

健康中国·乡村走笔

山城“背篋人”的生活因何而变

□ 本报记者 段梦兰
特约记者 欧阳方怡摄影报道

重庆市轨道交通4号线二期连接了重庆市区和重庆北碚区石船镇,于2022年6月开通。地铁开通后,周边菜农们发现进城卖菜有了更便利的交通方式,越来越多人乘坐这条地铁去市区卖菜,这条线也被大家亲切地称为“背篋专线”。“背篋专线”为菜农们去沿线卖菜提供了便利,也让市民能买到更新鲜的蔬果。

一条专线连接了乡村与城市,也展现了广袤大地上乡村振兴的多样面貌。近日,记者跟随石船镇菜农,从田间地头出发,乘坐“背篋专线”去卖菜。一路上,记者见到了重庆城乡的包容与温暖,也感受到了菜农们的健康意识在增强,当地健康守门人对村民一如既往的守护。

“背篋专线” 载着很多人的生活

不到6时,石船镇葛口村村民敖明强用小拉车拉着背篋到了4号线黄岭站。

敖明强是5时左右从家里出发的,那时天几乎还黑着。干净的背篋里装着刚从地里摘下来、还带着点露水的四季豆,上边两个塑料袋里分别装着已去土去须、按大小分装的苦蕒。敖明强和他的老伴张朝容把背篋塞得满满当当,还用一层白色塑料膜盖住,“这样不会掉出来”。

这一背篋的菜加起来重量超过15公斤。记者尝试想要背起眼前的背篋,十分吃力。“以前还有更重的,要担着或背着。”2个月前,敖明强发现一起去卖菜的老友们买了拉车,便也去买了一个,“将背篋绑在上边拉着走,方便又省力”。

敖明强带着菜去黄岭站坐4号线,然后转9号线到观音桥站下车,去附近的新民乐安心菜场卖菜。

6时15分,地铁站的闸门缓缓升起,在地铁站门口排队等候的菜农们纷纷拉起、担起、背起自己的背篋,快速有序过安检。

6时30分,首班车准时发车,驶向重庆市区。车厢里摆着不少背篋。在石船镇,几乎家家都种点菜。

过去,葛口村距离重庆市区有近40公里,山路蜿蜒,乘坐小客车要花上半天才到市区。出去卖菜不方便,许多菜农们的“好菜”要在镇里卖,要么等人上门收。而如今,这些菜有了更多外销路子。

今年72岁的敖明强说,过去很少去重庆市区,主要因为交通没那么方便。这几年路修好了,出去也方便了,“地铁一通,常常往城里跑,生活也多了很多乐趣”。

为了方便沿线菜农出行,附近一些村和地铁站之间还通了公交,出行的“最后一公里”被打通了。

黄岭站的下一站是石船站,石船镇许多菜农的家离这一站近,一下上来不少人。为了解决部分菜农听不懂普通话语音播报的问题,重庆话版的报站也用上。

菜农们大多65岁以上,可以免费乘坐地铁。从石船站上来的杨奶奶告诉记者,家里有好几个背篋,为了不影响车厢卫生,她准备了一个干净的背篋专门用来坐地铁,“不添麻烦”。

4号线沿线有许多可以卖菜的地点,陆续有一些菜农下车,不过大多数人还是和敖明强一样去9号线的观音桥站附近“赶场”。

换乘9号线后,人更多了。敖明强把背篋放在自己前面,尽量不影响别人。7时50分,到达观音桥站。

在观音桥站附近的新民乐安心菜场有一片“背篋专线终点站”卖菜专区。这里逢“1、4、7”(即农历日期数字的个位数“1、4、7”)“赶场”。这天是5月24日,来了很多人,热闹非凡。

到达专区的敖明强迅速找到一个摊位,把背篋里的菜摆出来。新鲜干净的四季豆很快吸引了大家的注意,不少人停下脚步问价。一上午过去,敖明强带来的新鲜蔬菜销售一空。

之后,记者来到葛口村蔬菜基地,见到了一片壮观的玉米地,粗壮的秸秆上,巴掌宽的叶子包裹着玉米,几位村民正在采摘。成熟的玉米采摘装箱后,将被运到重庆市各个商超、市场。除了基地的玉米外,菜农们自己也种一些玉米,通过“背篋专线”运到市区,往往能被抢购一空。

