

体卫融合看江苏①

□本报记者 赵星月 张丹摄影报道

千年姑苏城 健康新风景

随着全民健身和健康中国战略深入实施,科学健身正在健康促进、慢病预防和康复治疗等方面发挥更为积极的作用。9月4日至8日,国家体育总局群众体育司开展“2023年中央媒体走基层——体卫融合看江苏”活动,采访团走进江苏苏州、常州、南京、宿迁等地,观察并记录体育和医疗卫生系统在推动科学健身方面的探索实践、融合发展。即日起,本报推出“体卫融合看江苏”专题系列报道。

古城河畔,有条“最美”健身步道

悠悠船影映照于石桥之上,遥遥亭台浮现在水波之中。雨后初霁的苏州古城,更显清雅而素净。9月5日,“2023年中央媒体走基层——体卫融合看江苏”采访团首站抵达苏州市。

环古城河两岸,健身者的身姿在葱茏的花木之间若隐若现。健身运动与水乡景致同框,环古城河健身步道因此被誉为“江苏最美跑步线路”。

2022年以前,环古城河健身步道实施分段管理,管理单位多达10余家。用来划分管辖区域的围栏将步道道区隔为10余段,路遇围栏,健身者只得缓慢绕行。为提高健身步道的安全系数,苏州市姑苏区环古城河健身步道管理处于2022年9月将健身步道纳入统一管理,实现15.5公里全线畅通。

如今的健身步道,一南一北设有两个体质测定与运动健身指导站,白墙黛瓦的外观使它们在一众苏式建筑中并不突兀。站内,纵跳测定仪、闭眼单脚站立测定仪等10余台体质测试仪器环绕摆放,位于中央的计算机网络系统记录着受试者的各项体质数据。

“指导站由苏州市体育局打造,面向市民免费开放。”站体质测定员、苏州市体育科学研究所助理研究员卢杰介绍,测试项目简单易行,市民用时



9月5日,环古城河健身步道驿站,市民在聊天休息。

9月5日,姑苏区留园街道社区卫生服务中心,一名老人在医务人员的帮助下进行体质测试。

20分钟左右就能完成,并得到一份涵盖身体形态、身体机能、身体素质信息的健康体质测试报告。

根据健康体质测试报告,健身指导员为市民提供个性化的运动风险评估和科学健身指导。“这名受试者体质总评分达标,但握力单项不达标。所以我建议他加强基础力量训练,如俯卧撑、仰卧起坐等,也可选择哑铃、阻力带等器械进行锻炼。”卢杰边翻阅报告边向记者介绍。

类似的体质测定与运动健身指导站,苏州市已相继建立21个。“各个站点辐射区域固定,数据样本相对稳定,有助于掌握辖区居民体质现状和变化规律,动态调整运动干预策略。”苏州市体育科学研究所所长潘志林说,体质测定与运动健身指导站注重进行疾病发生之前的非医疗干预,与社区卫生

服务中心附近建立的健康智慧服务站错位发展,进一步前移健康关口。

科学健身指导门诊,为居民运动开处方

运动健身指导重在预防,一旦发生运动损伤,则需要医疗干预。5年前,苏州市立医院科学健身指导门诊开出了第一张运动处方。

“运动处方包括运动频率、运动强度、运动时间、运动方式、运动总量以及运动进阶等要素,适用范围广泛,可用于运动损伤人群、围手术期人群、慢病风险人群和健康人群。”苏州市立医院副院长郝跃峰解释,运动处方体现主动健康的医学理念,改变人们过度

依赖药物和手术等医疗干预,忽视人体主动修复能力的错误习惯,帮助人们养成运动促进健康的生活方式。

科学健身指导门诊诊室内陈列着医学诊断设备。“制订运动处方前需要明确医学诊断,开展疾病史和运动史问询、体格检查、运动能力测试、医学影像和医学检验检查、运动损伤风险评估等。”郝跃峰说,每一名出诊的临床医师都拿到了运动处方技术培训合格证。

就诊结束后,患者将收到一份体质测定和人体成分分析报告。记者对比发现,这份报告相较于体质测定与运动健身指导站出具的健康体质测试报告,内容更为详尽、直观。报告显示受试者的心肺耐力、柔韧性、反应力等体能年龄,供受试者与实际年龄进行对比;进行体能分析,对肌肉紧

绷、僵硬,肌力或肌耐力下降等表现作出更有针对性的风险提示。

“省医疗保障局、卫生健康委、中医药管理局联合印发文件,将‘运动医学指导’纳入医疗服务收费项目,推动门诊可持续发展。”郝跃峰认为,科学健身指导门诊是体卫融合的交汇点,要把它发展好,需要充分体现医务人员的技术劳务价值。

