

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

许多老年群众明知体检重要,却因“怕麻烦”一拖再拖,小病拖成大病,慢病拖成重症。在永宁镇卫生院,随着“党建+公卫+医疗”深度融合,一项项扎实举措正将健康管理送到老年人身边,让“早发现、早干预”的理念从“难落实”转变为“在身边”。

1 开进村的“DR车”

3月4日,永宁镇2026年度下乡巡回老年人健康体检服务在下宅村村委会正式启动。与往年不同的是,今年,一辆移动DR体检车缓缓驶入村口,停靠在老年人健康体检现场,吸引了村民的关注。

这是全市首辆投入基层使用的移动DR体检车,由旅菲港边乡贤余思平、余圣意、张天顺共同捐赠,配备专业数字化X线摄影系统。永宁镇卫生院也因此成为全市首家配备该设备的基层医疗卫生机构。

65岁及以上老年人的免费体检是国家基本公共卫生服务的重要内容。过去,受限于交通不便、行动不便、无人陪同等因素,部分老年人前往卫生院体检的意愿不强。为此,永宁镇卫生院依托“智慧体检系统”,组织党员志愿者团队结合家庭医生签约服务,将体检服务延伸至辖区24个村居,着力破解“最后一公里”难题。

2025年6月,国家针对老年人的免费体检项目迎来重要升级,新增胸部数字化X线摄影(DR)正位检查和糖化血红蛋白检测。

项目落地,更要让老年人更方便及。糖化血红蛋白检测通过在现场抽血采样即可,进村服务难度较小。“而胸部DR正位检查完全不同,设备对场地、电源和防辐射环境有严格要求,还需要配备专业的操作技师。”永宁镇卫生院副院长林连强告诉记者,过去,老年人想拍一张胸片,往往要辗转去镇卫生院甚至市总医院,“现在不一样了,移动DR体检车直接开进村居。”

“两个新增项目精准回应了老年群体的健康痛点。”林连强表示,糖化血红蛋白能反映近3个月的平均血糖水平,比单次血糖检测更稳定可靠,能有效发现隐性糖尿病。而胸部DR检查则能精准筛查肺结节、肺部肿瘤及心脏形态异常等问题,对长期吸烟、慢性咳嗽等老年病尤为关键。



永宁镇卫生院:移动DR体检车驶进村居

从“拍片进村”到“报告上门” 老年体检服务办到群众心坎上

2 讲明白的“报告单”

设备进村打通了体检的“最后一公里”,但体检的“后半篇文章”同样考验着基层医疗的服务能力。

“报告上一堆箭头,上上下下指着,我们也看不懂是什么意思。”过去,体检报告出具后,“检而不管”“查而无用”的现象时有发生。针对这一问题,永宁镇卫生院党员志愿者团队提前梳理出老年人体检报告,再度深入村居开展一对一解读工作,让体检服务更具温度,也更实效。

3月25日,在梅林村村委会,“一站式”体检报告解读服务现场拉开。镇卫生院全科医疗科、中医科及行政科的党员志愿者,将场地划分出了体检报告领取区、健康咨询区、用药指导区和家庭医生签约服务区。

80多岁的陈阿婆领取完报告,来到健康咨询区。“阿婆,您这次的血压比去年控制好得多了,但血脂这块还是有点偏高,吃饭



体检服务延伸至24个村居



老年人领取体检报告

要注意少油少盐,肥肉尽量少,有空可以到卫生院进行定期复查。”全科医师林玉枝指着报告上的数据,用闽南乡音逐项解释,阿婆频频点头,嘴里念叨着:“你这么一讲,我就明白了。”

“中医医师吴雅凤则结合报告中的体质辨识结果,给出了个性化的调养建议:“体质偏湿热,平时可以适当喝点薏米水,少吃煎炸的东西。”

不少错误习惯。“有些药物是不能混服的,特别是降压药和降糖药,要注意分开时段服用,才能保证安全有效。”针对李阿伯患有高血压、2型糖尿病且习惯多种药物混服的问题,医师耐心地为他拆分用药时段,并在药盒上标注了服用频次与注意事项。

在家庭医生签约服务区,党员志愿者还积极推广家庭医生签约服务,详细讲解签约后可享受的健康咨询、优先转诊、慢性病处方等便利政策,进一步拉近了老年群众与健康管理的距离。



医师一对一解读体检报告



医师向老人提出个性化健康建议

3 管得好的“健康事”

自下乡巡回老年人健康体检工作启动以来,永宁镇卫生院在本年度已及时发现了不少老年人潜在的健康隐患。其中,移动DR体检车已筛查出30多例既往未被发现的老年人疾病。

68岁的蔡大爷,长期吸烟,自认为“身体硬朗,没有不舒服”。DR胸片发现他的肺部存在一处可疑的占位性病变,对健康构成潜在威胁,需警惕恶性可能。镇卫生院医生第一时间与老人及其家属沟通,耐心解释检查结果,并立即通过绿色通道将老人转诊至市总医院作进一步检查。“幸亏体检车开到了家门口,不然根本不会想到去做检查。”家属感慨地说。

