

提起妇幼保健院,多数人会默认其服务聚焦于妇女、儿童。而在石狮市妇幼保健院,随着中医康复科的成立,其服务已实现从特定人群向全人群的跨越覆盖。

2023年,石狮市妇幼保健院将儿童保健科的中医保健、儿童康复业务独立出来,延伸开设中医康复科。科室开设至今,以妇女儿童传统康复为根基,解决全人群的常见病、多发病,同时,以骨科康复、神经康复为特色,着重攻克青少年儿童成长过程中遇到的常见问题及疑难杂症。

1 突破“妇儿圈” 传统康复服务全人群健康

自成立以来,中医康复科围绕全人群健康需求,不断拓展服务边界。

“科室积极发挥中医药在妇女、儿童疾病诊疗与预防保健中的作用,向全院临床科室推广11项中医适宜技术,目前,已深度渗透至全院诊疗体系,构建起覆盖多科室的服务网络。”中医康复科康复组长刘晨介绍。

其中,新生儿科采用中药洗浴配方,为黄疸患儿温和退黄;儿内科推出健脾贴、生长贴等特色贴敷,助力儿童脾胃调理与生长发育;妇科门诊运用排气贴,促进术后患者胃肠蠕动与排气;孕产保健门诊运用妊吐穴位贴敷,为妊娠呕吐患者减轻孕吐反应;产科开展产后热敷包疗法,缓解产妇产后疼痛。

与全院临床科室联动之外,中医康复科还致力于服务全人群的健康问题,以针刺、推拿、穴位贴敷、拔罐、刮痧、艾灸、耳穴等传统中医外治法为基础,结合督脉熏蒸、棍针、杵针、小针刀等中医特色技术,广泛开展呼吸、消化、妇科等系统,同时,针对颈肩腰腿痛等疼痛类疾病提供专项康复,并有效调理体质虚弱、睡眠障碍等亚健康状态。

颈肩腰腿痛作为困扰中青年及老年群体的“现代病”,是科室接诊量最大的病种之一。长期伏案、久坐不动、姿势不良、过度劳累等习惯,易导致肌肉劳损、关节退变、神经压迫,针对常见慢性疼痛,科室创新采用“传统中医治疗+现代康复PRI不对称理论”的综合康复模式,实现“快速止痛+减少复发”的双重效果,为患者带来全新就医体验。

“传统中医智慧与现代康复技术融合创新,往往可以起到1+1>2的作用,对于怕针、惧药的患者来说也有了更多的选择。”刘晨表示。



中医康复科中医药文化氛围浓厚

石狮市妇幼保健院： 中医康复“破圈”发展

2 训练营正“热” 骨科康复守护青少年生长

随着大众健康意识的持续提升,位于中医康复科的青少年脊柱侧弯训练营也成为“热门选项”。

不同于常规课程的技能培养,这里的核心是健康问题的

早期干预。在现代康复训练、物理治疗的基础上,融合运用推拿、拔罐、中药等传统中医疗法,对孩子们的脊柱侧弯问题进行康复介入。

据了解,脊柱侧弯是继近视、肥胖后危害青少年健康的第三大疾病。《中国2030规划纲要》将脊柱侧弯列为青少年重点筛查和监测的疾病,国家卫健委在全国学生常见病和健康影响因素监测中也将脊柱侧弯作为监测指标。

“在生长发育高峰期,如果不加干预,任其发展,脊柱侧弯角度进展的风险会增加。”

刘晨提醒,早发现、早干预、早治疗可以显著控制进展,减少因脊柱畸形带来的疼痛和功能障碍,“日常中,家长可以注意观察孩子体态,如双肩是否等高、后背是否对称,发现异常时应尽快就诊。”

据悉,中医康复科于2023年初开展青少年脊柱侧弯综合康复,2024年通过由中国初级卫生保健基金会与中国疾病预防控制中心联合主办的千医巡讲千县工程“知‘脊’少年,百城计划”初级培训中心申请并授牌,成为区域内青少年脊柱健康重要阵地。