科学健身指导门诊开设5年以来,郝跃峰和团队将病例优势转化为科研优势,把临床总结的桩跑运动疗法运用于颈肩腰腿疼的防治。他们为腰肌劳损患者开具阶段性运动处方,帮助其调整运动频率、强度、时间、方式等,让不少患者完全消除疼痛。

科学健身指导门诊的服务,已延伸至医院约10公里以外的姑苏区留园街道社区卫生服务中心。该中心加

入了苏州市立医院组建的医联体,每周二下午、周三上午,都有市立医院的运动医学专家下沉坐诊。留园街道社区卫生服务中心主任殷松介绍,有体适能评估和人体成分分析需求的居民在该中心开单、缴费、预约,即可到市立医院测评,测评次日相关报告就能传回中心,便于居民取阅。

“十三五”开局之年提出“体医融合”,“十四五”开局之年提出“体卫融合”。从“体医”到“体卫”,是内涵的深化和外延的拓展。国家体育总局体育科学研究所国民体质与科学健身研究中心主任徐建方认为,体医融合偏重治疗,而体卫融合偏重预防。从地方实践来看,体医融合正在逐渐向体卫融合功能升级,服务围绕科学健身、促进健康开展,推广集预防、治疗和康复于一体的慢病干预方案。

笃行不怠 建强建实县域医共体

“在南靖县总医院成立前夕,南靖县卫生健康局的领导拍了拍我的肩膀,评价说我是愿意做事的人,而且相信我肯定能做出事来。”近日,福建省漳州市南靖县总医院院长钟裕君在接受记者采访时说。

3年前,地处福建省南部、九龙江西溪上游的南靖县规划了以县医院为龙头,整合县医院、1家社区卫生服务中心、10个乡镇卫生院及165家公办村卫生

所,组建了南靖县总医院(以下简称“总医院”),承担起县、乡、村一体化管理职责,进一步优化医疗资源配置。

目前,距总医院组建已经3年有余,医共体建设成效初显。在过去3年里,该院按照“党委领导、政府主责、分工协作、提升能力、群众受益”的原则,整合县、乡、村三级公立医院医疗资源,提升县域医疗卫生服务能力,着力建强建实县域医共体,增强群众健康获得感。

据总医院还将基层专业技术人员业务培训纳入基层分院年终绩效考核及分院院长年薪考核指标体系,提升基层专业技术人员专业素养,促进规范诊疗。

此外,总医院还借助开展“优质服务基层行”和“社区医院建设”创建活动的契机,选取业务骨干,在学习评审细则、抓住工作重点、落实工作任务等方面,对参加创建活动的分院进行全方位督促指导,以进一步加强医共体基层分院的内涵质量建设,规范临床病历书写行为,提高病历质量,保证医疗质量和医疗安全,全面提升基层分院的服务能力和管理水平。

“我到总医院书洋分院已经有一年多的时间。这段时间,通过开办讲座、教学查房等形式,我与分院的医生交流学习,在碰到具体病例的时候,和他们一起为患者进行诊断。”总医院院党支部书记、主任医师董荣昌说,为提高基层分院的医疗专业技术水平,总医院选派高级医师定期到书洋分院坐诊,并对当地医生进行“传帮带”,拓展书洋分院的临床业务范围,规范基层分院医护人员的诊疗行为,提高诊疗水平。

据总医院党政办公室负责人庄博慧介绍,总医院组建以来,医院领导班子优化帮扶机制,总医院选派7名富有丰富临床经验的骨干医师每周定期到书洋分院、龙山分院等基层医疗卫



钟裕君(中)在内科参加病例讨论

生机构坐诊,初步规划在基层分院设置“医师工作室”,通过开展学科帮扶、人才培养等,进一步提升基层分院医务人员诊疗水平,持续增强基层的医疗卫生服务能力。

庄博慧补充道,总医院成立后,开展新诊疗项目91项,其中,35项新诊疗项目填补了县域医疗卫生服务能力的空白。基层分院开展53项新诊疗项目,为基层群众就近就医提供保障,为全面推进分级诊疗打下坚实基础。

