

持续深化拓展“深学争优、敢为争先、实干争效”行动
国家基本公共卫生服务项目系列报道



中医专家许艳峰运用“四缝针刺放血”治疗儿童疾病

当下，群众对儿童健康管理的需求，正从“基础保障”向多元化、精准化迈进。

面对这一趋势，凤里社区卫生服务中心主动响应、积极布局，通过引入上级优质中医资源、强化内部科室协作、新增精准检测项目等一系列举措，走出一条中西医并重、防治结合、服务升级的基层儿童健康管理新路径。

“2025年12月，我们与泉州市中医院的合作项目正式启动，引入两名中医专家下沉坐诊社区医院，同时，儿童保健科新增骨密度检测服务，进一步完善了儿童生长发育监测服务。”凤里社区卫生服务中心主任林苍柏介绍。

1 引进泉州中医专家坐诊 解锁儿童就医新体验

2025年12月11日，在凤里社区卫生服务中心儿科诊室，一位15岁的男孩因反复腹痛就诊，经西医手段检查显示肠道多发淋巴结肿大。

当天，恰逢中心新入驻的中医专家许艳峰首次坐诊。许艳峰在明确诊断的基础上，为其辨证施治，以“清热燥湿，化痰消滞”为法开具中药处方，并结合“四缝针刺放血”疗法进行治疗。

“对于肠系淋巴结肿大的治疗，中医认为其主要是因为湿热痰滞，配合‘四缝针刺放血’，可促进脾胃运化，起到协同作用。”许艳峰说。

一次就诊，两种路径，令家长不由感慨：“没想到在社区医院，既能看西医，也能看中医，治疗办法多了，看病也就更省心了。”

这一变化，源于凤里社区卫生服务中心与泉州市中医院建立的医疗联合体。自2025年12月起，泉州市中医院儿科主任医

师詹俊杰、主治医师许艳峰定期下沉坐诊，与中心原有的儿科医疗团队形成优势互补，构建起“西医精准诊断+中医辨证施治”的协同体系。

凤里社区卫生服务中心原有儿科医生4名，近年来，中心积极实施“梯级登高”战略，通过引进上级医院优质资源，持续提升儿科服务能力。2023年，中心启动医共体联合智慧病房建设工作，石狮市总医院儿科专家林辉煌带领团队定期下沉帮扶，并凭借专业优势，助力中心儿科提高西医诊疗水平。2025年，中心进一步引入泉州市中医院儿科专家定期下沉坐诊，为中心儿科带来了全新的中医诊疗视角。

“引入上级中医专家，核心在于建立‘1+1>2’的协作机制。”林苍柏介绍，以此为契机，中心迅速整合儿科与中医理疗康复科资源，建立中西医联合诊疗模式。

针对儿童感冒、咳嗽、积食、腹痛等常见病、多发病，团队现在能够系统开展中药内服以及小儿推拿、针灸、耳穴等中医适宜技术。例如，对于小儿积食、食欲不振，在明确诊断排除器质性问题后，采用中医推拿或刺四缝疗法，往往能取得良好效果；对于儿童过敏性鼻炎、反复呼吸道感染，则在西医治疗的基础上，配合中药调理体质，以减少复发。

这一融合模式，不仅拓宽了治疗途径，更标志着中心儿科从传统的疾病诊疗模式，逐步转向涵盖疾病预防、体质调理的综合健康服务模式，更好地满足家庭对儿童健康的个性化、多元化需求。



中西医协作诊治儿童疾病

护苗更有力！ 凤里儿童健康管理服务升级



凤里社区卫生服务中心儿科就诊环境

2 推出骨密度检测服务 呵护儿童成长骨骼健康

在提升疾病诊疗能力的同时，中心将目光投向儿童健康管理的更前端。针对家长普遍关注的儿童生长发育问题，儿童保健科于2025年8月增设骨密度检测服务，精准开展儿童骨骼健康的早期评估工作。

“很多家长关心孩子长得高不高，但很少关注孩子的骨骼‘强度’如何。”儿童保健科医师柯金珊指出，实际上，骨骼健康贯穿人的一生，而儿童期正是骨骼快速发育的关键阶段。人体绝大部分的骨量和骨骼强度都是在18

岁之前积累完成的。她解释，儿童时期骨骼基础若不牢固，不仅可能影响当前的身高增长，长远来看，还可能增加未来骨质疏松的风险。因此，早期通过骨密度检测评估骨骼状况，对促进终身健康具有重要意义。

那么，什么样的儿童需要特别关注骨密度？柯金珊提醒，儿童如若出现挑食偏食、缺乏运动、生长痛、反复骨折或身高增长慢、夜惊、佝偻病等情况，都可能存在骨骼生长异常或钙等营养素缺乏问题。通过骨密度