除了脊柱侧弯以外,针对青少年高发的体态不良、小胖墩、特发性矮小等问题,科室还推出体态体态、体适能训练营,并长年开展一对一和小组课,目前,已接收来院评估青少年



青少年完成现代运动康复训练后,通过推拿松解紧张的椎旁肌群

634人,对108人进行干预。

科室还重点开展O型腿、X型腿、扁平足、髌关节脱位术后、斜颈等骨骼肌肉发育问题的康复。“这些问题往往有明显的早期信号,家长需格外留意,如扁平足的孩子常常走一段路就喊累,斜颈的孩子则习惯性头部偏向一侧。”刘晨提醒,发现这些情况时应及时干预,避免问题随生长发育加重。



康复治疗师为脑瘫患儿进行上肢功能训练

3 “家门口”服务提质 神经康复点亮特殊患儿希望

记者走访中医康复科发现,科室内有許多因为不同疾病正在接受治疗的孩子。

“1岁9个月时,迈出了人生的第一步;1岁11个月时,可以在治疗室独立步行;2岁时,已经能够在外界复杂环境中自由行走。”说起女儿的进步,市民陈女士的眼眶微微泛红。

女儿因早产和颅内出血,自出生以来就面临重重考验。“同龄的宝宝3个月大时,已经能够俯卧抬头看鲜艳的玩具,而她却一点也抬不起头。”为此,她担忧不已,带着女儿辗转省内外多家医院进行检查,被确诊为FOXPI综合征,一种因基因突变导致的罕见神经发育障碍,以认知、行为、情绪和生理多重障碍为特征,几乎所有的患儿都会经历全面发育迟缓。这一消息如同晴天霹雳,幸运的是,在中医康复科,女儿接受了现代康复训练和传统中医疗法,如今状态已经明显好转。

近年来,随着中医康复科疑难诊疗能力的提升,越来越多的市民感受到“家门口”康复的便捷。当前,科室有40余名患儿正在接受神经康复,除小脑脑瘫、发育迟滞等常见疾病外,还涉及染色体异常、基因突变与颅脑外伤、颅内出血、脊髓栓系、脑肿瘤、臂丛神经损伤等多种疾病的恢复期康复。

“我们始终在挑战与突破中前行。”刘晨介绍,科室专门设立针灸推拿门诊、康复门诊、中医治疗室、运动康复室、作业治疗室、言语治疗室、物理治疗室、艾灸治疗室、熏蒸治疗室,配置经颅磁刺激仪、神经肌肉电刺激仪、中医体质辨识仪、艾灸仪、督脉熏蒸治疗仪等先进设备,引进Pri不对称姿势恢复技术、SPS螺旋稳定肌肉链技术、PNF本体感觉神经肌肉促进疗法、DNS动态神经肌肉稳定技术等康复技术,在现代康复训练之外,运用传统中医疗法提升康复效果,帮助患儿突破身体限制,慢慢融入生活。

(记者 黄翠林 郭雅霞)

适老化产品融入老人日常生活

每天起床后,年近七旬的张大爷会习惯性地对着家中的智能音箱唤一声:“小爱同学,今天的天气怎么样?”清亮的女声即刻播报起天气详情——这个曾被视作“花哨收音机”的小物件,如今成了离不开的“生活管家”。近年来,随着适老化改造加速推进,一批设计贴心、功能实用的适老化产品已走进老年人的生活,让老年群体的生活质量不断提升。

日常起居: 科技让琐事变轻松

“以前看时间得摸老花镜,调闹钟要对着手机屏幕戳半天,现在嘴一动就行。”张大爷的智能音箱摆在餐桌旁,白色的机身不大,却给他的生活带来不少方便。

“小爱同学,半个小时后提醒我吃药。”吃过早饭后,张大爷对着智能音箱发出指令,清晰的语音立刻传来。这款被他称作“小秘书”的智能设备,如今成了生活里的小助手。“上了年纪眼神差、记性差,有它在,生活顺了不少。”张大爷说,平日里,他喜欢听戏曲,以前都得戴上老花镜开电

