

粗针短刺真祛痛 灸敷功法膝自如

名中医领衔坐诊,真如社区膝痹专病门诊守护居民关节健康

普陀区真如镇街道社区卫生服务中心是一所综合性非营利性一级甲等医院,服务人口约16.4万。中心秉持“仁爱、敬业、精术、创新”的发展方针,深耕中医适宜技术的传承、创新与推广,先后获评第一批、第二批上海市中医药特色示范社区卫生服务中心;2020年立项上海市第二批家庭医生中医示范岗项目,2023年创建上海市中医示范站点新真光站。同时,中心挂牌WHO肿瘤防治社区基地、WHO健康促进基地、复旦大学中国残疾人问题研究中心研究实践基地、同济大学医学院附属社区卫生服务中心,连续十届荣膺上海市文明单位,获上海市健康单位、上海市医学科技奖等多项省市级荣誉。

膝痹(膝骨关节病)是中老年人常见慢性关节病,以膝关节软骨退行性病变和继发性骨质增生为特征,临床表现为膝关节疼痛、肿胀、僵硬、活动受限,严重影响日常生活。中医认为,该病发病之本在于肝肾亏虚、气血不足,风寒湿热外侵与痰瘀互结为致病之标,最终导致经络痹阻、筋骨失养。

为精准服务社区膝痹患者,中心开设膝痹专病门诊,特邀上海市名中医李璟主任担任学术带头人,带领团队开展临床诊疗工作。在李璟主任指导下,门诊形成“一针(粗针短刺法)、二灸(辨证施灸)、三敷(中药热奄包外敷)、四功法(八段锦功法)”为核心的中医特色诊疗体系,完善了适合社区推广的技术操作方案。依托李璟主任与邱曼丽副主任医师定期下沉坐诊、带教,该专病门诊将上级医院优质中医资源延伸至社区,让居民在家门口就能享受“名医技术、社区服务”的特色诊疗。

学术带头人李璟,系上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院主任医师、教授、博士生导师,上海市名中医,兼任国家中医药管理局华东区域中医(针灸)诊疗中心负责人等多项职务。她师从秦亮甫、陈汉平、东贵荣、吴焕淦等针灸界泰斗,长期深耕针灸临床、教学与科研,主持国家自然科学基金等项目10项,获国家教育部科学技术进步一等奖、上海市



科技进步奖一等奖等多项奖项,拥有发明专利及实用新型专利授权10项,发表论文87篇,担任两部“十四五”规划教材副主编。

专病专家邱曼丽为上海市普陀区中医医院针灸科副主任医师、李璟名中医工作室学术继承人,长期从事针灸医教研及科普工作。她主持市局级课题3项,以第一作者发表论文20余篇,同时担任上海中医药大学“百师强基”计划师资,承担基层医师授课及留学生针灸带教工作。

专病负责人项莲莲为中心主治医师、硕士研究生,入选普陀区杏林优青培养计划,师从李璟主任。她以第一作者发表论文7篇,获国家实用新型专利授权1项,主持及参与市区级课题9项,深耕社区健康科普,斩获沪浙社区中医药高质量发展交流大会“杏林科普”视频类优秀奖等多项荣誉。

专病团队由1名负责人及6名骨干成员组成,其中高级职称1人、中级职称6人、硕士6人。团队扎根社区一线,深耕中医药适宜技术推广,先后承担区科委课题3项,发表论文10余篇、科普文章3篇,参编著作2部,获区级人才培养项目支持2项及专利授权1项。

门诊依托特色中医诊疗技术与优质专家团队,为社区膝痹患者提供精准、便捷的诊疗服务,用专业力量守护居民关节健康。

稚童疳积寻岐黄 妙手调脾助成长

桃浦镇社区卫生服务中心小儿疳积(消化不良)专病门诊为儿童提供优质诊疗服务

普陀区桃浦镇社区卫生服务中心依托“上海市中医医联体专病(专科)联合门诊”建设,于2024年成功获批上海市中医特色小儿疳积(消化不良)专病专科(社区)能力建设项目,为辖区儿童提供了优质中医诊疗服务。

