

与爱同行,他们走出的每一步都带着温度。赶大集摆摊义诊,进乡村、社区、学校送健康,组团登海拔4000米的高原为藏族同胞开展公益救治……近日,青岛市市立医院专家们用这种超实在的方式庆祝中国共产党成立104周年,用行动践行医者初心,守卫生命健康。

大集上“摆摊” 高原上手术

青岛市市立医院医务人员开展公益活动“医”心为民万里同频

赶大集免费看上了专家号

6月20日,一辆汇聚着青岛优质医疗资源的“健康直通车”驶入了平度市古岬大集。来自青岛市市立医院心内科、呼吸科、消化科、骨科等科室的14位骨干专家支起桌子,开始“摆摊”。他们身后横幅上的“‘医心向党二十载·精准强基护健康’康复大学青岛医院·青岛市市立医院在岗20年专家团队惠民强基义诊”的大字很快吸引了赶集的村民前来。不一会儿,专家们的摊前就排起了长队,有的一边排队一边打电话给亲朋好友,“市立医院的专家来大集上免费看病了,赶快来!”不论是赶集路过,还是看热闹的村民,只要在诊桌前坐下,提出自己的健康问题,就能够得到专家的专业解答。

“我就是从平度走出来的医生,能以专业所长回馈养育我的土地,感觉内心真的无比踏实和幸福。”脑科中心本部神经外科副主任谭守刚的诊桌前格外忙碌。这位平度籍专家还担任着平度市第五人民医院专职联络人,一直为家乡优质医疗资源而奔波。致力于神经外科20余年的谭守刚对未来充满期许,“我会努力当好联络员,将更多优质的专家和技术引回来,让父老乡亲在家门口就能看得上病、看得好病,为‘健康青岛’筑牢平度这一环。”

“市立号”健康巴士开进企业

6月25日上午,一辆悬挂着“青岛市市立医院医疗集团(莱西院区)乳腺外科巡诊”条幅的大巴车开进莱西,青岛市市立医院普外科中心乳腺外科主任张思浩带领团队联合莱西市医疗集团乳腺外科、超声科、肿瘤科专家,为驻地企业女性带来了专业的乳腺体格检查与便捷的超声筛查服务。闻听专家团队送健康,女职工们喜出望外,纷纷前来排队就诊。针对检查中发现乳腺异常的患者,专家团队耐心细致地给出专业诊疗建议,并指导进行进一步检查。同时,各位医生也化身科普达人,从常见乳腺良性疾病防治,到乳腺癌早期症状、高危因素及预防措施,用通俗易懂的语言为民众答疑解惑。

义诊结束后,专家们集聚一堂,召开“医路同行——乳腺癌诊疗院际交流会”,聚焦乳腺癌诊疗难点、热点,围绕早期筛查、晚期诊疗、手术实操等展开深度交流,在思想碰撞中分享经验、破解难题,为提升集团乳腺癌诊疗水平、推动学科创新发展注入新的活力。

2023年青岛市市立医院整体托管莱西市医疗集团,打造“城市三甲医院托管县域医共体”的青岛样板。两年多来,青岛市市立医院选派近百名专业骨干常驻莱西,并依托“名医工作站”“候鸟”医生、惠民强基基层项目等,不断加强与基层医疗机构的合作,创新性推动医疗资源向基层延伸,促进优质医疗资源



市立医院专家在平度市古岬大集上为当地居民义诊。

源下沉和共享,让辖区患者享受到更加安全、有效、便捷的医疗服务。

为孩子开启“护眼启蒙课”

“原来耳垂上的小区域,竟和眼睛健康紧紧相连!”近日,一堂生动的“中医护眼启蒙课”在青岛市市南区燕儿岛路幼儿园开讲,生动有趣的内容引来孩子们一阵阵惊呼,授课老师正是青岛市市立医院东院中医科护士长牟静。

