

阜康市：“家门口”的中医馆 服务居民“零距离”

本报讯 通讯员古丽米娜、邵玲玲报道：“最近天气冷了，腿脚酸痛，想来中医馆做理疗，这里离家近，很方便。”说起阜康市博峰社区卫生服务中心中医馆，家住阜康景源小区的居民王大爷连连竖起大拇指。

据了解，阜康市博峰社区卫生服务中心总面积1500平方米，设有中医熏蒸、推拿、针灸、理疗、中药房等业务科室。除院本部外，在博峰有色苑等8家社区卫生服务站设有中医馆。博峰社区卫生服务中心购置了中频、火罐、TDP、刮痧板以及中药熏蒸床、艾灸治疗床、推拿治疗床、中药饮片柜等设备，能够规范开展6类7项以上中医适宜技术服务。近年来，博峰社区卫生服务中心月均接待群众200余人次，开展的中医特色护理服务深受患者称赞。

“上班族长期伏案、盯着电脑，肩颈总会不舒服。”提到中医护理的好处，正在候诊的张先生深有感触，“现在身边的朋友都比较注重养生，我一有时间就

来做推拿，疼痛缓解了不少。”

因为距离近，家门口的中医馆“热”起来，患者还能享受到和医院一样的优质中医药服务。为积极发挥中医特色优势，阜康市卫健委围绕需求谋发展，把增进人民群众的健康福祉作为医疗工作的出发点和落脚点，在全市6个乡镇卫生院、2家社区卫生服务中心均打造了富有中医文化特色的中医馆。41个村卫生室、10个社区卫生服务站均能够规范开展4类6项以上中医适宜技术服务，其中9家村卫生室、1家社区卫生服务站规范设置中医馆，配备中药饮片品种达300种以上，多维度提升基层中医药“防、治、康”一体化特色服务能力，打造“15分钟中医服务圈”，使越来越多的患者信赖中医、接受中医。

中医药服务扎根基层，离不开人才支撑。阜康市卫健委多措并举，注重人才培养与引进，持续开展中医类别全科医生规范化培训、助理全科医生培训，选派中青年中医技术骨干到阜康市中医医院轮训学习，填补基层高层次人才

空缺。在加强自身建设的同时，持续深化紧密型医共体建设，在8家基层分院建立8个中医“名医基层工作室”、8个“中医联合病房”，遴选10名副主任医师以上职称医师定期在各基层分院开展坐诊、巡诊、义诊、查房等医疗服务。遴选医师在精心治疗患者的同时，向基层医疗机构年轻医生“一对一”传授先进的中医适宜技术。

阜康市九运街镇卫生院医生范静就是“传帮带”的受益者。2023年6月，该院开设了阜康市中医医院主任医师、副院长王镜“名医基层工作室”。每周，王镜到九运街镇卫生院坐诊、授课，范静都带着笔记本，到工作室边听课边学习。有时，范静还到阜康市中医医院现场学习中医药技术。如今在阜康市，已有21名像范静一样的中医医师，具备开展常规中医治疗技术的资质，为患者提供优质的中医药特色服务。

“下一步，我们将充分发挥阜康市中医医院的龙头作用，加大对基层医疗机构的指导帮扶，加强特色中医专科建



12月5日，患者在阜康市博峰社区卫生服务中心中医馆做理疗。 □古丽米娜摄

设，打造一批重点中医名科，鼓励社会力量在基层开办中医馆，不断增强中医

药服务辐射能力。”阜康市卫健委副主任周涛说。

昌吉州中医医院两日 接诊180名骨折患者

骨伤科医生送你防护指南

本报讯 记者阿依加玛丽·列提甫、通讯员杨涛报道：12月4日至5日，昌吉州大部地区受降雪降温天气影响，地表温度降至0℃以下，路面积雪，道路湿滑，部分路段结冰，对群众出行和生

活带来不利影响。记者从昌吉州中医医院了解到，截至12月5日18时30分，该院骨伤科共接诊180名滑倒摔伤患者，其中100余名患者因滑倒导致骨折。

“地面太滑，我已经很小心了，但还是摔倒了，没想到还挺严重。”55岁的昌吉市民贺女士早上出门上班，刚出单元门就不慎滑倒，家人连忙将贺女士送至昌吉州中医医院。经检查，贺女士被确诊为桡骨远端骨折。

