

# 健康课堂开在群众家门口

## ——“健康中原行·大医献爱心”乡村振兴志愿服务专项行动走进固始县、商城县

本报记者 王婷 许冬冬 文/图



初冬时节，寒风料峭。11月10日早上，还不到8时，70多岁的李老太太就坐着轮椅来到了商城县义诊现场。工作人员告诉她，离义诊开始还有个把小时，让家属先带她去避避风。“没事儿，你们忙，我不冷。我穿着棉袄棉裤呢！昨天乡里通知说有省城的专家来义诊，就提前看了天气预报。我患高血压病好多年了，就想让省城的专家给我看看病！”李老太太一边拍着自己的胳膊一边说。

11月9日~10日，由河南省卫生健康委、省文明办、省老龄办、省教育厅、省乡村振兴局、省民政厅、省体育局、省科学技术协会联合主办，省疾控中心等承办的“健康中原行·大医献爱心”乡村振兴志愿服务专项行动先后走进固始县、商城县。

河南省卫生健康委二级巡视员谢一兵在启动仪式上说(如左上图)，举办“健康中原行·大医献爱心”乡村振兴志愿服务专项行动的目的，就是希望通过健康知识讲座、科普技能培训、专家义诊等系列志愿服务活动，进一步引导广大群众牢固树立“每个人都是自己健康第一责任人”的观念，养成良好的健康生活方式，推动全民的健康素养水平不断提升。



启动仪式

### 医疗团队走基层 家门口挂上“专家号”

“您哪里不舒服啊？平时是做啥工作的？最近是不是干重活儿啦？来，跟着我的节奏做一下这个动作。怎么样？手麻不麻？”在固始县陈元光广场，“中国好医生”月度人物、河南省人民医院脊柱脊髓外科主任高延征正在与群众沟通病情，其“拉家常”般的问诊风格，深受老百姓欢迎。

两天时间，来自河南省人民医院、郑州大学第三附属医院(河南省妇幼保健院)、河南省儿童医院等医疗机构的专家，以及信阳市人民医院、信阳市中医院的医务人员为当地群众进行了义诊。结合这两站的活动主题“妇幼人群健康”和“传染病防治”，主办方还专门派出了妇产科、儿科、呼吸科、感染科等专业的专家团队参与其中。

李女士今年60岁，曾在4年间生育了5个孩子，10年前因阴道前后壁膨出而引起耻骨疼痛，疼痛一直辐射到大腿，平时都不敢久坐站。患病期间，李女士四处求诊，进行药物治疗，也做过盆底治疗，但效果均不明显；近段时间，症状更加严重了。趁着今天难得的机会，她想让专家给自己支个招。

“李女士这种情况，在中老年女性中比较常见，多是由于生育次数多、孩子出生时体重大、平时负重多造成的，再加上当时没有很好的医疗条件进行康复训练，就容易造成盆底肌肉力量减弱。”郑州大学第三附属医院副主任医师翟维佳建议李女士去医院做个妇科检查，看看病情发展到哪一步了。如果李女士是I度到II度的阴道前后壁膨出，可以通过盆底肌功能训练来恢复功能；如果是III度到IV度的阴道前后壁膨出，就需要手术治疗。

另一边，郑州大学第三附属医院儿童发育行为科副主任医师杨艳艳，被前来寻医问诊的家长团团围住。“大夫，最近我发现孩子的脚有点儿内翻，而且有时候坐不稳，一坐就倒，是不是发育有问题？”一位年轻的妈妈急切地问。经过评估检查，杨艳艳发现孩子的肌张力有点儿高，双臂支撑力比较弱，腰背部力量也不够。她建议家长带孩子到儿童保健科或康复科进一步检查，还教给家长一套简单易行的四肢抚触按摩手法，帮助患儿改善运动能力。

“秋冬季节是传染病的高发期。一般来说，传染病都是通过飞沫传播、接触传播、呼吸道传播的，要注意个人卫生，有效遏制传染病。”“中国好医生”月度人物、焦作市第三人民医院副院长赵童在诊治疾病的同时，不忘向群众普及防病知识。他叮嘱大家，一定要戴口罩，尤其是出现发热、打喷嚏等症状时，还要注意手卫生。

“人上了年纪，毛病也就多起来了，孩子们平时工作忙，去一趟省城大医院路又远，还花钱；今天真是太幸运了，我没出县城，就把困扰我多年的老毛病给解决了！”58岁的周老先生感慨地说。

在本次活动中，有四位“中国好医生”月度人物参与其中，除了高延征和赵童以外，还有河南省中医院主任中医师李鲜和驻马店市中心医院主任医师张梅月。

在固始县汪棚镇，张梅月走进86岁的张老太太家中义诊。7年前，张老太太因患脑梗死留下了后遗症，生活不能自理，期间一直由87岁的老伴儿照料。张梅月一边向老先生询问张老太太的饮食和作息状况，一边交代他平时可以帮助张老太太做一些简单的康复训练。“老先生，您也很辛苦，一定要保重好身体啊！争取活到100岁！”张梅月被两位老人的精神状态感染，并鼓励他们好好生活。



