

聚焦健康细胞建设 筑牢健康龙江基石

□本报记者 周姿杉

健康乡镇健康细胞是建设健康城市的基本要素之一,近年来,我省出台了健康乡镇和健康细胞8个指标体系,各地积极开展示范工程建设,涌现了一批健康乡镇健康细胞样板,以点带面,起到示范、辐射作用,推动为百姓建设最直接的周边健康支持性环境、提供触手可及的健康服务、营造日常的文化氛围,逐步提升健康乡镇健康细胞覆盖率,形成建设成果人人共享的良好风尚,有力夯实了健康城市建设的微观基础,初步实现了以“小细胞”推动“大健康”的良好局面。

以“三个建设”助力“为民初心”

大兴安岭地区塔河县开库康镇立足民生视角,关注百姓之需,以“健康乡镇”建设大格局,全面推进健康人群、健康环境、健康服务三大领域建设,助力“为民初心”浇灌出“健康之花”,用实际行动打造宜居、宜业、宜游的健康幸福乡镇。

镇卫生院、派出所、村“两委”紧密协作,将“一个档案、一项检查、一次接种”工作覆盖到村屯,在村民中营造“人人齐参与、携手共健康”的良好氛围。推进家庭医生签约,建立老年人健康档案,定期组织老年人进行免费体检,开展健康咨询和健康指导,普及老年人常见病预防和保健知识。定期组织妇女进行“两癌”筛查,开展妇科疾病防治知识宣传,提高妇女的健康意识和自我保健能力。开展儿童健康体检和疫苗接种工作,普及儿童常见病预防和营养知识,确保儿童健康成长。

开库康镇坚持将人居环境整治作为建设健康乡镇的重要一环,抓实农村“改厕、垃圾、污水”三大革命,聚焦村屯实际,以主动行为构建全民健康大格局。开展了大规模的环境卫生整治行动,累计清理垃圾100余吨,清理河道10公里,村庄环境更加美丽宜居。生活垃圾治理实现“户分类、村收集、镇转运”,组织农户清理自家房前屋后沟渠淤泥,有效预防黑臭水体产生,人居环境由干净整洁向健康宜居迭代升级。

用心用情守护妇女儿童健康

大庆市杜尔伯特蒙古族自治县妇幼保健计划生育服务中心坚持以守护妇女儿童生命全周期健康为宗旨,从突出重点防治、加强健康教育、营造健康环境入手,持续推动从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变,取得了较好成效。创新县乡村“三医联动”闭环管理高风险孕妇,近三年共救治165名孕妇;开展儿科医生进产房特色助产服务,共抢救新生儿窒息22例;新生儿出生缺陷率较3年前降低50%。

产科医生携B超入产房,三年来服务1360人次。推动“妇幼+中医药”深度融合,近三年共服务妇女儿童近5万人次,儿童发热、肺炎、湿疹等常见病好转率达85%以上。全省唯一“两癌”筛查专用车进基层开展免费筛查及义诊,联合哈医大四院和大庆油田总医院成功救助2名筛查出需要手术的残疾(智障)癌症患者。县婚姻登记中心成功入驻,实现婚姻登记、婚前检查、孕优检查、叶酸发放“一站式”服务,全县婚检率从2020年的52.08%升至2023年的94.22%,2024年1-10月达到了95.58%。

“三举措”建设健康机关

鹤岗市兴山区沟北街道办事处通过“三举措”奏响健康机关“三部曲”,提高职工健康素养,营造文明、和谐、健康的工作环境,大力推进健康机关创建,精心组织推动、多措并举落实,传播健康理念,倡导健康文明生活方式,增强干部职工健康意识。

街道开展无烟环境建设,落实公共场所无烟制度,工作场所张贴禁烟标识,室内全面禁烟,干部职工在公共场所严格遵守控烟规定。开展禁烟知识讲座或培训,增强职工的健康知识,并设有“谈心室”配有专业人员和物品为戒烟的职工提供替代疗法和心理咨询,帮助其摆脱对烟草的依赖以及进行心理咨询,为建设“健康机关”发挥示范作用。