儿童体验骨密度检测服务

检测，可以及时了解骨骼矿物质含量，帮助判断骨骼强度。

目前，儿童保健科已经将骨密度检测纳入儿童健康管理体系，进行早期识别、长期随访和科学干预。对于骨密度偏低或有骨质疏松风险的

儿童，医师会协助家长制定个性化干预方案，包括饮食调整（如合理补钙、维生素D）、运动指导等，从而夯实骨骼基础，助力孩子健康成长、潜能充分释放。

（记者 黄翠林 郭雅霞）

小器械解锁老年人冬季“微健身”

石狮银发族运动热情不降温



进入小寒后，气候不断变冷，却挡不住石狮老年朋友的健身脚步。无论是公园内的智能器材还是家中的简易装备，各类小巧便捷的健身器械成为“银发族”的冬季运动新选择，让健康生活贯穿四季“在线”。

公园健身热兴起 智能器械添便利

只要天晴，上午的龟湖公园、体

育公园内，处处可见老年朋友们锻炼的身影，传统小器械与智能健身装备共同勾勒出热闹的健身图景。在龟湖公园的小器械区，老人们或在扭腰器上活动腰身，或借助太极揉推器舒缓肩颈，锻炼间隙围坐在一起话家常，健身与社交两不误。

走进体育公园的智能健身区，双位漫步机、智能阻力推举训练器、双位椭圆机等器材前更是人气高

涨。“我们每天都来，这些器材针对性锻炼腰椎、颈椎和腿部，还认识了不少志同道合的朋友。”今年60多岁的老蔡一边操作器械一边说。这些智能器材暗藏“黑科技”：显示屏实时记录运动时间、频次及卡路里消耗，语音播报功能同步运动状态，帮助老人精准掌控锻炼进度；顶部的椭圆形防风遮阳棚搭配太阳能蓄电技术，既节能环保，又能为老人遮挡风雨阳光，让冬季户外锻炼更舒适安心。

居家“微健身”走红 简易器械显神通

对于偏好居家锻炼的老人来说，拉力绳、指压板等小巧便捷的健身器械成为“冬日必备”。年近七旬的林阿姨每天上午都会用拉力绳做15分钟上肢拉伸：“不用出门受冻，在家就能锻炼肩颈和手臂，操作简单又安全。”年过六旬的陈大爷钟爱指压板与八段锦结合的锻炼方式：“跟着视频练八段锦，再踩会儿指压板刺激足底，全身都舒展，精神也足了。”

这些居家小器械无需复杂安装，占用空间小，适配老年人身体特点，既能满足日常锻炼需求，又能避免冬季户外低温带来的不便，让“宅家健身”成为银发族的灵活选择，轻

松实现“不出门也能强体魄”。

冬季健身有讲究 热身防护记心间

冬季气温较低，肌肉黏滞性增加，老年人健身需格外注重安全。石狮市总医院有关医生建议，老年人在运动前必须进行10—15分钟动态热身，可通过原地小跑、弓步转体、手腕脚踝环绕等动作唤醒身体，避免肌肉拉伤或关节损伤；锻炼时建议采用“洋葱式穿衣法”，便于根据运动强度和体感及时增减衣物，防止着凉；锻炼时段优先选择上午9时后至下午3时前，避开清晨和傍晚的低温时段。

此外，老年人应结合自身健康状况选择中低强度运动，避免挑战高难度动作，借助智能器材的运动数据或居家锻炼的身体反馈调整强度，确保健身过程科学、安全、有效。

从公园的智能装备到家中的简易器械，小器械正以灵活、安全、便捷的优势，让石狮“银发族”的冬季健身不再“猫冬”。石狮市文体旅游局有关工作人员表示，随着我市适老化健身设施的不断完善和健康理念的深入人心，越来越多的老年人将通过“微健身”收获健康与快乐，让冬日生活更具活力。

（记者 刘晓娟 郭雅霞）

敬老爱老

闽理学子走进敬老家园 开展主题志愿活动

本报讯 近日，闽南理工学院经济管理学院组织师生代表走进石狮南轩书院、忠信雨花敬老家园，开展“沉浸式文化学习+公益实践”主题志愿活动，将文化传承与尊老爱老实践深度融合，展现经管学子的责任与担当。

当天上午9时，师生代表在学校南大门集合。校领导在动员中强调，此次活动是文化育人与实践育人的有机结合，鼓励学子们在志愿服务中感悟传统文化魅力，在志愿实践中践行中华美德，同时叮嘱大家严守纪律、注重礼仪，以饱满热情投入实践。

