日冠

2025年10月26日/星期日本版编辑/王 蕾 本版视觉/感黎明

### 稳住"老"病人就医节奏

成为改善患者就医体验的有力举措。

来,周日门诊的日均服务患者已超3000人次,广受欢迎和好评,

周日上午的十院门诊楼,"前列腺疾病特约专病门诊"外候诊 一众老先生和他们的子女颇引人注目。随着社会老龄化的进 程与生活方式的改变,受前列腺疾病困扰的老年男性日益增多。 院方积极应对疾病谱的改变,遴选出前列腺穿刺手术口碑最佳的 年轻医生艾麦提阿吉·喀迪尔,于每周日上午开设冠名门诊

"父亲年纪大了腿脚不好,看病没人陪怎么行?"陪同父亲来 就诊的刘先生对院方的贴心安排给予了充分肯定。前列腺疾病 病程时间跨度达十多年、二十多年甚至更长,其间需频繁定期随

> 访。除评估排尿状况、复查PSA,有时 还需加做磁共振、尿流动力学甚至穿刺 等检查。对年事渐高的患者来说,独自 就诊显然面临困难与风险,有人陪诊是 必选项。为此,院方特意将冠名门诊设 在周日,方便小辈陪同老人就医。

> 除了泌尿外科,院方将周末冠名门 诊向心内科、神经内科、内分泌科、儿 科、骨科、眼科、耳鼻咽喉科等学科倾 斜,重点聚焦"一老一少"的就医需求, 让广大患者和家属免于"请假看病""请 假陪诊"的困扰。

### 让家属陪诊少些负担

神经内科张敏主治医师的"卒中痴 呆特约专病门诊"设在门诊楼最"空"的 周日下午,这是因为相关疾病的评估较 少需要空腹验血,但诊疗过程需要医 生、患者与家属三方深入交互与沟通, 她说:"为患者服务的第一步,可能就是 把门诊安排在他们合适的时间。

对于院方设立的这一冠名门诊,带 着老父亲来随访阿尔茨海默病的徐先 生十分认可:"老人得了这个病很磨人。 基本上每个月都要带他来随访评估,看 看病情有没有加重,要不要调整用药。 因为大多数情况下只是续方,专家门诊 好像没有太大的必要,但是普通门诊出 诊的医生不固定,每次都要重新讲病情 和治疗过程,很费时间和精力。现在好 了,冠名门诊可以'盯'着一个医生看, 老人也觉得医生熟悉能够多说上几句。 很省心,也更放心。

院方在决策开设高年资主治医师 冠名门诊时,一个重要考量因素就是确 保医患沟诵的顺畅性和疾病诊疗的延 续性。首先,对全院普通专病门诊的数 据作梳理,从中筛选出最受患者欢迎且 需长期随访的慢性病专病门诊,在此基 础上遴选临床能力与沟通能力双优的 高年资主治医师,再通过"固定人员" "固定时间"的"双固定"方式设立冠名 门诊,持续提升患者就医体验。

### "一日闭环"提高诊疗效率

不惑之年的周女士两个月前因脚踝骨折接受了内固定手 术,本以为刀开好就万事大吉,没想到这只是开始。她既害怕断 骨长不好,不太敢活动,又听说恢复期缺少锻炼会导致局部粘 连、肌力下降,也不敢拖延,可真要去医院的话,又担心流程复杂 耗时得反复请假。进退维谷之际,一位病友告诉她,十院康复科 开设了周日一整天的"骨科康复专病门诊"

康复科唐维桢医生的"骨科康复专病门诊"覆盖周日上下 午两个半天,有足够时间完成从面诊到治疗的全流程。在精准 评估的基础上开展个性化治疗,周女士已顺利完成"局部被动活 动"与"肌肉等长收缩训练"的早期康复训练和"主动活动"与"物 理治疗"的中期阶段,目前已进入以"负重训练"为主的后期阶 段,她对唐医生的用心和贴心连连称赞。

为减少患者往返就诊的次数,院方对康复科等"诊疗-的学科作出特别安排,将冠名门诊时间从每次一个半天扩展至 全天。如此,上午问诊、做检查,下午便可以开始治疗,对于有相 应需要的患者来说,避免多次往返,诊疗效率可显著提升

周末冠名门诊不只是"前台"出诊的临床医生付出努力,还 需放射、检验、超声、核医学科、药剂等医技部门以及信息、设备、 后勤保障等"后台"部门的默默坚守。为此,上海十院统筹调度 全院资源,实现了周末门诊与工作日门诊的同质化,患者不仅可 以问诊、开药,更可以预约、接受各类影像与实验室检查,甚至还 能完成门诊与日间手术。 本报记者 左妍 通讯员 生星

## 第一天线

"方医生,我又来了。 按照你的建议,这个星期 我除了抽血查血常规、炎 症标志物,还要复查肠镜 了吧? 今天能开申请单

"方医生,我的药只剩 一周不到的量了,今天来 查一下肝肾功能,再开

"方医生,我最近一段 时间好几次便血,是不是 需要外科干预一下?"