通过开设健康讲座、组织健康知识竞赛、发放健康资料等多种形式,宣传健康生活方式和疾病预防知识。

邀请专业医生为职工提供健康咨询和义诊服务,使其更好地掌握科学的养生方法。结合世界无烟日、全民健康生活方式日等节点,开展主题宣传活动,营造浓厚的健康氛围。

“三位一体”创建健康乡镇振兴样板

黑河市逊克县车陆乡立足“文化健康、民生健康、环境健康”三位一体发展策略,将健康乡镇建设融入全乡经济社会发展全过程,为乡村振兴奠定了坚实的健康基础,先后获评第三批“全国乡村治理示范乡镇”、黑龙江省“平安边境模范乡镇”。

通过“车陆之声”宣传阵地开通健康科普知识板块,倡导村民树立良好的卫生健康意识。鼓励建立舞蹈队、合唱队、篮球队等农民健康网络队伍,建设农村文化中心3个、农家书屋10个、广场文化9个,打造“十五分钟品质健康生活圈”。

与黑河市中医院建立长效的健康义诊机制,推动全城常住户签约家庭医生,服务率达75%以上。创办全县唯一一家村办养老院,构建了“医养、康养、护养、文养”的健康养老服务体系。

以全省人居环境示范村东山村为代表,重点打造沿国道G331美丽乡村示范带。投入资金2052万元,实施美丽宜居村庄建设5个,完成10个村道路硬化,安装铁栅栏39257延长米,硬化边沟5500延长米。围绕“醉美331”边防路,打造“红石堡”小镇,串珠成线建设东“印象展览馆”等特色旅游打卡地,生动呈现乡村振兴的“车陆样板”。

采油厂员工急救培训。

让“健康细胞”生长在特色乡村

鸡西市鸡冠区西郊乡梁家村以健康村建设为契机,将健康理念全方位融入乡村生活,探索出一套贴合农村实际的健康发展模式,村容村貌焕然一新,村民健康素养显著提升。近年来,先后荣获全国乡村治理示范村、省级文明村标兵、省级生态村、省级健康村建设示范等荣誉称号。

通过多方筹资,梁家村修缮了村内道路、供水、排水等基础设施,新建标准化垃圾处理站,增设垃圾桶100余个,做到垃圾日产日清。持续开展

筑牢居民健康基石 打造健康社区品牌

鸡西市鸡冠区以改善居民生活环境和提高居民健康素养为出发点,聚焦群众健康需求,以康新社区为试点,探索建立符合基层实际的健康促进模式,提供“零距离”优质服务,新型健康社区建设工作取得新成效。

成立“党员先锋志愿者服务队”,结合“周周行”志愿服务活动,建立网格健康专员队伍,26名网格员走小区、进楼栋、访居民,群众知晓率达

展环境整治和绿化工作,新修建56级叠水石台,清理村内沟渠7公里,增加村内绿化面积5000平方米,绿化覆盖率达80%,让村民推窗见绿、出门有景,闲暇能健身锻炼。结合村情实际,依托鱼亮沟红色资源,彩绘3000米文化墙,打造红色研学之地、康养旅游之地。

梁家村将强化医疗卫生服务作为健康村建设的重要根基。通过强化村卫生室的建设和管理,定期组织村民进行健康体检,建立健康档案,并对慢性非传染性疾病进行量化管理。

到98%以上,打通了健康宣传教育“最后一公里”。

打造“康新红”梦工坊特色服务品牌,建设“夕阳手工坊”“书画坊”“国球坊”等6个工坊,让辖区群众树立理想、陶冶情操,寓教于乐。2024年开展健康义诊活动4次,受益群众2000余人次,发放健康宣传资料1万余份。推出全市首家小儿推拿治疗服务,受到广大辖区居民好评。



塔河县开库康镇黑龙广场森林康养跑开幕式。

全员参与 促进健康企业建设

中国石油天然气股份有限公司黑龙江销售公司自2022年开展健康企业创建以来,经过三年的经验积累,实现了健康政策融入全局、健康服务贯穿全程、健康福祉惠及及员工的总目标,员工的获得感、幸福感显著增强。

三年来持续开展“送健康”到一线活动,全省配置1150个急救箱、血压仪、健身用品,保障库站员工及加油客户随时关注指标数据。开展《健康促发展“诊”装待发》——黑龙江销售医疗巡诊专

项行动,医疗专家到现场为一线员工提供健康服务。2024年对黑龙江下属13家市(地)分公司进行面对面医疗问诊,打通送健康到身边“最后一公里”,惠及员工及其家属近千人。