以前蔬菜基地这片地方都是撂荒地,“看到这些地荒废了觉得很可惜,研究后觉得种糯玉米和蔬菜比较适合。”葛口村党总支书记胡平说,这几年,村上成立了集体经济组织,建起蔬菜基地,引入新技术,请当地人种植、采摘、维护,解决了部分人的就业问题。每年,村民们都能拿到集体经济分红。

当地优质蔬菜的名头在重庆市区越叫越响。“我们将借助‘背篋专线’热度,加强与区外市场的对接,让农作物有更多销路。”胡平说。

下沉资源 为生活涂上健康底色

除了去重庆市区的新民乐安心菜场“赶场”,敖明强有时也会去防空洞背篋菜场卖菜。这是个由当地爱心企业捐助建成的卖菜专区,近期才开业,每周六上午供“背篋专线”菜农免费摆摊卖菜。

5月25日一大早,敖明强来到防空洞背篋菜市场。除了住在附近的市民,不少人专门乘地铁、轻轨前来买新鲜的农产品。重庆特色的防空洞里人来人往,问价声、吆喝声不停。

“3斤红薯粉,20斤四季豆,7斤苦蕒早早都卖完了。”敖明强拉着空了的背篋说,还要回村里收菜、打麻将。打麻将是很多重庆人的爱好。敖明强一般在下午得空的时候和村里人打打麻将。张朝容则是待在在家里,忙家务、收拾菜。她说,天气热了,自己的腿脚也不方便,就在家唱歌。

因为膝关节疼得厉害,去年1月,张朝容在渝北区石船中心卫生院进行检查后,在外科做了左膝关节置换术,住院20多天。张朝容指着自己的左膝说,手术后舒服多了,很感谢卫生院的医生。

张朝容的右膝情况相对好些,没有马上手术。“这是医生给我开的,让我疼的时候吃。”张朝容从屋里拿出来几盒药说,卫生院的医生和村里的村医时常来看看她,跟她交代些注意事项。

5月23日傍晚,在石船中心卫生院外科住院病房,记者看到这里的床位已住满,多数是石船镇本地人。“这里的技术好得嘞,能给我们解决好多毛病,态度也好。”一名因腰椎间盘突出住院的患者说,卫生院这些年来越来越被镇里人认可,镇里人都有病都乐意来这里看。

“大家的信任就是我们的动力。”石船中心卫生院外科副主任陈勇表示,这几年科里能开展的手术更多了。医生们轮番去上级医院学习,自己去年就在渝北区中医院学习了几个月。上级医院也不断派骨干专家下沉,带来新技术、新理念。

2021年底,重庆市在全市开展卫生人才“县聘乡用”,引导卫生专业人才的医生。

张朝容的右膝情况相对好些,没有马上手术。“这是医生给我开的,让我疼的时候吃。”张朝容从屋里拿出来几盒药说,卫生院的医生和村里的村医时常来看看她,跟她交代些注意事项。

5月23日傍晚,在石船中心卫生院外科住院病房,记者看到这里的床位已住满,多数是石船镇本地人。“这里的技术好得嘞,能给我们解决好多毛病,态度也好。”一名因腰椎间盘突出住院的患者说,卫生院这些年来越来越被镇里人认可,镇里人都有病都乐意来这里看。