随后，师生一行前往南轩书院参观。在石狮市老年学学会会长庄金钰的引导下，学子们静心品读经典、聆听文化讲解，沉浸式感受书院深厚的文化底蕴，进一

步筑牢文化自信。参观结束后，师生步行前往忠信雨花敬老家园，先系统学习养老服务流程与礼仪规范，随后分工协作：有的陪伴老人促膝谈心、倾听心声；有的协助工作人员分餐、洗刷餐盘；有的整理活动环境、打扫卫生，用真诚与热情为老人们送去温暖与关怀。

近年来，闽南理工学院经济管理学院持续深化银发经济研究，与石狮市老年学学会开展共建合作、推进人才共育，助力区域养老服务产业高质量发展。此次活动创新融合文化学习与公益实践，既让学子们在传统文化中汲取智慧，又在服务老人中扛起社会责任，在丰富课余生活的同时厚植人文情怀，充分彰显了经管学子尊老爱老、勇于担当的良好精神风貌。

（记者 刘晓娟）

银龄故事

七旬老人 分享“难得糊涂”的智慧

“过日子哪能事事较真？睁只眼闭只眼，和气才是最重要的。”近日，记者采访七旬老人陈阿姨时，她笑着分享自己的幸福秘诀——“难得糊涂”的生活哲学。这份历经岁月沉淀的通透与宽厚，让她的家庭始终暖意融融，也感染着身边人。

陈阿姨的“糊涂”，在与老伴大半辈子的相处中尽显。老伴性子急，做事毛糙，曾把她攒了半年的布料裁错尺寸，浪费了好料子。面对老伴的愧疚，陈阿姨没有抱怨，反而打趣道：“裁坏了正好给孙辈做小垫子，很实用。”她告诉记者，家人相处没有隔夜仇，计较琐事只会伤了和气。

邻里往来中，陈阿姨的“糊涂”更是收获了不少好感。有亲戚借

走物品归还时已损坏，子女替她抱不平，她却摆手：“谁家没个疏忽？计较太多，见面多尴尬。”而在子女眼中，母亲的“糊涂”是最温暖的包容。女儿回忆，年轻时自己常因工作不顺迁怒母亲，说过伤人的话，可母亲总能当作“没听见”，默默端上热汤安慰：“累了就歇歇，一切都会好的。”

“以前觉得母亲是软弱，如今才懂这是难得的智慧。”陈阿姨的女儿告诉记者，如今自己也学着母亲“糊涂”处事，不再为琐事斤斤计较，生活反而少了许多焦虑。陈阿姨用大半辈子证明，“难得糊涂”从不是真的拎不清，而是糊涂于琐事，清醒于人心，珍视情感重于计较得失，这便是收获幸福的“密码”。

（记者 刘晓娟）

石狮市老年大学精品课建设提质增效 电钢琴公开课获市级评估组肯定

本报讯 近日，石狮市老年大学举办电钢琴精品公开课，泉州老年大学副校长詹碧英带队莅临听课指导，通过“听课+研讨”的方式为该校精品课建设支招，以评促建推动老年教育高质量发展。

活动当天，葛子胜老师以《龟兔赛跑》为课题，依托《中国钢琴基础教程》开展教学。课堂上，他通过音频引导学员辨析音色，渗透虚心求学的思政理念，运用奥尔夫教学法开展节奏训练，并结合希沃多媒体工具，以生动比喻帮助学员记忆五线谱位

置。课程兼顾乐理知识、弹奏技能与情感培养，精准契合老年人学习需求，获得现场一致好评。

评课座谈会上，泉州老年大学评估组对照相关指标，从课程目标、教学内容、教学方法、教师素养、教学效果等维度进行专业点评。评估组高度评价该精品课成效，认为其教学方法灵活，多媒体融合有效激发学员参与度，尤其认可“老少共学、长幼互学”的创新模式——通过中国风曲目与家教学理念的结合，为改善代际沟通提供了有益探索。同时，评估组建议学校进一

步拓展课程资源，丰富自编教材、录制上传教学视频，提升课程竞争力。

据悉，石狮市老年大学已将精品课建设纳入老年教育中长期规划，建立校领导牵头的落实机制。2024年，学校投入15万余元升级电钢琴教学设备，扩建教室并增设班级，同时通过基金会激励、修订奖教奖学制度等方式，推动教研常态化开展。

目前，该校已拥有21门课程、21门市级精品课；近两年选派6位教师拍摄录制8个课件，在福建省老年大学精品课评选中分别斩获二、三等奖；学员



对精品课满意度达96%，到课率88%，2024年更有6名学员荣获全国乐龄电钢琴大赛银奖，建设成效显著。

石狮市老年大学相关负责人表示，此次活动既是对学校精品课建设的全面检阅，也是一次专业赋能。学校将吸纳评估组建议，持续优化课程体系、创新教学方法、丰富教学资源，进一步推动精品课建设提质增效，为老年学员提供更优质的特色教育服务。

（记者 刘晓娟）