视找视频,现在只要跟智能音箱说一句指令就能实现。“儿子教我用的时候,我还说‘这玩意儿能有啥用’,现在啊,是一天也离不开了。”他笑着拍拍音箱,像在跟老伙计打招呼。

厨房台面上,68岁的李阿姨正往智能蒸蛋器里摆鸡蛋。“以前煮鸡蛋都得盯着锅怕煮‘老’,走开一会儿又怕不熟。”李阿姨说,“用上外孙女买的煮蛋器后,只要把蛋放进去,再放一杯水,按下开关就不用管,水干了自动断电,差不多七分钟就煮好了。”李阿姨说,这煮蛋器煮出来的鸡蛋,蛋白嫩、蛋黄不噎人,很对老伴的口味。“想吃老点的多加点水,想吃嫩点的少加水,咱老年人操作,就得这么简单。”李阿姨表示,这款适老化产品,没有花哨的功能,却精准地戳中了老年人怕麻烦、怕复杂、怕操作失误的“痛点”,深受他们的喜爱。

精神滋养: 适老设计添生活乐趣

“看这几条鱼多活泼!”75岁的王老伯欢喜地指着客厅的鱼缸向记者展示。这件曾让他头疼的养鱼琐事,

因一套智能设备的加入而实现了自动水循环、定时喂食、智能增氧等便利功能。

“以前养鱼是‘操心活儿’,一个星期换一次水,夏天怕缺氧半夜爬起来看,鱼还是时不时死几条,心疼得不行。”王老伯退休后爱琢磨养鱼,却总被“维护难”绊住脚。今年年初,王老伯的儿子花心思为他在网上挑了这套智能设备,减轻了王老伯日常维护鱼缸的负担。

“开关键按一下启动,换水键按一下自动排水,咱老年人看得清、学得会。”王老伯说,如今,有了这个自动维护的鱼缸后,他每天闲时就看看鱼,拍段视频发家庭群,日子轻闲又开心,也有了更多时间去学习新的爱好。

出行安全: 科技筑牢“防护网”

“外婆,今天出去遛弯时,记得带上手杖啊。”早上,80岁的陈奶奶推门时,外孙女小王在身后叮嘱。小王说,外婆精神尚可,行动也算自如,每天有出门遛弯的习惯。为了外婆的安全,前不久,小王为她精心挑选了一把多

功能智能手杖。这根手杖不仅防滑,还有照明功能和紧急呼救功能,能在关键时刻帮助老人一键联系家人。

前不久的一次走失,让小王一家心有余悸。那天陈奶奶遛弯时走得远了些,找不到回家的路,全家人心急之下还报了警,最后在社区民警的帮助下,才顺利地找到了陈奶奶。“从那以后,除了给她买了手杖,我们还给她戴了防走失胸牌。”小王拿出手机,点开App,屏幕上清晰地显示着陈奶奶的实时位置,“这牌子轻得很,戴在衣服里不碍得慌,上面有个求助按钮,她要是觉得累了,迷路了,按一下我们就能收到提醒。”

有了这“一杖一牌”,陈奶奶出门的底气更足了,每天绕着小区走两圈,跟老姐妹们唠唠嗑;家人也松了口气,“以前她出门,我隔半小时就得给她打电话,现在看一眼手机就知道她在哪儿,心里踏实多了。”小王说,类似这样为出行安全设计的适老化产品,像给老年人系上了“安全绳”,既护着他们安全出门,也给家人的牵挂找了个“落脚点”。

(记者 刘晓娟)

泉州市老体协柔力球竞技联谊赛(石狮站)落幕 石狮代表队摘得桂冠



本报讯 近日,由石狮市老体协柔力球研究会承办的泉州市老体协柔力球竞技联谊赛(石狮站)在市老干部活动中心圆满收官。来自泉州鲤城、石狮、晋江、惠安、永春、德化等地的7支代表队齐聚一堂,在赛场挥洒活力,展现了柔力球运动的独特魅力与老年群体的昂扬风采。

