

“中国好护士”耕耘社区护理 用温情编织“生命守护网”

# “总是安慰”37年，她的话是良药

今年，黄浦区打浦桥社区医院护理部主任何菁成为上海唯一荣获“中国好护士”称号的人。深耕护理工作37年的她并不擅长言辞，可每天至少要说500句话，这500句话是跟谁说的，说了什么，结果如何呢？昨天，记者跟何菁聊了聊，探寻37年里的“每天500句”的真谛。

## 暖心陪伴

当年，原本打算投身金融行业的何菁进入卫校学习护理专业，毕业后进入医院工作。最初的见习护士工作既辛苦又单调，直到有一天，何菁目睹了急救室里一场生死抢救，更直观地理解了自己的职业价值——一位熟识的师姐因普鲁卡因青霉素过敏陷入休克，现场医护协力抢救，使其转危为安。原来，挽狂澜于既倒是如此争分夺秒，专业、勇气、力量，无论哪一样，都让人肃然起敬。

医家有句名言：“有时治愈，常常帮助，总是安慰。”社区护理能做什么呢？打针注射、测量血压、创口护理，抑或是贯穿操作间隙的俯身倾听、关怀慰藉、感同身受。37年来，何

菁在平凡的岗位上做平凡的事，从新人护士成长为骨干主管护师，再到护理部主任，何菁带领团队共同织就最亲、最近、最紧的社区健康“守护网”。

工作中，她形成了每天说500句话的习惯，包括跟病人及家属交谈，了解病情，缓解焦虑，洞察健康风险，及时干预化解风险等等。去年8月，76岁的周先生单独来打浦桥社区医院就诊，等电梯时突感双腿无力，一下子瘫倒在地。闻讯后，何菁迅速协调中心医护团队赶赴现场施救。全科、外科、护理以及后勤保障等部门的多方协同，为患者高效、系统地完成了心脑血管类疾病以及骨折的风险排查。其间，何菁通过就诊信息，与家属取得了联系，让病患和家属真切感受到暖心陪伴、坚实依靠。

## 青出于蓝

37年来，如此生死危难中的慰藉，发生过无数次。在社区医院，丰富的临床经验、临危不惧的冷静协调，让何菁的职业生涯一次次刷新救死扶伤的纪录。而她带领的护理团队

也不断壮大，如今有三十多名护士，不少是“90后”，其中四名还是男护士。

薪酬满意吗？工作满意吗？打算离开吗？当记者抛出这些问题时，年轻的护士们就会笑成一朵花。“满意，很满意！”“离开？没想过，怎么会呢！”他们回答得很爽快，也很率真，看得出，这个团队的幸福指数不低。为什么呢？因为在里，成就感、幸福感、获得感，一样也不缺。

2005年，深化医药卫生体制改革，社区护理也正面临深刻变革。何菁转岗至打浦桥社区医院，岗位职责也由“专注于疾病治疗”延伸至“患者整体需求”，由“被动治疗”变为“主动管理”。因此，更扎实的专业技术、更卓越的学习能力，写进了何菁的新职业规划。迄今，她已拥有多项护理岗位执业证书，更鼓励团队所有年轻人以专业能力赢得职业价值，青出于蓝。

每天至少500句，不少话也是团队里的师傅交流。“一群人、一条心、一件事、一起拼、一定赢”——这是打浦桥社区医院的座右铭，更是何菁团队的价值观。

## 驿心大道

近年来，何菁团队荣获上海市“巾帼文明岗”称号，发表论文30余篇。同时，何菁持续深化护理人文建设，塑造IP吉祥物“护护”，推出打浦智慧科普家族—叮叮形象，以“二次元”生动传播社区护理关键词；不断加大科普传播力度，先后打造数档健康科普系列节目并成为护理科普“代言人”，开创交互式科普模式，设立护理中心集市。

何菁团队还推出“菁菁信箱”，以线上线下图文媒介构建起“医患之桥”；带领各科室医务成员共同推出打浦中医小郎中—驿心研学一百名学生记者探访社区医院“三部曲”，沉浸式体验社区健康守门人的医教融合。

今天，当您走进打浦桥社区医院大门，大楼旁小路边有个路牌，上书“驿心大道”——小路，也是大道；在这里，“何菁”们每天500句，那是病患的心灵驿站，是通向社区健康的康庄大道。

本报记者 姚丽萍

# 不负暖阳 不负秋日

这两天，暖阳洒满申城，种满梧桐行道树的街巷犹如换上一袭“美拉德”色系的“时装”，阳光透过枝叶洒下斑驳光影，为老洋房与红砖墙面增添诗意。武康大楼前，游人络绎不绝，几位老外趁着夕阳自拍合影留念，旁边商家设计的秋日艺术装置也吸引众多游人拍照留念，“邂逅”上海秋日的惬意与浪漫。

本报记者 陈梦泽 摄影报道



▲ 老外忙着与武康大楼“合影”  
▶ 游人骑着自行车欣赏风景  
▼ 梧桐树影倒映在老洋房墙面上



# 这家银行为何投资『一碗馄饨』

本土银行金融赋能海派文化发展

在光影交织的电影世界里，一部用沪语演绎上海市井肌理、都市新老年人生活境遇的《菜肉馄饨》即将“上桌”。

为把独特的“上海味道”呈现给大众，这部电影从剧本走向银幕的背后，包含了金融机构创新服务支持电影制作的贡献，是本土金融赋能海派文化的又一次实践。

记者了解到，2024年底，上海银行与市广播影视制作业行业协会的日常交流中，捕捉到《菜肉馄饨》项目——一个以上海弄堂为背景，通过一碗家常馄饨串联起两代人情感与城市记忆的故事。

“我们看到项目的潜力和价值：对沪语的保护、对城市记忆的留存以及对海派文化精神的弘扬。正是这份超越纯商业至上的洞见，促使双方迈出了合作的第一步。”该行深度评估了剧本价值、文创团队能力和潜在的文化消费市场等因素后，通过抵押贷款将无形的文化价值转化为可信的金融支持。

不仅如此，这家银行还主动为《菜肉馄饨》充当“资源连接者”。明天，该片将正式上映，银行在遍布市中心的50余家网点布置《菜肉馄饨x上海银行》联名宣传海报，结合美好生活工作室等客户服务场景，联动特色商圈、影院，为这部电影的“出圈”搭建更广阔的舞台。该行工作人员说：“后续，我们将联合大光明电影院，包场为老年客群奉上‘观影大餐’。”

该行表示，对《菜肉馄饨》电影的金融服务案例，对于后续推广覆盖到话剧、非遗传承、本土音乐剧等多样化文化领域带来借鉴。工作人员表示：“一碗‘菜肉馄饨’，品尝的是正宗上海味道，而银行方面的‘金融+文化’创新实践，也氤氲着‘本土银行支持本土文化’热气腾腾的诚意，为今后更多滋味丰富的文化产品走向市场、为人民群众供应源源不断的精神文化大餐打开了广阔空间。”

据悉，这家银行近年来主动贴合、走近客户，充分了解并挖掘客户对综合金融服务需求，例如携手黄浦文旅，以创新“文化养老”为切入点，从对公合作向对私拓客延伸；携手大光明电影院，组织5场专属老年客户观影活动，覆盖客户超200人，以“金融+文化”赋能老年客户生活。

本报记者 杨硕