

一位社区护士与健康服务的“最后一公里”

雨中上门:专业与温暖如约而至

严美君用专业的服务让病人安心

唐敏 摄



第 医 线

实习生 唐敏
本报记者 左妍

4月的上海,天气阴晴不定。上午8点20分,天空飘起了细雨。华阳街道社区卫生服务中心门前,护士严美君熟练地背起沉甸甸的医疗包,准时踏上了上门服务的路程。

无需导航,辖区内纵横交错的弄堂、历经岁月的老公房,乃至每位服务对象家的门牌号,都早已清晰地刻在她的记忆里。

这一天,记者跟随她的脚步,记录下这位社区护士上门服务的一天。

严美君在为老人处理伤口
采访对象供图

一上午跑三户人家

第一户人家是住迅发公寓的张奶奶和赵爷爷。两位老人均已92岁高龄,但精神矍铄,气色很好。

“依好啊,我来了呀。”严美君笑着推门而入,放下医疗包便迅速投入工作,戴口罩、手消毒、铺置操作区,动作娴熟流畅。张奶奶在一旁坐定等候,眼神里满是信赖,彼此早已形成无需多言的默契。

“放松啊。”严美君轻声叮嘱,取药、注射行云流水,手法轻柔得几乎让人没有察觉。退休前同为医护人员的赵爷爷看在眼里,连连点头称赞:“你手法好,打针一点不疼,血压也测得准。”

严美君笑着摆手回道:“你都夸得我不好意思了。”注射结束后,严美君没有急着离开,而是俯身细心叮嘱老人多活动、少久坐,反复交代两句才转身奔赴下一户。

走出迅发公寓时,雨势明显加大,细密的雨丝打湿了她的发梢。为了不让下一户久等,严美君把雨衣帽子又拉了拉,加快了脚步,身影很快融进雨幕里。

第二户人家住在典型的老公房,没有电梯。严美君踩着楼梯爬上三楼。祁爷爷的女儿开门后忙招呼她:“小严来啦,快进来!”一边说,一边转身朝屋里高声招呼父亲。祁爷爷是家床病人,早年当兵时髋部中弹受了伤,行动不便,大多数时间都卧床休养。

屋内,93岁的祁爷爷正躺在床上休养,老人有些耳背。严美君走到床边,凑到他耳边轻声呼唤了几声,祁爷爷才缓缓睁开眼,辨认

出是她,含糊地应声:“是小严啊,快坐。”严美君便顺势蹲在床边,小心翼翼地完成了注射。

第三户人家,是她服务了十余年的老熟人了。周奶奶76岁,患有高血压、高血糖等慢性病;史爷爷77岁,长期大小便失禁,因此外出就医十分不便。

严美君先走到史爷爷床边,轻轻掀开他的衣袖,为他测量血压。看着血压计上的数值,她笑着轻声说道:“你血压保持得很好!”

随后,她来到周奶奶身边。严美君跟这位奶奶格外亲,平时都亲昵地喊奶奶的小名“毛头”。周奶奶说起自己最近血糖总是忽高忽低,心里有些着急。严美君一边查看她的血糖记录,一边耐心叮嘱起饮食细节:“高血压一定要少盐清淡,米饭每餐控制在一拳头大小就够了,身上记得随身带点糖,万一头晕心慌能及时防止低血糖。”

出门后,严美君笑着跟记者说:“周奶奶特别可爱,每天早上都给我发早安问候,还有不少养生小视频呢。”

临近中午,雨渐渐停了。一上午的时间里,记者跟随严美君走访了三户居民。结束上门服务后,她匆匆回到站点,麻利地整理医疗物资、核对服务记录,几乎没有停歇,又转身回到办公室处理各项日常工作。

老年人的“健康管家”

听严美君讲上海话,很容易让人以为她就是土生土长的上海人。实际上,她在安徽滁州长大,19岁才来到上海工作。

刚参加工作时,严美君遇到的第一道难关并不是专业技术,而是语言。她服务的居

民大多是上海本地老人,不少人习惯使用上海话交流,用普通话沟通并不顺畅。为了拉近与老人的距离,把健康服务做到位,她利用业余时间一点点自学上海话,从日常问候到医疗专业用语表达,逐渐熟练起来。如今,她已经能够用一口流利的上海话与老人顺畅交流。

在长期入户服务的过程中,她逐渐体会到,上门护理不只是简单的打针、测血压,其实背后藏着很多不为人知的风险与责任。与医院规范化的病房不同,家庭环境条件各异,器械与无菌保障相对有限,大多数情况下护士需要独立上门完成操作,没有同事可以搭手支援,这对护士的专业判断和应急处置能力提出了更高要求。

谈及这些年的经历,严美君印象很深的一次,是一位阿婆在空腹状态下准备测血糖时,上厕所过程中突然晕厥倒地,头部撞击后鲜血直流。面对突发情况,她没有丝毫慌乱,立刻用干净毛巾按压止血,小心调整老人体位保障安全,同时迅速拨打120急救电话,在狭小拥挤的房间里有条不紊完成现场急救,为后续救治争取了宝贵时间。

也正是在一次次这样的入户服务中,上门护理的内涵被拓展。严美君和同事们不只是简单执行操作的护士,更像老人们身边的“健康管家”。

由于信息渠道狭窄,很多老人缺乏系统的健康知识和就医指引,因此每次上门,除了打针、换药、量血压等基础护理,严美君还会耐心做好用药提醒、饮食指导、康复锻炼和心理安抚,将健康宣教自然融入护理中。