▲5月24日6时多,4号线黄岭站站台,菜农们在等待首班车发出。

▶石船中心卫生院外科副主任陈勇入户为石船镇葛口村村民包绍怀检查身体。包绍怀有关节炎,每隔几天要坐“背篋专线”去沿线地区卖菜。



才向基层流动。去年8月,来自渝北区人民医院、区中医院、区妇幼保健院和重庆医科大学附属第三医院的几名业务骨干作为渝北区“县聘乡用”医生下沉到石船中心卫生院。

渝北区中医院骨科医生甘华刚就来到了陈勇所在的外科。甘华刚手把手将技术传授给同事们,还力推微创手术和中医适宜技术。

作为石船中心卫生院家庭医生团队的一员,除了出门诊、做手术、查房、学习外,陈勇还要和几位村医负责石船镇梅溪村、葛口村村民们的家庭医生签约服务。

5月22日下午,陈勇和团队成员们来到葛口村为村民量血压、查血糖,进行健康宣教。

“又不穿鞋嘛!”在葛口村村民包绍怀家门口见到她,陈勇忍不住皱起眉头说道。

“穿着痒……”包绍怀回答。脚上有湿疹的她平时在家爱光着脚。陈勇忍不住叮嘱:“光脚容易被磨破划伤,透气性的鞋子嘛,上次那个药

每天涂……”包绍怀家里种了几棵血橙树和柑子树。最近过了卖血橙的季节,菜地里的菜也没之前多,包绍怀和老伴这段时间隔几天才坐一次“背篋专线”去卖菜。当地坡多,台阶多,包绍怀有关节炎,不似以前那样能背得起背篋上下,在大家的介绍下,也准备改用推拉的方式运背篋。

她和老伴这几年越来越关注自己的健康,时常翻阅村医留下来的健康知识手册。两口子今年4月在石船中心卫生院做了免费体检,身体没什么大问题。

“这些年生活好了,在村医的影响下,大家的健康意识也不断提升。”陈勇表示,健康习惯的养成需要时间,自己和村医们一有机会就会多念叨,“说得多了,老人们总能记住些,他们还会主动来问我健康知识”。

当地的老人们都闲不住,种菜、卖菜已经成为了他们生活的一部分。“有时我们也跟他们的子女说,要劝劝家里老人别太劳累,多休息。”陈勇说。

据悉,在2023年职业病防治监测项目中,广西各市疾控中心独立完成844家企业的工作场所职业病危害因素监测和全部放射性危害因素监测任务,占监测任务总量的51%。

连基础病都慢慢控制住了。

康复也可以多些轻松

漫长的病程,反复的咳嗽、咳痰、气喘、体力下降等,很容易导致尘肺病患者产生负面情绪。对此,康复站通过建设友善的康复环境,让患者的“康复之旅”多些轻松、多些激励。

为提高患者的康复积极性,激励他们持续、规律地参加康复治疗,康复站每季度举办“康复达人”评比活动,从站内康复频次、居家康复锻炼、自我管理、康复效果等多方面综合评分,并相应给予奖励。

“本来想着试试看,没想到半年下来,咳嗽、咳痰明显改善,身体感觉利索很多。”获得“康复达人奖”的尘肺病患者沈师傅说。

顾师傅是康复站的“常客”。在他眼中,康复站的医护人员和康复师们不仅关心患者病情,还时常鼓励大家积极面对生活。“我们不仅病情得到明显改善,生活质量也提高了,心态有了积极转变!”顾师傅说。

良好的疗效、友善的环境让康复站逐渐成为尘肺病患者信赖的“健康家园”。目前,该康复站的患者满意度达98%,较建站初期提升7.5%。

安徽推进 职业病防治“三项行动”

本报讯(通讯员王莉莉 宇而军 特约记者周海蕾)近日,安徽省卫生健康委、省疾控局制定并印发《安徽省职业病危害项目申报扩面行动(2024—2025年)实施方案》《安徽省中小微企业职业健康帮扶行动(2024—2025年)实施方案》《安徽省职业病防治机构提质合规行动(2024—2025年)实施方案》,全面部署职业病防治“三项行动”。

根据3个实施方案,安徽省着力从以下几方面推进“三项行动”。一是加强组织领导,建立工作机制,多部门工作联动,加强统筹推进。二是加强宣传动员,要求各地加大宣传力度,开展全省职业健康技术服务管理培训,并通报全省各类机构质量控制及实验室检测能力对比情况,及时总结推广好经验、好做法,营造良好氛围。三是加强工作调度,将申报扩面情况和技术支撑能力建设达标情况纳入省卫生健康委重点工作调度指标,定期通报各地情况,促进各地“一把手”亲自抓、带头抓,确保工作进度。四是加强技术支持,动态调整省级专家库,增补224名省级职业健康专家,为“三项行动”开展补充精干力量。五是加强监督检查,通过“双随机检查”或重点监督检查等方式,加强对辖区内“三项行动”监督检查,确保取得实质效果。

