

首届上海市卫生计生行业青年志愿服务项目大赛举行 用志愿服务助推“健康上海”

“八年医学岁月长，费思量，科普忙。紧急救护互相帮，奉献爱心你最强。”在“志愿汇聚文明力量，青春建功健康上海”首届上海市卫生计生行业青年志愿服务项目大赛的现场，来自社会各界的医疗卫生项目进行着火热比拼。随着人们对医疗服务需求的不断升级，上海的青年医师们也在用各自的青春方式来提升服务水平创新度和服务对象感受度。他们通过各具特色、各显身手的志愿服务，建功“健康上海”，让医疗事业更有温度。

青年报记者 陈诗松 陆安怡

全民推广生命教育 学习如何直视死亡

项目名称: 直视骄阳·从安宁疗护到生死教育
发起单位: 上海市静安区临汾路街道社区卫生服务中心

“人不能直视死亡，正如人不能直视骄阳。”对大部分人来说死亡是未知的，是令人恐惧的，是黑暗的，是无法直视的，而死亡又是每个人都必须经历的。

在上海市静安区临汾路街道社区卫生服务中心，安宁疗护服务收治的是治疗无望、生存期在三个月以内的末期癌症患者。这些临终患者家庭面对死亡承受着巨大的身心压力。“同时，在我们中心二十多年的实践中发现，推动安宁疗护最大的阻碍是社会大众对死亡的传统观念，因此我们在不断继续探索有效的安宁疗护服务模式的同时，也在探索如何加大对安宁疗护理念的普及推广，加强对社会大众的生命教育。”项目负责人说。

“直视骄阳·从安宁疗护到生死教育”由此诞生。一方面，这是一项志愿者服务项目。依托中心安宁疗护平台，招募来的志愿者针对临终患

者及家庭开展临终关怀服务，从而减轻临终患者的痛苦、遗憾和恐惧，让临终家属带着逝者的美好回忆重新回归生活。

另一方面，这也是一项为志愿者服务的项目。项目关注志愿者自身对生命的认识，因此，在提供志愿服务的同时引导志愿者积极思考死亡，提升志愿者对生命的认识，培养正确的生死观。

从2016年开展至今，“直视骄阳·从安宁疗护到生死教育”通过开展家属工作坊，帮助临终患者家属分享照料经验与生命历程，增进了同辈群体的交流，加强了同辈群体的支持系统。

同时，项目又探索出可复制推广的生命教育课程。“提升社会对舒缓疗护的了解度和接纳度，传递‘向死而生’的死亡观，这是我们自始至终在努力的目标。”项目负责人说。

医教结合打造品牌 吸引青少年“目”浴阳光

项目名称: “目”浴阳光 预防近视健康促进公益大行动
发起单位: 上海市眼病防治中心防治科

近年来，我国青少年近视率居高不下，已逐渐成为影响儿童青少年健康的主要公共卫生问题之一。为遏制儿童近视患病率不断攀升势头，上海市眼病防治中心防治科发起了“目”浴阳光预防近视健康促进公益大行动，推进儿童近视防控工作。

和以往传统的近视防控宣讲不同的是，“目”浴阳光吸纳了各类社会资源，“脑洞大开”地去创新活动形式，不仅开发出了公众喜闻乐见、寓教于乐的公益项目，更打造了爱眼公益品牌，深入到青少年的内心。

亲子健康跑、户外嘉年华、草木大搜索、动物大搜索……各类有趣的

爱眼公益项目应运而生。

同时，“目”浴阳光行动延伸开发制作图文并茂的儿童护眼绘本读物以及拍摄微电影等，使全市所有幼儿园和中小学校可享有一整套眼健康教育资源库。

“在创新项目的实践中，我们实现了健康促进的多个转变，包括从纯粹知识灌输转向行为促进改变、从事业单位传统孤身作战向广纳社会资源参与转变、从单一专业形式向多学科交叉融合转变等等，使得项目向更专业、更可持续的方向发展。”项目负责人介绍说。