义诊现场



“中国好医生”月度人物入户义诊



科普讲座



青少年健康素养专题讲座

### 科普宣教轮流讲 健康知识入人心

“开展‘健康中原行·大医献爱心’乡村振兴志愿服务专项行动，就是为了在基层培养健康知识普及队伍，同时把优质的诊疗服务送到老百姓的身边。”谈到举办这一活动的初衷和意义，河南省卫生健康委宣传处处长赵圣如是说。

11月9日上午9时，在信阳理工职业学院学术报告厅，省级健康科普专家库成员、郑州大学第三附属医院副院长郭晓丽正在为信阳市群众进行《传染病防治健康素养》的科普讲座。

“女性的一生要经历新生儿期、婴幼儿期、学龄期、育龄期、孕产期、更年期、老年期，每个阶段的保健要点是不一样的，而加强科普知识宣传能够帮助女性提高自我防护意识，积极参加疾病筛查及体检，让防病治病成为一种行动自觉。”郭晓丽说。

虽然是第一次参加“健康中原行·大医献爱心”活动，但是类似这样的健康帮扶公益活动，郭晓丽和同事们已经坚持了好多年。她说，希望通过这样“大手拉小手”的形式，深入基层，持续开展健康指导和帮扶，让更多的妇幼专业医务人员和群众受益。

“面对传染病，除了做好自我防护以外，还要及时接种疫苗，因为疫苗是预防传染病最经济、最有效的手段。”在商城县科普讲座现场，省级健康科普专家库成员、河南省疾病预防控制中心免疫预防与规划所所长张延扬的分享，则围绕“传染病防治”这一主题展开。

而针对妇幼人群、职业人群和老年人群等重点群体，来自河南大学第一附属医院、濮阳市第三人民医院、河南省第三人民医院、新乡医学院第一附属医院的专家还专门为他们进行了个性化健康素养专题讲座。

“职业病健康宣教，就像‘普法’一样，不仅涉及医疗知识，还涉及政策、技术和一些法律法规的问题。”河南省第三人民医院科普专家郭伟说。作为多次参加重点人群科普讲座的专家之一，郭伟每次讲课前都会提前到企业去转转，了解一下可能诱发职业病的危险因素，以便在宣讲过程中更有针对性。在郭伟看来，只要企业在安全生产上监管到位，员工做好自我防护、定期体检，就能有效预防和及时发现职业病，从而保护员工健康。

### 对口指导“传、帮、带” 培养基层“主力军”

“授人以鱼，不如授之以渔”。想要提高群众的健康素养水平，除了对群众进行科普宣教以外，针对基层医务人员进行专业性的技术指导，也是一项重要举措。

在商城县人民医院儿科二病区，河南省儿童医院呼吸科副主任医师李会娟被当地医务人员簇拥着，“李主任，您来得太及时了，帮我们指导几例儿童肺炎支原体肺炎的病例吧！”“主任，一会儿再给我们讲个课好吗？”针对大家的诉求，李会娟先后查看了4例肺部感染的患儿，在诊断要点、用药方案、预后判断等方面为大家逐一解答问题，随后还分享了《反复肺炎的十大“元凶”》课件。

“今天老师讲得太实用了，像这种特殊肺炎，我们在影像学诊断和疗程上有些把握不准，不知道什么时候达到出院标准，总认为疗程越长，治疗效果越好，这其实是个误区。”商城县人民医院儿科二病区住院医师陈映雪说。

与此同时，专家单峰、刘红星、潘滔则走进商城县妇幼保健院，实地察看了商城县妇幼保健院门诊、住院部，通过查阅住院病历、指导用药等形式对商城县妇幼保健院进行全面了解，并在服务能力提升、适宜技术推广、优化管理运行等方面提出了针对性的指导意见。

从清晨到日暮，从县城到乡村，哪里有需要，哪里就有医院专家们奔忙的身影。为了推动优质医疗资源进一步下沉，由省级健康科普专家组成的健康科普志愿服务队及郑州大学第三附属医院、河南省儿童医院的医疗专家组成的义诊服务队，还分组深入固始县、商城县的各个乡镇、社区和医疗单位，开展形式多样的健康服务活动。

11月10日下午1时，记者跟随新乡医学院第二附属医院副主任医师刘旭、河南省儿童医院康复中心主任唐英的脚步来到了商城县凤凰桥乡。他们一个为村民们讲科普，一个为村民们义诊，忙得不亦乐乎。

刘旭说，如今老百姓生活富足了，但心理问题却越来越多了。在农村，家里的年轻人大多外出打工了，留守儿童、留守老人较多，由于长期缺乏关爱或其他原因，孩子和老人住会出现睡眠障碍、抑郁症、厌学、网瘾等一系列心理问题，但家人却以为他们没事找事，不理解，也不知道该怎样识别。

“希望能通过自己的讲解，让大家重视心理问题，出现异常会初步识别，知道去正规的医院看病。如果能达到这样的效果，就算成功了一半。”刘旭对记者说。

两天的行程，满满当当，回程路上，一场初雪翩然而至，但大家心头的暖意却久久挥散不去。



医疗帮扶



专家授课