疏松早防早治全攻略》为题,展开了科普讲述。她从骨质疏松的早期信号讲起,结合日常饮食、运动习惯,给出了可操作的预防建议。“很多人以为骨质疏松是老了才要考虑的事,其实从年轻时就要开始‘存骨量’,就像往银行里存钱一样。”金岚形象地比喻道。

“在‘家门口’就能听到大医院专家的课,真是太方便了。”家住大桥街道的蒋女士坐在台下,听得认真,不时举起手机拍照“笔记”。在她看来,这类讲座主题贴合百姓需求,专家讲得“专业又接地气”,让大家能够听得懂、学得会、用得上,“尤其是乳腺健康,医生讲得很清楚,还教我们怎么自检自查,我回去会照着做。”

“桑榆健康行”杨浦关爱计划,是杨浦区社区学院打造的为民健康科普服务品牌,致力于整合优质医疗资源,精准下沉至街道、社区、家庭,为辖区居民送上全方位的健康关怀。三年来,活动已先后走进杨浦区多个街道,通过健康讲座、健康咨询、科普宣传等形式,将专业的服务送到居民“家门口”。

2026年,“桑榆健康行”杨浦关爱计划3.0版新增“从花蕾到霞光——女性全生命周期健康促进行动”特色项目,进一步拓展了联动医院名单,将国际和平妇幼保健院、上海市第一妇婴保健院的专业力量纳入进来,聚焦女性全生命周期健康需求,覆盖青春期、育龄期、更年期、老年期等各个关键阶段,着力提升女性健康素养与自我健康管理能力。

“我们想把专业人员的知识和技能,用科普的形式传递给广大居民,让他们在家庭能够扮演好自己的健康‘第一责任人’角色,同时也能辐射到整个家庭、社区乃至社会。”国际和平妇幼保健院护理部主任李红表示,接下来,“从花蕾到霞光”特色项目还将依托讲座、咨询服务等多元形式,把女性健康的常见误区、新技术新发现等送到居民身边。

杨浦居民无需奔波就能获得名中医的优质诊疗服务

前不久,陈跃来上海市名中医工作室基层工作站在新江湾城社区卫生服务中心(设在新江湾城社区卫生服务中心),这也是本市北部辖区首家落户基层社区的陈跃来上海市名中医工作室基层工作站。

上海中医药大学附属龙华医院党委书记陈跃来教授作为国家岐黄学者,在中医药领域深耕多年,学术造诣深厚,临床经验丰富,尤其在针灸推拿、中医康复等领域有着独特的学术思想和技术专长。

他深耕中医针灸三十余载,长期从事中医针灸治疗泌尿生殖疾病及神经疾病的临床及基础研究,创建了系列针灸诊疗技术,在泌尿生殖疾病临床研究处于领先水平;临诊重视膀胱经穴-脏腑相关理论与泌尿生殖理论前沿进展,形成针灸治疗泌尿生殖疾病的理、法、方、穴、术的学术思想;重视辨证施术,擅长针刺补泻手法调补脏腑经络,创建了针刺调节膀胱功能的规范化技术和标准化方案;创立了运督脉、通脑络、调脏腑、宁神志的立体疗法调理神志疾病;构建了临床经络诊断理论与方法,主编首部创新性规划教材《经络诊断理论与实践》;创立了多项国家级、市级诊疗技术,承担了数十项重大科研项目,成果丰硕。

“希望依托这个工作站,让中医药的特色技术能够在社区得到长期培育,形成长期效益。”陈跃来介绍,未来基层工作站计划通过专家团队定期门诊、教学查房、学术讲座、技术指导等多种方式,提升新江湾城社区卫生服务中心的中医药服务能力与水平,让居民持续、便捷地获得优质中医药服务,切实增强群众的获得感与幸福感。

在杨浦区卫生健康委员会主任陈风华看来,该工作站有助于进一步发挥名中医的引领辐射作用,“一方面把优质的中医药服务直接送到群众‘家门口’,让居民无需奔波就能享受到名中医的诊疗服务,另一方面也将为基层培养一批懂技术、会传承的中医骨干人才,推动基层中医药服务能力实现质的提升,为分级诊疗制度落地筑牢坚实支撑。”

汤永喆 毛信慧 本版部分图片为资料图