一线员工经红十字会专家团队现场急救培训,通过了技能考核。持续开展《健康促发展“救在身边”——黑龙江销售急救救护专项行动》,目前已覆盖全省13家市(地)分公司,600人取得急救证书。

多维发力铺就“健康之路”

大庆油田采油八厂大力推动健康企业建设,开展健康干预“六大行动”,完善健康管理场所设备,组建健康管理服务团队,搭建健康管理平台,推动健康硬件设备全面应用。

按照“全员覆盖,科学监测”的原则,购买健康监测一体机、血压计、血糖仪等健康监测设施768台,为每名员工配备急救包、健康监测手环、应急小药瓶,实现厂、作业区、班组、员工全覆盖。

推行全覆盖健康分级干预,依据健康风险对重点关注人群分三级进行管理,日常监测中发现

员工指标异常时,除对员工开展即时干预外,同步向员工所在网格发送预警提示函。同时,推行阶段性健康风险评估,加强特殊时间节点的健康风险分析研判,做到研判、预警、布防“三个及时”。

开展急救救护培训,组织厂急救救护讲师、部分技师组成讲师团队深入基层开展心肺复苏和AED操作培训,以第二作业区为试点推进CPR+AED取证全覆盖,让每个人都成为急救员。截至目前,心肺复苏+AED使用培训共计3200余人,共有1278人取得了红十字救护员资格。

创立新模式 护航百姓健康

牡丹江市第一人民医院从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变,依托牡丹江市“雪城家庭医生健康服务平台”等平台,建立健康促进服务模式,提升健康服务水平,为雪城百姓健康护航。

医院开展“走基层、找问题、想办法、促发展”基层调研,建立院领导班子包保帮扶外埠县市医疗机构制度,高位推动市县乡村优质医疗资源同质化;组建以党员干部、科室业务骨干为主的专家团队,将优质医疗资源下沉到社

丹江市56个乡镇,打通为百姓服务“最后一公里”。

围绕百姓多层次、差异化的诊疗、健康服务需求,搭建了5G区域健康管理服务平台,提供便捷就医、线上咨询问诊、远程会诊等健康服务。平台与医院HIS系统、公卫平台、智能穿戴设备接口,实现与二级医疗机构和全市26个基层医疗机构对接,居民建档数量达到1.2万余人次。同时,组织龙江名医、知名专家走进海林市中医院、穆棱林区医院等60多个基层医疗机构开展“名医下基层”义诊和健康巡讲活动。

洁美小村庄 守护大健康

七台河市茄子河区铁山乡四新村持续升级农村健康支持性环境建设,打通普及健康生活方式的“最后一公里”,农村居民健康素养水平有效提升。

加大基础设施配套力度,建设3万平方米芝樱花海,修建120米步行栈道,改造鱼塘12处,安装路灯133盏,全力打造宜山则山、宜水则水的人居环境。建设3600平方米文化广场1处,全村道路硬化覆盖率由90%提

高到95%。

建立生活垃圾收运处置体系,合理放置垃圾箱(桶)40余个,生活垃圾实现分类处理和资源化利用,养殖粪污得到有效治理,村庄生活垃圾治理率达100%。引进“真空排导污水处理技术”,解决室内厕所及污水处理问题,完成室内厕所247户,入户率达到98%,努力实现农村人居环境、居民生活品质双提升。

大力发展庭院经济、菜园经济,建设共享菜园165个,标准化棚室135栋,芝樱节期间日接待游客达3000多人,全年旅游创收800万元。

七台河市四新村宜居业宜居的人居环境。



员工运动比赛。



“全民健康素养宣传月”义诊活动。

暖心服务为居民健康“加码”

哈尔滨市道外区太平大街街道办事处松锅社区通过构建“3+N”健康服务体系,打造规范化、专业化健康社区服务模式,完善健康小屋、健康家庭、无烟家庭建设,完善社区服务体系,增强辖区居民群众的获得感、幸福感和满足感。

创建1个健康小屋、打造1栋科普楼,5个单元以漫画的形式宣传健康知识,构建线上线下一体化宣传阵地。线上依托34个网格,推送健康科普知识,搭建居民交流平台。成立健康教育宣传团、健康志愿服务团、卫生教育宣讲团3个健康社团,汇聚辖区8家医疗机构资源,形成全方位的医疗保障网络,让更多群众受益于优质的健康资源。