小儿疳积是中医儿科常见病,多发于5岁以下儿童,主要表现为身体消瘦、面色萎黄、大便不调、食欲不振、生长发育迟缓等症状,其成因与饮食不节、喂养不当、营养失调、疾病影响及先天禀赋不足相关,与西医小儿消化不良、营养不良的病因和症状相近。

该门诊整合了传统中医外治疗法,构建了小儿推拿(捏脊)、针刺四缝穴(刺四缝)、小儿穴位敷贴(肚脐贴)、小儿拔罐、小儿刮痧、耳穴压丸六大特色技术体系,以安全温和的中医外治手段,调理儿童脾胃功能,改善疳积症状。



该门诊学术带头人薛征教授,为中医儿科主任医师、博士生导师,现任上海市中医医院儿科临床医学中心主任、国家中医药管理局重点学科带头人。他深耕儿科临床与科研工作,主持国家自然基金等项目30余项,获多项市级科技与教学奖项,在儿童疾病诊治领域造诣深厚。

专病项目负责人赵倩,中医学硕士,毕业于上海中医药大学,曾师从“董氏儿科”传承人,参与基层研究工作室工作。市级课题“针刺四缝穴配合捏脊治疗小儿疳积症疗效观察”就是她主持的,还参与多项儿科相关研究项目,2024年入选普陀区杏林优青培养计划,发表多篇学术论文,具有扎实临床经验与较强科研能力。

该门诊以中医特色技术为核心,专业团队为支撑,聚焦小儿疳积中医防治,为患病儿童提供精准、便捷的诊疗服务,助力儿童健康成长。

“葫”助气血 “艾”护健康
泗塘社区卫生服务中心中医特色诊疗为患者护航

宝山区张庙街道泗塘社区卫生服务中心为一级甲等医院,年门诊量达35万人次,下设4个服务站,服务辖区7.36万常住人口,其中60岁以上老人占比达36%。针对社区患者常见的疲劳、低热、睡眠障碍等“虚损”症状,中心在西医内科治疗基础上,创新中医综合诊疗模式,开设了虚损病(血细胞减少)专病门诊,实现了防治一体化。该模式传承非物质文化遗产“陆氏针灸”学术思想,结合社区慢病防治特点,改良灸法形成了特色“葫芦灸”技术,同时辅以艾灸、敷贴等中医适宜技术,精准缓解患者症状,有效提升了康复效果。

服务中心先后获评上海市示范性社区康复中心、标准化口腔诊室、社区护理中心、慢性病健康管理支持中心、标准化门诊手术室、视觉健康智能管理中心及中医药特色巡诊服务站等多项



市级示范称号,综合服务基础扎实稳固。

服务中心深耕中医科建设,以培育优势诊室、提升临床能力、强化科研创新为抓手,推动学科高质量发展。中医团队现有11名医师及1名专科护士,可开展9类37项传统中医适宜技术,开设脾胃病、颈腰腿痛、高肌酐等多个专病门诊。团队累计承担国家资金项目、区级医学重点专科等各级课题10余项,发表论文30余篇,构建起了“临床-科研”的良性循环体系。

中心专家团队实力雄厚,虚损病(血细胞减少)专病门诊由主任医师施艳牵头坐诊。施艳师从上海市中医医院血液病领域知名专家陆嘉惠,深耕血细胞减少、亚健康调理等领域,主持及参与了多项区级课题,兼具丰富的临床经验与扎实的科研积累,为专病诊疗提供了坚实的专业支撑。

“健康守门人”升级
白鹤镇打造家庭医生签约服务“旗舰中心”

近日,青浦区白鹤镇社区卫生服务中心“家庭医生签约服务中心”(以下简称“签约中心”)正式启用。这不仅是服务空间的新拓展,更是服务理念的深度革新,标志着白鹤镇家庭医生签约工作迈入集约化、智能化、人性化的新阶段。

