



坚守在大山深处的最美医生

—石景山区五里坨街道社区卫生服务中心副主任医师冯娜

10余年的奔波劳碌,她用一枚小小的银针丈量着患者的穴位脉络;无数个夜晚的披星戴月,她用尽所学为百姓解除病痛,点亮数以万计患者的生命之火。她叫冯娜,一位毕业12年的80后医生,她将最美的青春年华,奉献给了医生这个平凡而辛苦的职业,她的字典里书写的永远是不畏艰辛、甘于奉献,默默坚守,用精湛医术为社区患者和大山深处的贫困百姓带来生命的光明和希望。

用真情守护医者仁心

2008年,冯娜从北京中医药大学硕士研究生毕业后,进入石景山区五里坨街道社区卫生服务中心工作,先后负责健康教育、家庭医生式服务两项重点工作,2014年任中心下属隆恩家园社区卫生服务站负责人。为了社区医

疗长足的发展和进步,冯娜对社区的慢病管理及中医药健康管理和体质辨识进行充分调查研究,结合下站地域特点,与附近养老院共同合作探索医养结合新模式,每周对社区家庭提供上门巡诊,为有需要的老人建立了健康档案、慢性病管理、老年人中医健康管理、中医适宜技术及体质辨识,并为老年人提供免费体检服务。

服务站位于人口大约千人的小区,人口密度非常低,无论公共卫生服务还是诊疗活动都比较难开展。附近有一所养老院,里面有些老人脾气比较急躁。冯医生第一次上门巡诊,赵大爷由于心脏支架术后,不能轻易接种流感疫苗,因没有满足他的需求,当时赵大爷情绪激动,一边拍桌子一

边大声斥责,冯医生不但不生气,还微笑着坐在赵大爷身边心平气和地说:“大爷,您别生气,我给您分析一下,流感疫苗的接种是有风险的,对于某些严重的心脑血管疾病,我们不建议您现在接种,等身体状况允许,我们专门上门为您服务。”赵大爷听完终于露出了笑脸,说到:“闺女,你这么说,我就理解了,你也是为我好。”从此以后,这个倔犟的赵老头,只相信冯医生一个人的话。

做为社区健康的守护者,不光是治病救人,还得治心救人。刚开始,冯医生并不喜欢养老院沉闷的氛围,工作久了,慢慢地喜欢上了和老人们聊聊天,拉拉家常,老人身体不适,冯医生总会第一时间赶到。老人们越来越离不开冯医生,对待冯医生就像自己的孩子一样,有些好吃的东西总是想到她。冯医生渐渐习惯了老人们的依赖,这里成了她越来越喜欢的地方。她说:“老人就是老小孩,多用用耐心,他们就能和你打成一片。”她是这么说的,也是这么做的。

一根银针解病痛 对口医援显成效

2015年,冯娜参加北京市中医管理局组织的“双百工程”,师承北京市名老中医黄建军教授学习针灸,受到黄老师的熏陶,冯娜迷上了小小的银针。在黄老师和冯娜的带领下,中医科的针灸等适宜技术呈现了几何倍数的增长。经过数年的摸索,冯娜一直在努力追求一种精而简的针法,

直到通过五联动工程,有机会学习了黄帝内针疗法。它以“用针少,痛苦小”的优势,在临床中迅速推广开。

2019年,冯娜主动来到内蒙古宁城县医院开展为期一年的医疗对口帮扶任务,冯娜有两个孩子,老大刚刚上小学,老二刚过完一周岁生日,正是离不开妈妈的时候,纵有万般不舍,她依然义无反顾选择了自己决定的路。她说:“这个工作是必须要做的,也是必须有人去做的,那就我去吧,我希望带上我的银针,去缓解贫困地区百姓的病痛,把针灸技术推广下去,为宁城县医院打造一支中医理疗针灸队伍。”

在宁城县医院的第一个门诊日,看门诊的患者早已排起了长龙,很多患者抱着试试看的态度,看看这位北京的针灸专家到底有多大能耐?有一位农村患者刚刚针灸结束,握着冯医生的手,哽咽着说:“冯大夫一针治好了困扰我数月的疼痛,我从来没有像现在这么轻松过,冯大夫简直就是恩人啊!”

有一位李大姐也是门诊的病人,腰椎间盘突出症已两年有余,自诉感觉腰部像是一根棍儿撑着,弯腰时,双手不能触及膝盖高度。冯医生利用内针辨证方法,在太阳经、带脉和督脉的巡行路线找阿是穴,疼痛甚者下针,只外关和后溪两针,然后让李大姐试着弯腰看看。李大姐一开始还不敢,试探着,一点点下弯,竟可以用手触及足背了,李大姐惊喜不

已,旁边跟诊的年轻医生们也惊叹着说:“冯老师,您的针法如果不是亲眼所见我们都不敢相信,感觉就像在变魔术一样,一枚小小的银针居然有如此奇效!”