联合太平卫生服务中心为辖区312名老年人建立医疗电子档案,动态掌握189名高龄群体健康状况。开展健康素养提升工程,每月在健康小屋开展常见疾病预防、心理健康、中医养生、应急救护等健康科普讲座,受益居民4000余人次。目前,开展义诊服务18次,惠及居民1000余人次。

多措并举助力健康机关建设

富锦市市场监督管理局引导干部职工养成健康的生活方式,加快推动健康机关建设工作,机关环境得到很大改善,全体干部职工精神饱满。

联合市卫健局开展“关爱新业态·义诊暖人心”志愿服务活动,提供专业全面的身体检查和一对一健康咨询服务,共为50余名工作人员进行了义诊;邀请市中心医院相关专家开展健康讲座活动,通过专家细致的讲解,提升干部职工的健康意识。

依据有关标准设置医务室,配备急救药品、器材和设施,提供健康科普材料,为单位职工提供免费测量血压、体重等服务。落实干部职工定期体检制度,并开展各类健康教育活动,通过这些服务措施提升干部职工的健康获得感。

定期组织歌唱比赛和各类棋类比赛,丰富干部职工精神文化生活,通过垃圾分类和办公楼内禁烟等工作,改善办公环境卫生。通过这些措施,机关人员的健康状况得到明显改善,工作效率显著提升。

健康家庭乐享生活美

牡丹江市宁安市西关社区光明小区林玉金家庭家风端正,邻里团结,乐于助人,积极投身健康家庭建设活动,自觉成为健康生活的建设者、实践者、宣传者。

为让退休生活更加丰富多彩,林玉金夫妇通过参与社区健康讲座,分享健康食谱,倡导“多果蔬,低脂、低盐”,将自制健康零食与大家品尝。重视心理健康,和身边群众分享快乐经验,主动当好健康助老、保护环境志愿者。

温暖与坚韧 铸就健康家庭

黑龙江省方正县仁和社区孙玲玲家庭用行动诠释了健康家庭的深刻内涵,通过健康行为带动周围群众共建共享健康生活。

孙玲玲一家不仅在自家生活中践行健康理念,还积极传播健康生活方式,带动周围的群众。经常参与社区的健康活动,分享自家的健康饮食、运动锻炼和心理健康等方面的经验。在他们的带动下,越来越多的居民开始关注自己的健康,积极参与健康生活方式,社区的整体健康水平也得到了提升。

让孩子们拥有一个光明的未来

牡丹江市紫云小学2024年正式启动“打好‘组合拳’按下‘明眸键’”近视防控光明行动,保障每一位学生的视力健康,学生的平均近视率由49.1%下降到45.2%。

学校成立近视防控领导专班,研究制定了《近视防控光明行动实施方案》《近视防控光明行动岗位职责》等9项制度,组织召开全体教师、全体家长、近视防控监督员等层面会议,逐层明确家、校、师、生“四方”责任,建立了从上到下、从学校到家庭、分工明确、责任到人、齐抓共管的防治体系。

在市区教育局、中小学卫生健康中心等部门和眼科机构的指导和支持下,凝聚学校和学生、家庭、社会、医疗机构防控合力,形成了政府主导、学校主体、教医协同、家校联动、五方协作的良好态势,全方位助力学生视力健康。

研究制定了包含环境改善、学业减负、习惯养成、规范眼操、阳光体育、视力监测等在内的“明眸·十大行动”。每间教室配备了“健康四宝”(标准对数视力表、身高表、体重秤、视力矫正器)和护眼宣传栏。

以健康第一思想 为学生成长保驾护航

鹤岗市南山区逸夫小学认真落实《学校卫生工作管理条例》,对卫生工作常抓不懈,2022年被评为省级卫生先进学校,2024年被评为全身健康乡镇健康细胞建设省级示范单位。

学校实行卫生健康工作岗位职责制,全体教师对学生的健康负有责任,积极对学生开展用眼健康教育,开展个人卫生进行检查,督促培养学生养成正确的卫生习惯。开展卫生健康教育,实施“双师”讲座,做好传染病防治工作。定期组织学生体检,并把体检结果反馈给家长,家校协同做好学生健康监测。关注学生的用眼卫生,纠正读写姿势,学生的近视率从2020年的52.66%下降到2023年的36.01%,四年时间下降了16个百分点。

本版图片均由受访单位提供