广西市级职业病防治 技术能力显著提升

本报讯(特约记者彭廷贺)广西壮族自治区重点加强市级职业卫生和放射卫生技术支撑能力建设,取得成效。2021年以前,广西仅有2家省级公立机构具备职业病防治技术服务资质;目前,全自治区14个市级疾控中心全部取得职业卫生和放射卫生技术服务资质。在日前举行的全国职业健康技术服务管理工作会议上,广西进行了经验交流发言。

坚持一盘棋统筹,一体化推进,一揽子保障。广西出台《关于加快职业卫生和放射卫生技术服务机构建设的通知》等文件,细化技术能力建设的具体要求,为推动市级职业病防治技术支撑体系建设提供政策和经费支持。除统筹运用中央财政职业病防治能力提升项目补助资金外,自治区财政每年投入1000万元专项资金,为市级疾控机构配备仪器设备。据统计,近3年来,广西每家市级疾控机构至少获得能力建设补助资金约250万元。

多措并举,激活人才“一池春水”。广西充分利用国家职业病防治人才培养项目,优先为各市培养职业卫生和放射卫生检测技术人才。自治区职业病防治研究院接收市级疾控机构技术人员进修。在各地申报技术服务资质前,自治区级专家会开展现场示范教学和预评估。市级疾控中心技术人员要接受1周以上的实训,确保具备区域内主要职业病危害因素检测能力。

奖惩并重,激发持续发展动力。广西要求市级疾控机构每年参加自治区的职业卫生技术服务机构能力比对和质量控制考核,将各市技术支撑体系建设情况和监测项目完成情况纳入年度职业健康工作绩效考核指标。对做得好的地市进行通报表扬,并在次年补助资金分配上给予倾斜;对做得不到位的进行通报批评,并发函给地方政府提出工作建议。

据悉,在2023年职业病防治监测项目中,广西各市疾控中心独立完成844家企业的工作场所职业病危害因素监测和全部放射性危害因素监测任务,占监测任务总量的51%。

走进社区尘肺病康复站

□ 特约记者 刘兰兰

2021年底,江苏省苏州市首个尘肺病康复站——吴中区木渎镇巨塔社区卫生服务中心尘肺病康复站建成启用,为辖区尘肺病患者免费提供全面、系统、个性化的尘肺病康复治疗服务。这家康复站的运转情况如何?日前,记者进行了实地探访。

康复治疗多位一体

巨塔社区卫生服务中心尘肺病康复站里,尘肺病患者在医护人员指导下,进行上下肢耐力运动、呼吸肌训练、有氧运动等康复训练。训练间隙,大家不时闲聊几句,拉拉家常。

“这次吹气明显觉得轻松多了,步行试验也比上次多了几十米,痰比以前更容易咳出来,脚步轻快多了。”70多岁

的严老伯年轻时在石料厂工作,2007年由于持续出现呼吸不畅、咳嗽等症状前往医院就诊,被确诊为一期尘肺病。

巨塔社区卫生服务中心尘肺病康复站建成后,医生多次提醒严老伯去做免费康复。反正离家近,严老伯抱着试试看的想法来到康复站。主管护士徐霞给他做了健康评估并建立档案。根据评估结果,该中心内科主任黄芳为他量身定制康复方案,康复师秦亦希对他进行训练指导。

氧疗、咳嗽训练、体外膈肌起搏器治疗、腹式呼吸训练……严老伯的“康复之旅”主要通过康复站的“六室一道”完成,即康复诊室、肺功能室、氧疗室、运动治疗室、中医康复室、宣教室和无障碍平直楼道。严老伯每完成一个疗程,黄芳都会根据他的康复效果,及时调整方案。黄芳提醒严老伯,坚持居家锻炼可以取得更好的效果。徐霞耐心地教授他呼吸操、八段锦等居家康复技能,并定期对他进行

电话随访。“康复锻炼+中医治疗+居家锻炼+综合管理”,多位一体的康复治疗取得明显成效。康复站对完成6个月以上康复训练的患者进行了健康评估。数据显示,这些患者的6分钟步行试验结果改善明显,肺功能检测步数保持稳定;普遍感觉气喘、咳嗽等症状得到缓解;多名高血压、糖尿病患者的高血压、血糖得到有效控制。