做强龙头 打造核心力

“加强基层分院能力提升的前提

是县域龙头要强,因此,探索提升县级医院的能力是提升医共体整体服务能力的内在要求。”钟裕君表示。

为“做强龙头”,总医院结合县域内山地多,转运患者相对不便的实际,以急危重症患者的救治为突破口,优化资源布局,全面提升县级医院的能力和水平。

总医院继续加强对医联体内三级医院的对口帮扶力度,逐步加强与省级医院、省级知名医学专家的协作,邀请厦门大学附属中山医院对口帮扶,多学科专家到县医院带教坐诊;引进福州市第二医院南靖籍专家到县医院开设“名医工作室”,帮助县医院树名医、建名科、创名院;选用漳州市医院骨科、内分泌科等专家长期在总医院门诊坐诊,内科专家长期轮值总医院,参与教学查房、疑难病例讨论、门诊急症及急危重症患者救治工作,外科、病理科及医学影像科专家长期参与手术指导和教学会诊,让广大群众在家门口享受到三甲医院专家的医疗

服务,实现“大病不出县”。

在此基础上,总医院着力推进县域内医疗同质化发展。医共体成立以来,县域消毒供应、心电图、临床检验、医学影像、病理检验和远程会诊等六大中心全部进入实质性运作。值得一提的是,总医院胸痛中心成为漳州市县级医院中首家通过中国胸痛中心(基层版)认证的国家胸痛中心,提高了综合医院的医疗服务水平。

此外,总医院呼吸与危重症医学(PCCM)科也顺利通过国家PCCM科规范化建设项目认定。

完善人事制度 增强凝聚力

2020年7月1日,总医院成立。如何优化机制,完善人事制度,是摆在当时医院领导班子面前的首要任务。

钟裕君说,总医院建设之初,首先做的就是强化组织架构,以县医院为

龙头,整合县医院、11个乡镇卫生院及165家公办村卫生所,配齐配强县总医院党委及行政班子,组建总医院,承担县、乡、村一体化管理职责,进一步优化医疗资源配置。

“完善人事制度也必不可少。”钟裕君表示,总医院建立乡镇卫生院人员编制统筹使用制度,在核定的各卫生院编制限额内实行总量控制,统筹使用空编,用于乡镇卫生院人员招聘,着力解决基层医疗资源配置不均等难点、堵点问题。

总医院还制订职工调配、考勤管理、分院长选聘、编制内干部职工遴选等制度办法,加强总医院内部人员管理,优化干部队伍结构。

“3年多来,通过改革,最让我欣慰的是改变了以往专业技术人员‘招得进但留不住’的尴尬局面。”钟裕君感慨道。

总医院全面落实以“业务留人、待遇留人、观念留人”的综合措施,注重医共体内的人才培养,坚持用好人、留住人,切实夯实医共体人才队伍。

在此基础上,总医院采取“一对一、师带徒”的方式,对基层分院中的青年专业技术人员进行间歇性轮训,至今已达成30名医生和24名护士的间歇性轮训。此外,总医院还重视人才培养,加大“请进来、送出去”培养的力度,在继续加强与漳州市医院建立医联体落实对口帮扶的基础上,逐步扩大到与省级医院、省级知名医学专家的协作。

总医院成立至今,选派专业技术人员共116人次,分别至漳州市医院、厦门大学附属中山医院、福州市第二医院及福建医科大学附属第一医院等医院进修。

总医院还选派专业技术人员14人次,分别至漳州市医院、厦门大学附属第一医院、福建医科大学附属第一医院等医院轮训。

“竭股肱之力,造福桑梓。”南靖县总医院领导班子秉承着这一信念,理顺制度、引进人才,不断提升基层医疗卫生技术水平,推进县域医疗同质化发展,为提升县域医疗卫生服务能力贡献力量。

□本报记者 郭晓薇

做实基层 提升引导力

“感谢大夫把孩子从‘鬼门关’拉回来!”近日,带着孩子来接接种疫苗的郑女士说,“您别看他现在白白胖胖的,刚出生的时候小脸都是紫的。”

总医院书洋分院妇产科医生陈佳倩介绍道:“接到救护车电话,我和我们科室两个护士就一边跟急救车出车,一边通过电话询问孕妇状态。家属表示孕妇羊水已经破了,胎心一脚一跳已经露了出来。我们就一边安抚家属情绪,一边指导家属帮助孕妇。救护车赶到时,胎儿与母体尚未分离,全身紫绀,无呼吸心跳。”他们接到患者后,立即对新生儿展开急救,进行心肺复苏,并用吸球清除口腔及鼻腔中的羊水,按压后新生儿自主呼吸微弱,随即给新生儿吸氧、保暖等,并将其安全转移到总医院进行后续诊疗。

“这也得益于助力基层能力提升计划。”陈佳倩说,幸好在之前总医院进修,接触过类似案例,不至于手忙脚乱,能够做好院前急救,帮助患者安全转诊。

据总医院书洋分院院长庄荣林介