

“蒲公英”进社区 “敬老爱老”暖人心

即墨区中医医院蒲公英志愿服务队积极开展医疗服务 将中医药服务送到群众身边

2024年10月是中国第15个敬老月,即墨区中医医院蒲公英志愿服务队按照“坚持以老年人为中心,构建老年友好型社会”的敬老月活动主题,根据医院党委“中医药服务进社区”活动安排,结合共建社区重阳节系列活动,利用中医药特色优势,积极开展了医疗服务进社区等一系列“敬老爱老”的志愿活动。近年来,为进一步发挥先进典型和健康科普专家的示范引领作用,诠释医者仁心的使命担当,即墨区中医医院围绕基层群众健康需求,组织名医专家成立蒲公英志愿服务队,走进基层社区乡村,将更多中医药服务送到群众身边。

积极开展“中医药服务进社区”活动

日前,即墨区中医医院相关负责人带领蒲公英志愿服务队志愿者一行15人,深入社区为老年人开展义诊活动。活动现场,志愿者专家医务工作者为老年人进行了血压、血糖、心电图等多项检测,同时,还积极普及中医适宜技术,如耳穴压丸、穴位按摩等,让老年人亲身感受到传统中医的独特魅力。

针对老年人常见的慢性病如高血压、糖尿病、关节炎等,志愿者专家医务工作者给予了详细的解答和治疗建议。

义诊中,针对老年人常见的慢性病,如高血压、糖尿病、关节炎等,志愿者专家医务工作者给予了详细的解答和治疗建议。他们以丰富的临床经验和专业知识,耐心地为每一位老人分析病情,提供个性化的治疗方案。居民刘阿姨高兴地说,“今天的义诊活动太好了!对我帮助很大,专家的讲解让我学到了更多的健康知识,这样的活动真是既方便又暖心,非常感谢他们,希望以后能多开展这样的义诊活动。”

此外,志愿者专家医务工作者还为患有心脑血管病的老年人普及日常健康管理知识,发放健康教育宣传册。通过图文并茂的宣传册,老人们可以更好地了解疾病的预防和控制方法,提高自我保健意识。为了让老人们更好地掌握健康知识,现场还进行了降压操、宣肺经络拍打操等教学。志愿者们细心地示范每一个动作,老人们也积极参与,认真学习,现场气氛热烈而温馨。

举办中医沉浸式体验活动

10月20日,即墨区中医医院在即墨古城开展了“灵兰”大讲堂暨中医沉浸式体验系列活动,进一步传承了中医药文化,服务了辖区群众,满足其个性化健康需求。

活动开幕式上,由即墨区中医医院蒲公英志愿服务队带来的八段锦表演行云流水,每一式都蕴含着深厚的养生理念,诉说着中国文化的意境,点燃了中医文化氛围,激发了在场市民对中医药文化的浓厚兴趣。活动现场,中医医院骨伤科副主任医师孙仕润为市民们详细讲解了《认识中医》中的相关专业知识,中医医院治未病科医生牛利对市民们进行了《中医药适宜技术——天灸、耳穴压丸、脐疗、耳尖放血、崂山点穴》相关专业



即墨古城“灵兰”大讲堂暨中医沉浸式体验活动现场。



即墨区中医医院蒲公英团队。



志愿者现场普及徒手心肺复苏术。



专家进社区义诊。

知识的授课。

授课结束后,中医医院还面向市民开展了专家义诊、中医沉浸式体验、急救知识宣讲演示等活动。医院派出多名医务骨干耐心地为市民答疑解惑,通过仔细了解市民的病史及以往的生活习惯,从不同方面为其提供生活健康指导、医学常识和治疗建议。市民们还详细地观看了中医医院内制剂展示,在代茶饮体验区体验了详细制作过程,并掌握了急救知识等相关内容。

此次即墨区中医医院蒲公英志愿服务队的义诊活动,不仅为老年人提供了便捷的医疗服务,也传递了关爱和温暖。据介绍,即墨区中医医院志愿服务队成立于2021年9月,其前身是2006年12月成立的乔春芳义诊队,2023年3月正式更名为即墨区中医医院蒲公英志愿服务队。服务队秉承着“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神,以“全心全意服务,务实高效服务”的团队服务理念积极

开展下乡义诊、科普宣讲、健康教育宣传、大型活动服务、特殊群体需要(助残、助老、助幼)、应急救援等志愿活动,现有注册志愿者800余人,目前开展医疗志愿服务60余次。

“敬老月”已服务150余名老年人

10月10日,医院相关负责人带领蒲公英志愿服务队志愿者一行13人走进安居一区进行健康义诊。活动中,志愿者根据居民的身体情况进行初步分诊,安排居民到相应的内科、外科、眼科、腰腿疼科等义诊医师处进行问诊和健康教育知识指导。活动现场,医务工作者提供脉诊、体质辨识、推拿按摩、耳穴压豆及中医养生保健咨询服务,并发放养生操宣教材料。医务工作者还为老人检测血压血糖,筛查眼科疾病。

此外,志愿者还在现场普及徒手心

肺复苏术和海姆立克急救法。志愿者从如何判断心跳骤停、呼救、胸外心脏按压部位、手法等方面进行了详细讲解,并手把手教大家胸外心脏按压的正确方法,明确黄金四分钟的重要性。志愿者利用示教小婴儿为大家演示小儿异物卡喉的海姆立克急救法,还演示了成年人的自救以及互救的方法,为生命赢得时间,护佑生命安全。

截至目前,即墨区中医医院蒲公英志愿服务队“敬老月”志愿服务已经服务150余名老年人。该项活动为群众普及了健康和卫生知识,把医疗专家送到了群众的家门口,解决了部分老年人外出就诊难的问题,让老年人体验了中医养生保健服务,学习了急救知识,提高了防病就医能力,受到广大老年人的热烈欢迎。医院以实际行动,让居民群众享受到了实实在在的健康服务,为构建和谐社会、保障人民健康作出了积极贡献。

“中医药是保障市民健康不可或缺的手段,我们希望通过举办系列活动,让广大市民能深入了解中医药的精髓,感受到中医药在现代健康生活中的独特价值。”即墨区中医医院相关负责人说,即墨区是全国首个“健康中国”建设县级示范点。即墨区中医医院作为即墨中医药事业的龙头单位,是即墨区唯一一家“三甲”中医医院,先后被评为“全国人民满意医院”“全国中医护理先进集体”等荣誉称号。下一步,即墨区中医医院将在以人民为中心的努力实践中,继续开展更多丰富多彩的志愿服务活动,让更多体验到中医药的独特疗效,感受到中医药文化的无穷魅力,为人民群众的健康保驾护航。

观海新闻/青岛早报记者 袁超 通讯员 王圣先 摄影报道