“病情改善了,我的心情都变好了。”严老伯说。

和家医签约服务相结合

70多岁的黄老伯是一名二期尘肺病患者。康复站护士在对黄老伯进行电话随访时了解到,他不仅患有尘肺病,还患有高血压、糖尿病等基础疾病,出行困难。

针对这一情况,康复站的医生、护

士、治疗师、健康管理师组成一支服务小分队,携带家庭医生健康监测一体机到黄老伯家进行上门服务,为其量血压、测血糖,进行基本体格检查和饮食、运动等居家康复指导,教授居家康复技能。同时,服务小分队还增加电话随访频次。

记者采访时,在康复站中医科,一名患者正找许长伟医生开止咳化痰药。这名患者说,今年初康复站家庭医生上门服务,给他做了止咳化痰穴位贴敷、拔罐等治疗,他明显感觉咳嗽、咳痰症状减轻。现在,他每周固定到康复站接受电针、拔罐等中医康复治疗,再带走一周用量的化痰贴,并在医生的指导下每天坚持在家敷贴。

另一位被诊断为二期尘肺病的患者,通过家庭医生签约服务,与黄芳建立了紧密的联系,日常有任何健康问题,都第一时间向黄芳咨询。“她很关心我康复的情况,常给我指导!”这名患者说,自己现在不仅咳嗽轻松多了,

康复也可以多些轻松

漫长的病程,反复的咳嗽、咳痰、气喘、体力下降等,很容易导致尘肺病患者产生负面情绪。对此,康复站通过建设友善的康复环境,让患者的“康复之旅”多些轻松、多些激励。

为提高患者的康复积极性,激励他们持续、规律地参加康复治疗,康复站每季度举办“康复达人”评比活动,从站内康复频次、居家康复锻炼、自我管理、康复效果等多方面综合评分,并相应给予奖励。

“本来想着试试看,没想到半年下来,咳嗽、咳痰明显改善,身体感觉利索很多。”获得“康复达人奖”的尘肺病患者沈师傅说。

陕西西安加强 重大疾病联防联控

本报讯(记者张晓东 特约记者张芳)近日,陕西省西安市防治重大疾病工作联席会议召开。联席会议提出,联席会议各成员单位要加强疫情信息互通,各尽其责、联动协作,强化部门联防联控。

会上,西安市疾控中心、市动物疫病防控中心分别通报近期相关疾病发病情况、防控形势,市卫生健康委、市农业农村局、市城管局、市住建局安排部署防控工作。联席会议要求,加强监测分析和预警处置,严密监测出血热、布病、艾滋病、结核病、手足口病等重大疾病,密切关注疫情动态,提前做好疫苗头,及时做好处置;抓好重点人群疫苗接种,积极推动重点地区适龄人群出血热及流感等疫苗接种;开展专项培训和检查,卫生健康部门要对全市医疗卫生机构开展专项培训,疾控机构要深入开展技术指导,相关部门要对传染病防治工作进行联合督导检查;加强重点传染病防治知识宣传教育,增强群众防病意识。

西安市疾控中心、市动物疫病防控中心分别通报近期相关疾病发病情况、防控形势,市卫生健康委、市农业农村局、市城管局、市住建局安排部署防控工作。联席会议要求,加强监测分析和预警处置,严密监测出血热、布病、艾滋病、结核病、手足口病等重大疾病,密切关注疫情动态,提前做好疫苗头,及时做好处置;抓好重点人群疫苗接种,积极推动重点地区适龄人群出血热及流感等疫苗接种;开展专项培训和检查,卫生健康部门要对全市医疗卫生机构开展专项培训,疾控机构要深入开展技术指导,相关部门要对传染病防治工作进行联合督导检查;加强重点传染病防治知识宣传教育,增强群众防病意识。

西安市疾控中心、市动物疫病防控中心分别通报近期相关疾病发病情况、防控形势,市卫生健康委、市农业农村局、市城管局、市住建局安排部署防控工作。联席会议要求,加强监测分析和预警处置,严密监测出血热、布病、艾滋病、结核病、手足口病等重大疾病,密切关注疫情动态,提前做好疫苗头,及时做好处置;抓好重点人群疫苗接种,积极推动重点地区适龄人群出血热及流感等疫苗接种;开展专项培训和检查,卫生健康部门要对全市医疗卫生机构开展专项培训,疾控机构要深入开展技术指导,相关部门要对传染病防治工作进行联合督导检查;加强重点传染病防治知识宣传教育,增强群众防病意识。