签约中心以“一站式服务、八大功能全覆盖”为核心,实现政策宣导与业务办理“一站式”办结,兼顾专业咨询、投诉响应、线上线下协同、医患沟通桥梁搭建、健康档案动态管理、签约质量精细把控及专病服务等特色工作,构建起了完整的服务闭环。依托“热线受理平台”的智能化升级,签约中心精准识别居民需求并实现自动流转,打造“来电-派单-服务-回访”全流程闭环服务模式,持续提升服务响应效率与居民体验感。

一直以来,白鹤镇深耕家庭医生签约服务,将体检资源下沉社区,惠及逾万名老人,健康反馈与干预覆盖率达100%。签约中心通过共建平台,



邀请知名医院专家开设报告解读专场,为高龄老人推出“银龄健康守护”方案,每月提供3000余人次面对面随访服务,切实打通就医绿色通道,守护“夕阳红”健康。同时,签约中心还积极推进“一老一小”服务、“智慧享瘦”体重管理试点,创新推出五大主题日服务与健康积分机制,融合多学科资源,为不同年龄段的居民提供个性化科学养生指导。此外,签约中心全力推进村卫生室标准化建设,深化“家医标杆团队”与“家医双签”服务内涵,精心设计个性化服务包,推动签约服务从“有覆盖”向“高品质”、“广普及”向“深扎根”转变。

从一站式服务中心启用,到“一老一小”健康守护落地,再到特色服务项目创新探索,白鹤镇社区卫生服务中心以家庭医生签约服务为纽带,织就了一张更密、更实、更暖的社区健康保障网,让居民在“家门口”就能享受到全面健康管理服务,生动诠释了“健康守门人”的深刻内涵。

党建引领,实事惠民:分水墩村的“幸福密码”

在奉贤区头桥街道分水墩村,一幅美乡村的生动画卷正徐徐展开。这里的华丽蝶变,源于村党总支以“支部一实事”为抓手,将党建力量转化为治理实效,在各领域精耕细作,铺就了一条通往幸福生活的康庄大道。

托起最美“夕阳红”针对村庄人口老龄化特点,党总支着力构建“医养结合+智慧养老”服务体系,精心打造日间照料中心。该中心集休息、娱乐、餐饮等多功能于一体,为老年人提供一站式温馨服务。试运营即获村民广泛好评,未来还将通过健康讲座、爱心助餐等特色服务,让农村养老从“老有所养”迈向“老有颐养”的桑榆新景。

铺就惠民“连心路”针对村民反映强烈的宅基路破损问题,第一党支部迅速响应,启动道路修缮项目。党员带头实地勘察,全程监督施工,高质量完成5处重点路段改造。昔日的“烦心路”变身平坦畅行,村容村貌焕然一新。



通的“安心路”,车轮平稳驶过,脚步踏踏实迈出,这条路连接的不仅是村头巷尾,更是党心与民心。

绘就生态“宜居图”第二党支部在成功创建市级美丽乡村基础上,再接再厉发起环境整治攻坚。通过网格走访精准聚焦问题,创新推行“家园积分制”,激发村民共建热情。集中开展“一枝黄花”整治、休闲场所清理等行动,村容村貌焕然一新。

守护温暖“平安光”针对部分路段照明不足的隐患,第三党支部将路灯维修列为头号实事。积极协调资源,组织专业力量全面排查,高标准完成89盏路灯的修缮更换。如今夜幕降临,盏盏明灯如繁星落地,照亮了村民的归家路,更照亮了乡村振兴的前行路。

不忘初心,方得始终。分水墩村党总支将继续以党建为笔、民生为墨,在这片希望的田野上,奋力谱写组织坚强、服务有力、群众满意的崭新篇章。

宜川街道社区卫生服务中心:
深入基层,护肾有方

普陀区宜川街道社区卫生服务中心始建于1959年,上世纪80年代便与瑞金医院、华山医院肾病科合作组建特色联合病房,在肾病治疗领域积淀深厚。中心下设4个卫生服务站、5个家庭医生团队,服务辖区10.62万人,覆盖24个居委会,为基层肾病诊疗筑起坚实保障。