服务内容不断拓展

自19岁进入华阳街道社区卫生服务中心工作,一晃二十多年过去了。从当初青涩的小姑娘,到现在上门护理团队的元老级骨干,这些年,严美君也见证了社区上门护理的发展历程。

随着人口老龄化加剧,大量高龄、失能老人长期居家,医疗服务需求不断增加,而传统医院体系难以完全覆盖这一群体,“最后一公里”逐渐成为基层医疗服务的关键断点。上海自2010年探索家庭病床服务以来,上门护理逐步走向规范化、制度化,并在“互联网+护理服务”等政策推动下持续拓展。在这样的背景下,严美君和她的同事们,成为连接医疗体系与家庭空间的重要纽带。

长宁区华阳街道社区卫生服务中心逐步建立起一支稳定的上门护理团队。目前团队共有11名专职护士,服务覆盖街道4个网格、21个居委会,每年完成上门服务约2000人次,服务内容从采血、输液、导尿等基础护理,延伸到伤口护理、PICC维护及安宁疗护等专科领域,全方位满足居家老人的护理需求。

在这支队伍中,严美君既是一线服务者,更是年轻护士的带教人与引领者。她长期承担实操指导、业务培训、技能竞赛带队工作,将二十余年的基层护理经验传递给年轻护士,手把手教学、点对点指导,带动团队整体能力不断提升。中心还依托区域医联体、护联体平台,与二三级医院建立联动机制,实现护理会诊和绿色转诊,让社区护理具备稳定的专业支撑与坚实的安全保障。

『纸电共读』帮读者『种草』好书

上海交大图书馆超七成读者被『导读』后成功借书

本报讯(记者 易蓉)上海交通大学图书馆今天发布《2025年上海交通大学阅读报告》。数据显示,过去一年,交大师生电子书下载量高达265.18万次,是纸质图书借阅量的20倍;同时,AI借阅机试运行以来,成功引导超过七成读者完成借阅操作。

在阅读偏好上,交大师生呈现出人文与科技并重的特点。文学类图书中《明朝那些事儿》居借阅榜榜首,社科类《经济学原理》最受欢迎,计算机与人工智能领域《机器学习》借阅量领先。学术文献下载量同样可观:全文期刊及会议录下载量达4623.3万次,同比增长13.1%。

上海交大图书馆于去年11月试运行AI纸电一体自助借还机,实现了阅读服务的多项突破。这台设备可在读者借阅纸质书时,自动推送相应的电子书至邮箱,形成“纸电同步”的借阅模式。同时,机器搭载的AI阅读引擎同步生成内容摘要与章节导览,辅助读者在借阅前判断图书价值。数据显示,75.7%的接触读者在获得AI解读信息后完成了借阅操作。

上海AI实验室发布“书安”系统
让识别危险成为AI的“本能”

当AI智能体加速狂奔入海,谁来给它们拴上“安全绳”?近日,上海人工智能实验室发布“书安”智能体操作系统(Intern-Shannon),以内生式安全、产业级智能为核心能力,聚焦高安全需求的产业智能化转型,直击AI规模化应用核心痛点,高效支撑AI从任务层、业务层到战略层的高安全、全链条、智能化应用落地。

全流程护航

“AI带来的风险依然在人类设置的围栏之中,但它冲向围栏的速度的确比想象中更快。”上海人工智能实验室主任助理、领军科学家胡侠说,“安全并非要给AI踩刹车,而是要打造出‘原生安全的AI’让技术持续高速发展。”

为此,“书安”基于“安全即服务”模式,打造了一套安全、可信、可控的运行底座。以上海AI实验室近期开源的“colleague.skill”为例,“书安”能无缝接入并全方位护航此类复杂应用,让底层数据交互与操作

执行全面处于可监控的闭环中。

记者了解到,“书安”能准确识别出该请求涉及的数据隐私泄露与权限越界采集等风险,并及时实施执行阻断。

“上海AI实验室推出了系列书生大模型,既有‘书生’以文启智,亦有‘书安’以安护航,一智一防、相得益彰。”胡侠介绍,“‘书生’以学识应变,‘书安’以安全护航,使得技术既能前瞻创新,又能行稳致远”。

三层机制协同

“书安”聚焦产业级高安全需求,构建了“底层隔离—流程守护—认知进化”三层安全机制,实现从底层到内核的多层协同——

最底层的硬件级沙箱A3S-Box,可以理解成为银行为客户提供的“独立保险箱”。当智能体执行代码或敏感任务时,系统会即刻创建一个轻量、与外界隔离的“虚拟房间”,供任务在其中安全运行,结束后即刻销毁,预防风险蔓延。

“书安”内嵌了200余位“数字安全员”,可在模型安全、过程安全、输出安全三个层面实现全天候安全守护。在模型层面,可有效抵御底层架构的恶意篡改攻击;在过程层面,自研旁路监控系统ClawSentry在不拖慢业务运转的前提下,实时监测提示词注入、数据泄露等20多类异常;在输出层面,严格开展合规审计,过滤失实与违规内容。

上海AI实验室还提出了“Make Safe AI”理论——真正的安全不能仅靠外部拦截,而是要重构AI的底层认知结构,让安全成为其默认本能,让危险行为在AI眼中“不可合理化”。为此,“书安”构建了“双螺旋自进化引擎”:在隔离环境中,系统通过实时提取行为轨迹并结合强化学习,持续提升AI底层免疫力;同时通过反馈机制重构核心逻辑,将安全沉淀为本能。如今,面对复杂诱导,智能体已能自发拒绝高危指令,实现了从被动防范向内生免疫的跨越。

本报记者 邵阳