为了更好地让孩子们理解讲解的内容,牟静先用动画演示“眼轴是怎么变长的”,结合中医“肝开窍于目”理论,告诉孩子们熬夜、挑食对眼睛的“隐形伤害”,让他们从小树立良好的用眼意识。当讲到耳穴藏着“护眼密码”时,孩子们瞬间被手册里的“耳穴地图”吸引,不由地惊讶道:“原来耳垂上的小区域,竟和眼睛健康紧紧相连!”示范眼保健操时,孩子们对照手册里的“分步图解”,小手认真贴合眼眶,学着按压睛明穴、四白穴、稚嫩动作里,藏着对“清晰世界”的向往。

专家还现场给孩子们发放了《儿童青少年近视防控指南》《儿童中医保健知识手册》,让他们把“护眼课”搬回家。孩子们举着手里的册子,争先比对着书中的插画,有的凑在一起研究

穴位贴纸怎么贴,有的兴奋地说:“回家要教爸爸妈妈做耳穴按摩!”一堂生动的“护眼启蒙课”,给孩子们心里种下了“学会爱护眼睛”的种子。

为居民送上救命技能

6月27日上午,市南区湛山街道的同心圆广场上,一场由青岛市市立医院检验科、急诊科党支部联合社区举办的“健康守护站——家门口的急救课+健康解码日”主题活动火热开展,现场气氛热烈,居民参与热情高涨。

现场青岛市市立医院急诊科急救团队进行了心肺复苏术(CPR)的详细讲解和标准操作演示,并特别设置了一对一实操指导环节,让居民真正上手练习,掌握关键技能。针对家有婴幼儿的家庭,团队还专门演示了婴儿气道异物梗阻(呛物)急救法(如海姆立克急救法),传授家长们在紧急时刻保护孩子的有效方法。居民纷纷表示:“这些技能非常实用,关键时刻能救命!”

数据显示,我国每年心源性猝死者超54万,90%发生在医院外。而普及心肺复苏技能,提升全民急救意识,是提高院外心脏骤停抢救成功率的关键。为了提升公众急救能力,抓住“黄

金救援时间”挽救更多生命,青岛市市立医院创建了应急救援培训基地。多年来,培养了国家级、省级救护师42人,他们利用业余时间到机场、宾馆、学校、建筑工地、社区、广场等公共场所,举办急救知识讲座培训,向市民普及急救知识。

让藏胞圆“大步走”健康梦

这边,专家们到大集上摆摊儿、进学校和社区送健康忙得热火朝天;另一边,在距离青岛近4000公里外的西藏日喀则,24台关节置换手术正紧张地接续进行中。

6月17日至21日,青岛市市立医院“骨道匠心 筑梦健康”红十字志愿服务队跨越山海,在海拔4000米的西藏日喀则,成功为24名患有骨关节病的藏胞患者开展公益手术治疗,帮助他们在家门口实现“大步走”的健康梦。骨关节病是西藏高发病,为了帮助患病同胞重获健康,2023年9月,青岛市红十字会、青岛市卫生健康委、青岛市市立医院联合启动“山海相拥,大爱同行——青岛市援藏公益项目”。在该项目的支持下,由多位专家组成的志愿服务队先后4次踏上高原,来到身患骨关节病藏胞身边,累计开展103台关节置换手术,并探索出“‘组团式’手术救治+‘医护康’一体化加速康复模式”的稳定帮扶机制,为医疗援助工作实践提供了有益借鉴。志愿者团队传承“老西藏精神”,发扬缺氧不缺信仰的革命斗志,为鲁藏一家亲的山海情谊、血脉相融的民族情谊写下新的注脚。

“医”心为民,万里同频。不论是在远隔万里的雪域高原,还是在充满烟火气的大集、乡村、社区、学校,他们的心都在同一“纬度”有力跳动。他们没有豪言壮语,却从来脚踏实地,把对病人和生命滚烫的爱化作温情守护。一次次义诊、一堂堂科普、一场场培训、一台台手术……如同涓涓细流,在这片土地上灌溉出一片枝繁叶茂的“生命绿洲”,用爱与奉献撑起一片生命的阴凉。

本版撰稿 青岛早报/观海新闻记者 徐小钦 通讯员 徐福强 图片均由市立医院提供