虽然是星期日上午 但上海市第十人民医院的 "炎症性肠病专病门诊" 患者络绎不绝。虽然大多 数患者是三四十岁,个别 年轻的甚至刚刚二十岁出 头,但从病程上来看,却都 已是"老"病人。他们表 示,炎症性肠病需要长期 稳定的随访治疗,以往都 是工作日请假看门诊,次 数多了难免会让同事不 满,成了职场发展的"不稳 定因素"。如今,医院把门 诊时间延伸到了周末,大 大提供了便利。他们大都 选择周日来到消化内科方 蕾蕾主治医师的冠名门诊 -期一会"。

### 学做盘扣 老人享课堂新趣



日前,在松江区小昆山镇社区文化活动中心,松江区老年大学的学员跟着 老师学习古典舞和非遗盘扣制作。近年来,松江区老年大学紧密结合老年人 实际需求,不断优化教学并开设丰富多样的课程,为老年人搭建起学习、交流 和展示的平台,让他们在课堂中学习新知识、结交新朋友、享受新生活。

本报记者 陶磊 通讯员 姜辉辉 摄影报道

西南位育中学于细微处 展示立德树人特色

# 学生放心坐下倾诉 老师耐心陪伴成长

办公室,并没有特别宽敞。但是, 在一间间并不宽敞的办公室里, 每名老师的办公桌前都放着两把 一把是老师坐的,还有

一把是留给学生的。在课间,学生可以 随时来找老师问问题,也可以来聊天。

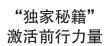
这是上海市特级校长、特级教师、上 海市西南位育中学党委书记金琪日前在 徐汇区"双特"联谊会"特级校长开讲啦" 活动上分享的故事。

### 轻松相处 拉近师生关系

"两把椅子"的想法,来自多年前一 名青年教师的灵感——初登讲台,带教 老师总是会"突然袭击"来听她讲课,久 而久之,这名青年老师发现了规律,只 要教室后排多了把椅子,就意味着这节 课师傅要来"督战"了。她想到,学校提 倡教师面批作业,如果在自己的办公桌 旁放把椅子,是不是也表明了老师的一 种姿态。

拥挤的办公室内,老师坐着听,孩子 站着说,这是常态。一把可以安心坐下 的椅子,给孩子们心理上带来的变化,是 悄悄发生的。"在问老师问题前,不需要 做心理建设,或者羞于开口,师生交流起 来从来没有距离感,我们甚至会主动和 老师分享自己的心里话和小秘密。"就读 干上海交通大学工业设计专业的校友陆 子暄回忆,正是这种轻松的师生相处模 式,养成了同学们落落大方的人格气质 和健康向上的心理素质。

办公室"坐谈"时间,也帮助老师发 现了学生心中的小秘密。数学曹老师发 现小杨近来有些萎靡不振。面批作业 时,曹老师了解到,小杨父母因装修房间 意见不合正在闹矛盾,导致小杨心绪不 安。于是,曹老师做起了"亲子老娘舅" 为小杨家进行调解。很快,小杨一家的 生活走上了正轨,夫妻关系、亲子关系都 得到了改善,小杨在学校的表现也越来 越好。



"教育,怎样才能真正触及心 灵,让成长自然发生?"金琪说,作

为一名从教四十余年的德育实践者,这 是她想得最多的问题。1998年,老校长 庄中文赠予她这名新党员一本小本子, 希望她"多学习、勤剪报"。她养成了记 录与反思的习惯,从老校长那里体悟着 "沂、小、实、亲、活"的德育智慧, 也带领每 一名教职员工,都成为"育德"的参与者。

结合校本读本《五常新说》,西南位 育中学"五常新说小讲堂"把现代思想有 机融入"仁、义、礼、智、信"中华伦理精 髓,为中学生铺就生命底色。班主任李 老师得知部分同学将在双休日晒支付宝 余额,担心攀比成风。于是,李老师结合 年级德育主题"立志定位"。在"五常新说 小讲堂"里,先请学生们站在学校的操场 上,看看可以观察到什么,再让他们站在 学校的最高处——屋顶花园眺望操场, 启发同学们思考, 讨论从中得到的启 示。学生们认识到了站得高、望得远的 道理。慢慢地,他们把眼光放向了更大 的世界,去思索"小我"与"大我"的关系, 学会运用"中和位育"的思想看待"进与 退""得与失""高与低"。

在家里和爸爸妈妈闹不愉快了,考 前心情烦闷,没有选上班委……不顺心 的时候,学生们会拿出老师给的西位"独 家秘籍",选择一个安静的地方,拿出纸 笔,沉下心来,分析心情不佳的原因和破 解的办法,激活继续前行的力量。

金琪坦言,学校也一直在思考,在人 工智能的浪潮中,作为一所拥有七年一 贯长周期办学实践的完中,应该怎样体 现人才培养的独特性。一方面,学校创 造"科文互融"的课程生态,让传统文化 课程与现代科技教育相得益彰,另一方 面,七年一贯的长周期办学模式,也拉长 了育人战线,让老师们可以用更从容的 节奏,陪伴孩子度过青春期的关键阶段。

本报记者 陆梓华