出完一天的门诊,冯娜便利用晚上的时间为宁城县医院的医生开设针灸讲堂,针对各种病患疼痛的实际情况、具体案例设定教学方案,进行具体操作,倾其所学、毫无保留地传授给宁城县医院的医生,将行之有效的治疗方法留给宁城县医院,为偏远山区打造一支带不走的医疗队伍。对口帮扶以来,她跟随宁城县医院的医疗志愿服务团队,多次深入基层乡村进行免费义诊活动,为大山深处的百姓带来了切实有效的医疗服务,得到了基层群众的一致好评。

宁城县与北京相距450公里,冯医生一个月也难得回家一次,一个人在外,经常忙的顾不上吃饭,加班经常到深夜,忙碌的日子经常忘记了想念,每到夜深人静时,她总会想起刚满1周岁的孩子,和小女儿视频时,小女儿还不会说话,看着女儿用小手触摸屏幕中妈妈的脸,冯娜瞬间泪崩,她特别想念女儿,想陪在女儿身边。但是,人生总有舍弃,为了心中的信念,为了基层百姓的健康,她无怨无悔。

她说,每个人都是国家的一份子,如果真的能为国家做什么?那就是立足平凡岗位,坚守职业道德和社会公德,有一份热发一份光。
李卓



金顶街社区卫生服务中心 医学影像远程会诊平台正式上线

本报讯(通讯员石卫)医学影像检查作为重要的检查手段,在许多疾病确诊过程中发挥着重要作用,影像检查结果正确与否,直接影响到临床医师对疾病的确诊。

为进一步推动“优质服务基层行”工作开展,提升社区卫生服务中心医疗服务能力,金顶街社区卫生服务中心紧紧依托紧密型医联体建设,在北大首钢医院信息中

心、医学影像科、医工处的大力支持,利用远程服务手段,开展了医学影像远程会诊的工作。

一位正在看病的居民说:“与大医院相比,在社区医院检查排队等候的时间短,花的钱少,是看病就医的最好选择。这个远程平台的实施让我们在家门口就可享受到上级医院提供的优质医疗服务,对我们老百姓来说就是很大的福利。”

金顶街社区卫生服务中心陈新介绍,医学影像远程会诊平台的建立,让金顶街社区卫生服务中心与北大首钢医院远程信息互联互通的工作进一步深入落地,不但实现了双方在人员、信息、技术、资源方面的共享,提升了基层医联体单位的整体服务能力和诊疗水平,也提高了居民的满意率和信任度。

区卫生健康委收到 来自国家体育总局运动医学研究所的感谢信

本报讯(通讯员焦彩红)6月1日,石景山区卫生健康委收到一封来自国家体育总局运动医学研究所的感谢信,对区卫生健康委在国家运动员疫情防控工作给予的大力支持表示感谢,对及时向奥运健儿伸出援手表示崇高敬意。

回国,在按照北京市统一要求的医学隔离观察期间,区卫生健康委派驻专业人员严格按照防控要求对隔离中的运动员、教练员进行上门检查并全方位指导确诊人员出院后的隔离与复查,确保了各队伍迅速恢复正常训练。

一封感谢信既是对我区医疗工作者工作的肯定,也是对他们的信任和鼓励。在今后的工作中,他们将继续本着高度的政治责任感和严肃负责的态度,以更加精湛的专业知识和技能,为人民的生命安全和身体健康保驾护航。

特别是北京大学首钢医院医疗队在防疫一线与112名国外训练、比赛回国的中国国家队冰雪项目运动员并肩鏖战的28个日日夜夜里,医疗队队员们克服身体不适,每天对隔离点的3栋楼、187个房间进行消毒消杀,一次次出入隔



爱牙护牙防龋齿 要从娃娃抓起



因为儿童喜欢吃甜食,或是一些不良的口腔

吃饭,进而影响全身正常生长发育。

了解了上面这些危害,我相信家长们都会很重视龋齿,那么该如何预防呢?

首先,对于家长而言,需要做好孩子的口腔护理,督促孩子每天刷牙,而且在刷完后要检查,或是帮孩子刷牙。还要注意孩子是否有不良的口腔习惯,如:口呼吸、咬笔,对于婴幼儿还要避免吃夜奶,若必需,则在吃完后及时漱口和刷牙。

其次,对于极易患龋的孩子,建议到医院给孩子牙齿涂氟,当发现龋齿后及时于医院就诊;当孩子六龄齿萌出后,要及时检查,若需要的话及时进行窝沟封闭,但也要知道窝沟封闭不是永久的,也要定期检查,发现脱落及时补救。

家长有这种错误的认识,多是因为他们不了解乳牙龋病的危害。我先给大家普及一下:

- (1) 龋齿不治疗会引起牙痛,牙龈、面部肿胀,甚至发烧。
- (2) 龋齿会影响恒牙胚的发育,影响恒牙萌出的时间和位置,当龋齿发展到根尖炎的时候还可能会影响萌出恒牙的形态。
- (3) 严重的龋齿可能引起其他问题,妨碍儿童颌面部发育。
- (4) 龋齿使牙齿外形改变,会影响孩子的咀嚼能力,影响孩子

希望家长们可以提高意识,保护孩子们的牙齿!

来源:北京朝阳医院西院