这一故事,正是镇卫生院推动老年体检工作从“检后”向“管后”延伸的生动缩影——通过后续随访与诊疗衔接,实现老年健康闭环管理。

“医生们不仅‘读报告’,还细致‘做分流’,让老年健康管理从一次体检转变为持续照护。”林连强介绍,镇卫生院对于指标轻度异常、暂无需要特殊处理的老年人,给予饮食、运动等方面的健康指导,并纳入家庭医生日常随访名单;对指标明显异常、需要进一步检查或治疗的老年人,则及时协助预约复查,或通过绿色通道转诊至市总医院相关专科。

(记者 黄翠林)

■涉老动态

石狮市老体协 组队备战省老健会



本报讯 4月7日,备战福建省第十二届老年人体育健身大会(以下简称“省老健会”)健身气功球项目动员会在石狮市老干部活动中心举行。泉州、石狮市老体协有关负责人出席会议,全体健身气功球参赛选手齐聚一堂,积极备战此次省级赛事。

记者了解到,此次石狮市老体协得以组队代表泉州出征该项目,与选手们的实力水平分不开。据悉,在去年举办的泉州市第十二届老年人体育健身大会健身气功球交流活动中,石狮市老体协代表队凭借扎实的功底、默契的配合,在众多参赛队伍中脱颖而出,斩获金奖且位列金奖第一名,用实力赢得了泉州老体协的认可与信任,也扛起了代表泉州征战省赛的重任。

动员会上,健身气功球省一级教练黄若衡亲临现场,对选手们进行了备战培训。培训中,黄若衡教练结合省赛标准,从动作规范、套路衔接、节奏把控等方面进行细致讲解,针对选手们薄弱环节逐一纠正指导,手把手传授技巧,帮助选手们精准掌握动作精髓,提升整体竞技水平。

参训选手们热情高涨、态度认真,认真聆听教练讲解,反复练习每一个动作,主动请教疑难问题,现场训练氛围浓厚。大家纷纷表示,将把此次培训所学运用到后续训练中,刻苦钻研,勤加练习,克服困难,全力以赴,以最佳状态备战省老健会,努力在赛场上展现石狮银龄健儿的风采,为老年体育事业发展贡献力量。

(记者 刘晓娟)

石狮老年志愿者用奉献书写幸福晚年

在石狮,有这样一群特殊的志愿者——他们鬓染霜华,来自各行各业、有着不同人生阅历,却放弃安逸闲适的居家生活,主动走出家门,以力所能及的行动帮扶他人、反哺社会,他们在志愿服务的忙碌中收获快乐、充实自我。

八旬奶奶在公益餐厅做义工

“请有序排队,欢迎来用餐。”近日,记者来到位于石狮湖滨街道的一家素食公益餐厅,年过八旬的施奶奶系着整洁的义工围裙,戴着口罩,温和地引导前来就餐的顾客。她身姿挺拔,精神矍铄,很难想象,一年多前的她还需要家人请保姆全天照料。

施奶奶回忆,那时由于子女工作繁忙,担心独居的她无人照料,家人特意花费6000元/月,为她聘请了居家保姆,负责全天陪伴、照料饮食起居。虽然有保姆悉心照料,施奶奶却总觉得生活少了些滋味,常常食欲不振,精神也日渐萎靡,偶尔还会因琐事烦躁,身体状况也时好时坏。

施奶奶的转变,始于2025年2月中旬。当时,她听说离家不远处开有一家免费提供素食的素食餐厅,正在招募义工,眼中顿时泛起了光芒,小声跟家人说:“我也想去帮忙,做些力所能及的事。”家人起初十分犹豫,担心她年事已高,体力跟不上,可架不住施奶奶的坚持,同意让她去试一试。起初,家人还特意吩咐保姆陪同,观察她的状态。

从整理餐具、擦拭桌椅,到引导顾客、分装餐食,施奶奶学得格外认真,每天准时到岗,从不迟到早退。一开始,她动作稍缓,做一会儿就需要休息,可慢慢坚持下来,不仅动作熟练了,精神状态也越来越好。“每天和大家一起忙碌,说说笑笑,感觉日子特别充实,也不觉得累了。”施奶奶笑着说,以前在家无所事事,总想着自己年纪大了,成了子女的负担,可做义工以来,她感受到了被需要的价值,每天都充满期待。

如今,一年多过去,施奶奶的变化有目共睹:不仅脸色红润、食欲大增,走路也愈发稳健,性格也变得开朗外向,每天能和餐厅的义工、顾客聊上几句,脸上的笑容从未断过。家人看在眼里,喜在心头,如今已不再需要保姆全天陪伴,只需要请保姆晚上前来照料起居即可,既减轻了经济负担,更让老人收获了健康与快乐。