聚焦青少年健康问题 拍摄趣味科普视频

项目名称: 《酱紫的蛙》健康科普系列视频栏目
发起单位: 长宁区疾病预防控制中心

“科普蛙”讲脱口秀引出青年健康问题，医务青年为之答疑解惑，这是健康科普视频《酱紫的蛙》的核心内容。“酱紫的蛙”名称源自网络用语，意为“是这样的吗”，它是一部长度在6分钟左右的短剧集，由长宁区疾病预防控制中心专为青年和儿童群体打造，以新媒体为途径传播健康和医学知识。

除了视频之外，这支项目团队还组织线下授课，将有趣的健康知识送到小学、暑托班等课堂，深受小朋友的喜爱。

青年目前面临的最主要的健康

问题是运动损伤、减肥、育儿、抑郁焦虑等，而少年群体的问题则主要集中于预防近视、龋齿、食育等。

为此，长宁区疾病预防控制中心于2016年起，创办了《酱紫的蛙》项目，将服务对象定位为青少年群体，在剧中设计了幽默的“科普蛙”，并用脱口秀方式，抛出青年关注的健康问题，再由长宁区各医疗机构的医务青年为之答疑解惑，并在片尾邀请了长宁各行业的“达人”配唱一首科普片尾曲。它让青年人在观赏过程中提升健康意识，同时缓解压力，起到寓教于乐的作用。



青年医师们通过各具特色的志愿服务，建功“健康上海”，让医疗事业更有温度。

受访者供图

陪伴玩耍白衣天使为孤残儿童成长铺路

项目名称: 手术室广慈儿福院项目
发起单位: 上海交通大学医学院附属瑞金医院

这是一个晴朗的午间，志愿者陪伴孩子们玩耍、阅读，为他们清洁玩具、打扫房间，传来了爽朗的笑声。瑞金医院手术室志愿者队怀着“愿做孤残儿童成长路上铺路石”的热忱，已经守护了孩子们将近9年时间，并将继续传递这份关爱。

在院训“广博慈爱，追求卓越”的指引下，瑞金医院手术室护理团队从2010年开始到广慈儿福院服务。如

今，项目核心团队为6人，参与志愿者总人数已经达到134人。

值得一提的是，志愿者在服务中，融入了医务工作的专长和优势，为有需要的孩子安排体检、就诊、住院、手术、康复等医疗服务。

志愿者们纷纷表示，只要孩子有需要，团队定会竭尽全力地帮助他们，衷心祝愿孩子们能拥有阳光般温暖的童年。

守护花季 传播青春期知识

项目名称: “关爱青春，守护花季”青春期性教育
发起单位: 复旦大学附属妇产科医院

足迹遍布了上海50多所中小学，受益对象近4万人——这是“关爱青春，守护花季”青春期性教育项目成立8年来努力的成果。这支团队致力于向青少年传播正确的青春期性生理知识。

项目由“红讲台”讲师团团队执行，他们授课的阶段包括小学和初中，尤其是农民工子弟学校。

为了扩大项目收益面和效果，他们走进课堂、送教上门、夏令营、援助贫困地区等，传播正确健康的青春知识。

对于未来，“红讲台”讲师团计划每年进行30场中小学讲座，并开展线上讲座，同时每年还将组织基层妇幼保健医生和中小学保健老师培训。

塑造“医苑新星” 带动健康科普更时尚

项目名称: “医苑新星”医师学院
发起单位: 上海浦东新区智尧公益服务中心

“新时代医学健康科普的要求是：年轻、时尚、有趣、流行；然而，健康科普的现状和人们喜闻乐见的内容形式还是有一定的差距。”在上海浦东新区智尧公益服务中心的负责人看来，人们需求与传统健康科普内容之间的落差、人们接受的课程形式与传统健康科普标准形态之间的落差，以及大家对互动性的需求与传统单一授课模式之间的落差，造成了“健康科普传

统与时代的脱节”。

“传统的健康科普必须要提升。”“医苑新星”医师学院由此诞生，这个项目的创意之处，在于将新的思路与新的“造星”推动机制巧妙结合，既培养出了一批有范儿、有内涵的医疗界“新星”，又通过这些“新星”的力量，更接地气地推动健康科普的普及。

据介绍，该项目如今开发出了核心课程课件50余门，涵盖多个学科科室，形成了跨学科的健康科普课件。