本次联谊赛设置女子单打、男子单打、男女混合双打三个项目,采用分组赛制——各小组头名晋级第二轮后展开巅峰对决,最终角逐冠军。赛场上,选手们手持球拍,或腾挪转体,或轻盈抛接,将柔力球“圆弧轻划、顺势而为”的精髓展现得淋漓尽致。经过多轮紧张比拼,东道主石狮队凭借精准的控球、默契的配合与稳定的发挥脱颖而出,成功摘得桂冠。

比赛间隙,石狮市老体协柔力球队的展示表演更添亮点。队员们先后呈现《国旗之下》规定套路、《月满西楼》《天地龙鳞》健身套路及双拍双球《画你》,整齐划一的动作、刚柔并济的姿态,将柔力球的柔美韵律与力量感完美融合,不仅为现场观众带来一场视觉盛宴,更充分展现了石狮老年柔力球爱好者的扎实功底与团队凝聚力。

此次联谊赛不仅为泉州各地柔力球爱好者搭建了交流切磋的平台,更以运动为桥,传递了健康生活、积极向上的老年生活态度,进一步推动了区域内老年体育事业的蓬勃发展。(记者 刘晓娟)

合与稳定的发挥脱颖而出,成功摘得桂冠。

比赛间隙,石狮市老体协柔力球队的展示表演更添亮点。队员们先后呈现《国旗之下》规定套路、《月满西楼》《天地龙鳞》健身套路及双拍双球《画你》,整齐划一的动作、刚柔并济的姿态,将柔力球的柔美韵律与力量感完美融合,不仅为现场观众带来一场视觉盛宴,更充分展现了石狮老年柔力球爱好者的扎实功底与团队凝聚力。

此次联谊赛不仅为泉州各地柔力球爱好者搭建了交流切磋的平台,更以运动为桥,传递了健康生活、积极向上的老年生活态度,进一步推动了区域内老年体育事业的蓬勃发展。(记者 刘晓娟)

石狮市老科协召开理事扩大会议

本报讯 近日,石狮市老科协召开第五届理事会第五次扩大会议,总结工作、凝聚共识,为协会发展锚定新方向。协会理事、监事和各镇(街道)老科协活动组组长参加会议。

会上总结了2025年上半年工作成效,并对下半年重点工作作出详细部署,明确任务分工,动员

全体会员凝心聚力,推动协会工作再上新台阶。会议还传达了泉州市老科协第四届理事会第八次会议精神,并提出贯彻落实意见。下一步,市老科协将继续带领广大老科技工作者积极发挥银龄作用,为石狮市科技创新和经济社会发展助力。(记者 刘晓娟 通讯员 陈世武)

暖心上门评残 让养老院老人少跑腿更舒心



本报讯 “不用折腾着出门,在院里就能办完评残手续,真是太方便了!”近日,石狮市慈爱老人福利院里,15位行动不便的老人看着前来上门服务的评残团队,脸上露出欣慰的笑容。当天,市残联有关负责人带着“让老人少跑腿、服务更贴心”的初衷,带队来到福利院,用实际行动解决老人出门评残不便的难题。

福利院里的不少老人因身体原因常年难以出门,评残办证曾是他们和家属的一块“心病”。这次上门服务,评残医生和工作人员耐心细致地为老人们忙活起来:核对信息时,特意放慢语速、放大字体,怕老人看不清听不清;询问病史时,俯下身凑近老人耳边,轻声细语地引导;做身体检查和功能评估时,动作轻柔小心,生怕让老人感到不适。遇到老人或

家属有疑问,工作人员更是一遍遍解释政策,把办理流程讲得明明白白。

市残联的负责人也全程跟着服务团队,细心观察着每一个细节:医生检查是否顾及老人的身体状况?工作人员和老人沟通是否亲切易懂?家属对服务流程是否清楚?……他们还特意拉着福利院的工作人员、老人家属聊家常,问问大家对上门评残服务的意见。

“早就想带老人去评残,可他走不动,我们也犯难。现在工作人员上门来,啥都帮着弄好,真是把便利送到了家门口。”一位老人家属感动地说。福利院有关负责人表示,这次上门评残,不仅帮院里的老人解决了实际困难,更让他们感受到实实在在的关怀。

(记者 刘晓娟 通讯员 许森森)