和施奶奶一起在素食餐厅做义工的,还有年过七旬的林奶奶。“我身体还算硬朗,做这些活完全没问题,既能帮助别人,自己也能活动活动筋骨,一举两得。”林奶奶说,退休后,她总觉得生活有些空虚,看着身边不少老友无所事事,甚至陷入孤独,便一直想找些有意义的事做。一次偶然的机会,她听说这家素食餐厅招募义工,便毫不犹豫地报了名,这一做也快一年了。在林奶奶看来,义工工作没有高低贵贱,每一件小事都充满意义。打菜时的一句叮嘱,收



拾餐具时的细心细致,引导顾客时的耐心温柔,都能让她感受到满满的成就感。“做义工以来,每天都很有意义,和施大姐还有其他义工一起,大家相互照顾、彼此陪伴,不仅身心得到了满足,也收获了很多友谊。”林奶奶说,现在她的身体越来越棒,心情也越来越舒畅,家人也十分支持她做义工,觉得这样的晚年生活更有价值。

多支银发志愿队伍活跃狮城

事实上,这两位奶奶的身影,只是石狮市众多老年志愿者的一个缩影。采访中记者发现,如今越来越多的老年朋友走出家门,加入志愿者队伍,在助老扶幼、守护弱势群体、环境治理

等多个领域,书写着属于银发群体的责任与担当。

石狮市老年大学志愿服务队便是其中的佼佼者。这支平均年龄超60岁的队伍,自2017年成立以来,始终坚守“老有所为、余热生辉”的初心,深入各个村(社区)开展志愿服务,为村里的老人送去慰问品,开展义诊、听力检测等便民服务。其中,年逾六旬的“金牌理发师”林大姐,手法娴熟地为老人们修剪头发,用手艺传递温暖;志愿者吴大姐更是多次自掏腰包,为困难老人捐赠善款和物资,用爱心诠释奉献的意义。石狮老年大学副校长姚金土说:“我们的队员虽然头发花白,但服务热情没减,大家用年轻时的手

艺和积累的经验反哺社会,既实现了自我价值,又传递了正能量。”

除了老年大学志愿服务队,市关工委五老志愿队伍也活跃在各个角落。每年寒暑假或周末,由老党员、退休老教师、老专家组成的“五老”志愿者,都会深入各村(社区)的青少年社会教育活动中心,开展义务授课、宣讲和管理等工作。70多岁的老邵,已经连续多年在鸿山镇东埔三村义务辅导孩子们练习书法,一笔一画耐心教导,不仅传授书法技艺,更传承中华优秀传统文化。

此外,祥芝美丽海岸志愿者协会里,老年志愿者化身“海岸守护者”,定期前往海边开展环境治理活动,清理海滩上的垃圾、杂物,宣传海洋环保知识,用双手守护着石狮的碧海蓝天。他们不顾年迈,弯腰捡拾垃圾,耐心向过往群众讲解环保的重要性,用坚守与执着,为美丽海岸建设贡献着银发力量。

参加志愿服务有益身心健康

老年志愿者在志愿服务中收获的健康与快乐,并非偶然。石狮市老年学学会有关人士表示,老年人多参加社会活动,积极投身志愿服务,对身心健康有着重要的积极意义,更是实现“老有所为、老有所乐”的重要途径。

“另外,参与志愿服务能够让老年人重新建立社交圈层,拓展人际关系,在与他人的交流互动中,缓解孤独,重拾价值感。”从事心理咨询工作的杨女士指出,像施奶奶、林奶奶这样,通过做义工丰富精神生活、改善身体状况的案例,正是这一观点的生动体现。她强调,老年人参与志愿服务,做一些力所能及的工作,既能活动筋骨、增强体质,又能纾解压力、舒畅情绪,实现身心双重受益。因此,她建议,老年人应主动走出家门,根据自身情况,参与适合自己的社会活动和志愿服务,在奉献中收获快乐,在陪伴中收获温暖;同时,家人也应多鼓励老年人参与社会活动,关注他们的精神需求,帮助老年人实现从“养老”向“享老”的转变。(记者 刘晓娟)

■相关新闻

银发普法进社区 反诈护老暖人心

本报讯 4月8日下午,石狮市银发人才党委法律志愿服务队走进凤里街道宽仁社区,为50余名老年居民开展《中华人民共和国民法典》普法暨反诈专题宣传活动,以法治护航老年群体安享晚年。

活动中,服务队成员林屏通过以案释法

的形式,用通俗易懂的语言讲解个人信息保护要点,结合AI技术普及背景,细致传授信息真伪辨别技巧,重点拆解针对老年人的新型诈骗套路,引导大家守好个人信息与“钱袋子”。

讲座内容贴近生活、实用性强,现场互

动热烈,赢得老年朋友们一致好评。课后,志愿者们与老人们深入交流反诈心得,大家纷纷表示受益匪浅,希望此类普法反诈活动能够常态化开展,持续提升老年人识骗、防骗、拒骗能力。

(记者 刘晓娟)