“我们都忙不过来了，中午也没休息。仅昨天一天我们就接诊了近百名摔伤患者，其中40余名摔伤比较严重的患者已经住院。”昌吉州中医医院骨伤科副主任医师李发东告诉记者，这些摔伤的患者多是中老年人，50岁以上的偏多，还有一些小学生，他们都是外出在路上摔倒的，其中以腕关节骨折、踝关节骨折、胸腰椎骨折和髌骨骨折患者居多。

针对最近冰冻天气摔伤、意外骨折

风险直线上升的情况，昌吉州中医医院骨伤科迅速启动应急预案，全部开放骨科5个诊室，明确伤者抢救的具体流程和分工，还专门安排4名医护人员帮助患者复位、用夹板和石膏固定等，确保受伤群众能尽快得到有效救治。

李发东建议：

冰冻天气老年人应尽量避免外出，老年人往往因补钙、骨质疏松以及反应慢，一旦摔倒容易引起骨折。如确需外出，应穿防滑鞋，并戴手套。

在倒地后，如果意识清楚，不要立即爬起来，特别是老年人，更要注意摔倒后应该检查一下何处受伤。

首先对各个关节进行自检，看看主要的关节是否都能活动，一般雪后骨折多集中在手腕、脚踝和腰椎。一般手腕和膝盖部位骨折较轻的，患者还能勉强活动。

如果发现腰部疼痛，千万不要随意

活动，否则很可能造成脊髓损伤，甚至有瘫痪的风险。此时最好平躺，立即拨打120急救电话；救助者也不宜随意背抱伤者，而是要用硬板或担架将伤者平抬到医院，或拨打120急救电话由专业医护人员救治。



11月27日，在呼图壁县园户村镇和庄村卫生室，医生正在为患者测血糖。

□吾拉恩·巴合提努尔摄

健康视点

玛纳斯县组建73支家庭医生签约服务团队

家庭医生定期上门 精准守护健康到家

本报讯 通讯员徐万里、田勇报道：近年来，玛纳斯县全面推行家庭医生签约服务，针对辖区内65岁以上的老年人、孕产妇、儿童、残疾人以及高血压、糖尿病患者等重点人群，提供免费上门诊疗，使患者足不出户就能享受专业医疗服务。

“王叔，高压177，低压94，这次血压有点儿高，平时要注重饮食，我给你重新调整几副药。”近日，玛纳斯县总医院凉州户镇分院家庭医生签约服务团队的医生，来到凉州户镇凉州户新村村民王成全家中，为他进行测量血压、拔罐、刮痧等健康诊疗服务。今年68岁的王成全多年前因高血压引发脑梗，行动不便，自从签约了家庭医生，医生便为他建立了健康档案，并定期上门服务。

目前，凉州户镇一般人群签约率达84%，重点人群签约率达



近日，玛纳斯县总医院早卡子滩分院家庭医生来到牧民古丽旦·扎尔汗家中，为她按摩，并指导其用药。 □徐万里摄

100%。玛纳斯县总医院凉州户镇分院副院长陈施展说：“今年，我们共组建家庭医生签约服务团队4支，签约居民8000余人，每年为村民提供全民健康体检、慢性病随访等服务，并根据每个人的情况，制定不同的治疗方案，对饮食、运动等进行指导。”

除了农区乡镇，玛纳斯县3个牧区

乡镇也全面展开家庭医生签约服务。早卡子滩乡有4支家庭医生签约服务团队，定期为牧民开展服务。这几天，早卡子滩乡牧民古丽旦·扎尔汗的类风湿性关节炎复发，行走困难，通过电话预约，家庭医生及时上门为她按摩，并指导用药。

困难人口、特殊家庭成员、留守儿童、空巢老人及行动不便等重点人群有就医需求时，只要打个电话，家庭医生便会上门提供服务。玛纳斯县总医院早卡子滩分院副院长阿依提加玛丽·木沙说：“家庭医生服务团队是以全科医生、公共卫生人员为主，中医医师为补充，县总医院下沉专家为支撑的服务团队。”

据了解，截至目前，玛纳斯县组建“县+乡+村”家庭医生签约服务团队73支，包括462名医务人员，家庭医生签约的重点服务对象达3.76万人，全县覆盖率达98.19%。

健康快讯

阜康市疾控中心(卫生监督所)开展技能竞赛 提升应急能力

本报讯 通讯员依克拉克·海力江报道：12月2日，阜康市疾病预防控制中心(卫生监督所)举办技能竞赛。

此次技能竞赛分为笔试与实操两部分。理论测试着重考查参赛人员对行业专业知识的掌握程度；实操环节则针对校园疫情源地消杀、单人徒手心肺复苏术以及办公场所灭火等内容展开测试，由评委依据评分细则并结合实际情况现场打分。比赛中，参赛选手全神贯注，操作熟练流畅，不仅展示出高超的技能水平，更彰显了良好的职业风貌。