肾病专病门诊是服务中心的特色品牌,在上海市名中医何立群教授学术引领下,其工作室团队定期坐诊,推动优质医疗资源下沉。专病门诊以传承推广名老中医学经验为核心,构建“分期分型、标本同治”的诊疗体系,融合中药内服与外治法,形成慢性肾病中西医结合全程管理模式。针对慢性肾炎等病症,通过中药饮片辨证施治,搭配穴位敷贴等适宜技术,实现温肾通络、化瘀利水的治疗目标,充分彰显中医药“简、便、验、廉、效”的基层服务优势。

在诊疗过程中,团队聚焦脾肾亏虚、湿热瘀血互结的核心病机,针对兼湿热证、兼瘀血证等分型



精准用药,既能改善水肿、蛋白尿、腰痛等临床症状,又能稳定肾功能、降低尿蛋白定量,为慢性肾病患者延缓病情进展提供有效干预。专病团队平均年龄33岁,配备副主任医师2名、主治医师6名、医师1名,其中硕士5名,全员均为全国或上海名老中医继承人,具有扎实专业素养与丰富基层实战经验。

普陀区宜川街道社区卫生服务中心肾病专病,依托与三甲医院的合作基础及名老中医传承团队,以精准分型施治为抓手,充分发挥中医药特色优势,构建起了完善的中西医结合诊疗体系。未来,服务中心将持续以中医药继承创新为核心,深耕基层肾病的诊疗,为辖区居民筑牢肾病健康防线,让中医药特色优势在社区卫生服务中焕发更强活力,让居民在“家门口”就能享受到优质、便捷的中医肾病医疗服务。

“五全”口腔管理模式
让居民尽享“家门口”的优质服务

张江社区卫生服务中心坐落于浦东新区张江科学城核心区域,下设3个社区卫生服务站,开设有20余个科室,是多所高校教学基地及医联体单位。中心打造标准化口腔诊室等特色品牌,织密“15分钟健康服务圈”,为居民提供便捷口腔医疗保障。

中心秉持“预防为先、防治并重”理念,依托家庭医生签约服务精准对接居民口腔健康需求。在医防融合方面,为儿童开展涂氟、窝沟封闭服务,为老年人提供定期口腔检查,通过信息化系统推送个性化健康教育处方,结合“爱牙日”深入社区与学校开展科普宣教;在全专结合方面,全科与口腔专科医生结对协作,设立了互联网急会诊室,开通了双向转诊绿色通道;在中西医结合上,联合中医科以清代固齿方为基础自研固齿技术,通过日常刷牙实现牙齿养护,年服务量超2000人次。

中心组建高素质口腔医疗团队,现有8名口腔医师及5名专科护士,人才梯队兼具高学历、



高职称优势。学术带头人徐先国主任医师深耕社区口腔预防保健领域30余年,主持多项市区级科研课题,参与2项市级行业标准制定。技术骨干覆盖口腔治疗的拔除、修补、镶配、种植、正畸等全领域,护理团队中2人拥有硕士学历。团队近年承担5项市区级课题,发表10篇学术论文,斩获多项荣誉,以专业实力为居民提供高品质口腔诊疗及预防保健服务。

张江社区卫生服务中心以上海市社区标准化口腔诊室为平台,聚焦社区高发的“龋齿”,进行健康管理,提供诊疗服务,通过转变服务理念、提升服务质量、优化服务流程,打造涵盖全人群、全生命周期的服务,采用全专结合模式,全面应用规范化口腔医疗技术,实现了疾病诊疗与健康管理全方位融合的“五全”口腔管理模式,为患者提供及时、连续、综合、协调的口腔健康服务。