阜康市疾病预防控制中心(卫生监督所)邀请阜康市中医医院、阜康市消防救援大队的3名专家对活动进行点评。专家们详细讲解了校园疫情源地消杀、单人徒手心肺复苏术以及消防设备的使用方法和注意事项。

阜康市疾病预防控制中心(卫生监督所)卫生事业管理医师郭玉琳说：“这次竞赛让我深刻认识到，应急处置不仅是一项技能，也是一份责任与担当。在今后的工作中，我将努力弥补自身不足，在实践中持续提升自我，成为一名优秀的疾控工作者。”

阜康市疾病预防控制中心(卫生监督所)综合办主任库不丽汗·解克山巴依说：“我们将以此次技能竞赛为契机，持续探索人才培养机制，不断强化源头储备与培养锻炼工作，进一步提升干部职工的应急处置能力，为阜康市疾控事业的高质量发展贡献力量。”

呼图壁县妇联 赋能家庭教育 守护心理健康

本报讯 通讯员朱含雪、杨凤霞报道：近日，呼图壁县妇联在呼图壁县第四中学举办“赋能家庭教育 守护心理健康”专题讲座，600多位初三家长聆听讲座。

讲座中，昌吉市第二中学心理健康中心主任、高级家庭教育咨询指导师王菁结合多年的教育经验和实际案例，从家庭教育的重要性、亲子关系、青春期孩子心理、孩子的性格和习惯养成、发现和远离霸凌等方面进行了专业指导，向家长深入浅出地讲解了学生心理健康的重要性、常见问题及应对策略。讲座还设计了互动环节，邀请家长上台，模拟与孩子沟通的场景，通过角色扮演的方式，让家长亲身体验倾听、共情和正面反馈在亲子沟通中的重要作用，并认识到家庭环境对孩子心理健康的深远影响。“在今后的家庭教育中，我们要学会与孩子沟通，多鼓励、关心他，和孩子成为有话不说的好朋友，让他对学习更有信心，更加自信地面对学习和生活。”学生家长毕思华说。

呼图壁县第四中学九年级教师刘丰荣说：“我们通过举办心理讲座，帮助家长掌握科学的教育方法，拉近亲子关系，推进家校共育，保障学生心理健康。”

53个村卫生室发力 呼图壁县打通医疗服务“末梢梗阻”

本报讯 通讯员吾拉恩·巴合提努尔、王荣伟报道：近年来，呼图壁县不断提升基层医疗卫生服务水平，完成了全县53个行政村卫生室标准化建设，每村配备1名至2名具有资质的乡村医生，药品配备均在120种以上，为群众提供基本公共卫生和基本医疗等服务。

11月27日，在呼图壁县园户村镇和庄村卫生室，医生正在为村民张强量血压、测血糖。“以前村上没有卫生室，头疼、感冒都要到镇上或县人民医院治疗。现在村上有了卫生室，环境好、设施

全，医生的水平也高，在这里看病非常方便。”张强说。

家住呼图壁县园户村镇上三工村的马新英，2022年被确诊患有严重的颈椎病，此后她每次到县城治疗都需要儿女接送。自从村里有了卫生室，马新英每周都在村卫生室做颈椎按摩治疗。马新英说：“有了村卫生室，还有这么好的村医，解决了我们老年人看病难的问题。”

呼图壁县园户村镇上三工村医生马立峰说：“今年截至目前，村卫生室共接诊2821人次，中医针灸推拿治疗306

人次。卫生室药品种类长期保持在150余种，能够满足居民的基本用药需求。”

据了解，呼图壁县53个村卫生室全部纳入医保定点范围，开通了医保统筹服务。在村卫生室就医，城乡居民医保普通门诊的报销比例为80%，慢性病报销比例为60%，高血压、糖尿病(两病)报销比例为55%。村卫生室的医保统筹和医保基金运行情况由镇卫生院进行常态化监管，居民无需长途跋涉，在家门口就能便捷地享受到优质的医疗服务。

为切实提升居民对医保政策法规的知晓率、参与率，近日，吉木萨尔县各村、社区组织志愿者开展城乡居民医疗保险政策宣传活动。志愿者通过发放缴费流程宣传单和现场讲解等方式，向群众普及医保知识，讲解缴费流程，并引导群众使用手机进行缴费。 □吴欣昊摄