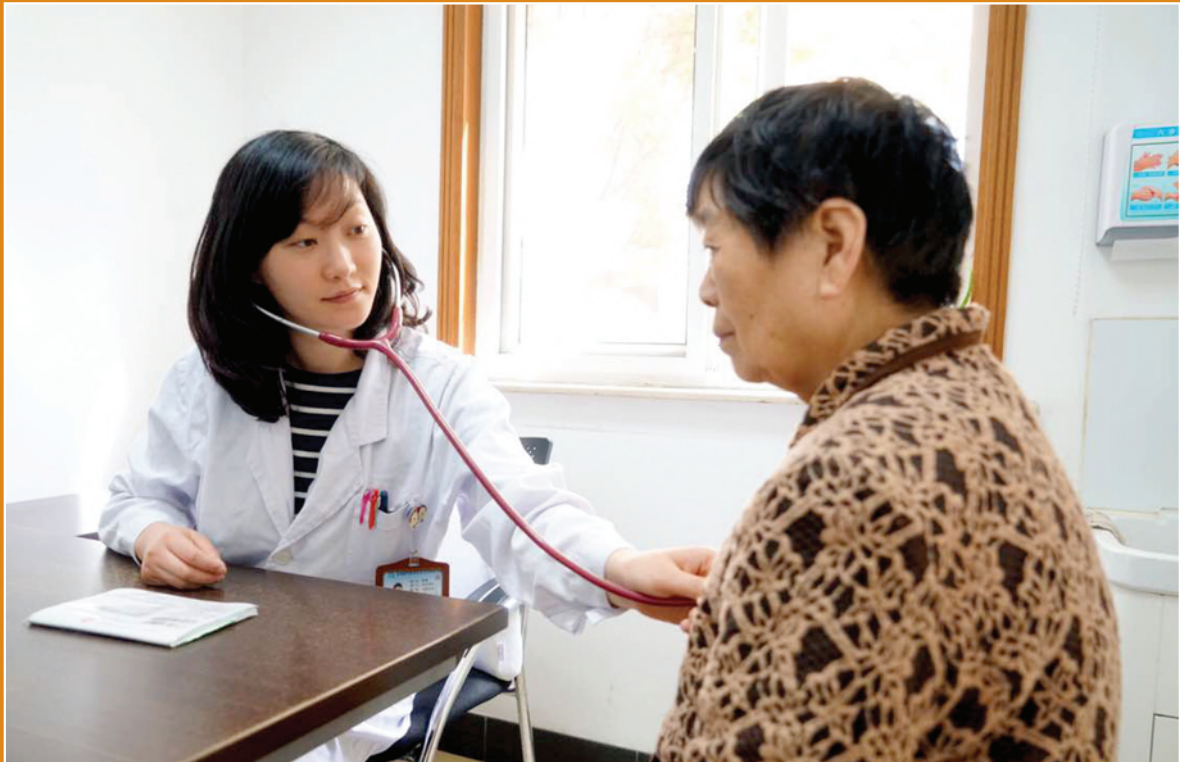


“中国医师奖”获得者——80后家庭医生陈晨： 做家门口的露珠为居民健康发光

奋斗的青春 最幸福

在今年的首届中国医师节上,这位来自上海市静安区彭浦新村街道社区卫生服务中心的团队长——“80后”上海姑娘陈晨代表上海家庭医生,获得了“中国医师奖”的荣誉称号。她和中国工程院院士、海军军医大学校长孙颖浩,上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院推拿科副主任龚利以及中国科学院院士、复旦大学附属中山医院心内科葛均波教授一起,站上了全国的舞台。

青年报记者 顾金华



陈晨为社区居民看病。

受访者供图

是家门口的医生 更是居民心中的“女儿”

1982年出生的陈晨是个漂亮的上海姑娘,和居民说话的时候总是轻声细语,脸上带着甜甜的微笑。在彭浦街道的许多居民心中,陈晨不仅是家门口的医生,更像是自己的“女儿”。

“今天我女儿要来,我把门开着,免得她到了敲门我听不见。”80多岁的张阿婆是陈晨的“铁杆粉丝”。张阿婆患有多种慢性疾病,在签约陈晨的家庭病床之前,张阿婆的女儿每周都得请假陪她去三级医院挂号看病配药,有时候一天要挂三个科室。自从陈晨主动通过社区信息查询系统找到张阿婆,为其建立健康档案又开具延伸处方后,陈晨就成了张阿婆每周必见的“家门口”的医生。“现在身体哪里有个不舒服,都会马上找到陈医生,她真的比女儿还亲。”张阿婆说。

像张阿婆这样的“粉丝”还有很多。辖区居民李老伯在一次健康体检

中发现大便隐血呈阳性,原本准备到大医院做个全面检查。李老伯属于低保人群,为了省钱便拿着化验报告找到了签约的家庭医生陈晨。在详细询问了李老伯的病史,化验指标及用药情况,结合肛指检查无异常发现后,陈晨判断李老伯是因为长期服用阿司匹林等抗凝药物且剂量偏大,导致大便隐血阳性。之后陈晨给出了专业合理的建议,减少了不必要的医疗费用支出。果然,在后来的数次复查中,检查结果都变成了阴性。

作为一名社区医生,除了门诊看病外,陈晨经常会下沉进入社区,与居民面对面,依托社区卫生服务站,进行健康宣教、慢性病管理等工作。陈晨说,一个电话、一句提醒、一个建议、一次关心都会让社区居民感到安心和温暖。长时间的相处,她早已和签约居民成为血脉相连的亲人、互相信赖的朋友。

关注居民心理健康 成为社区的“心灵鸡汤”

“最近天气很好,怎么也没出去走走?这次血压控制地不是很好,是不是遇到什么烦心事?”面对陈晨的耐心询问,李老伯才说出最近心情不好的原因,“楼上居民洗空调,把水都滴在了我家窗户上,也不来打个招呼。”……60多岁的王老伯是陈晨的老病人,每次来看门诊,他都会和陈晨聊会儿天。

几年前,在一次社区居民高血压随访过程中,陈晨发现王老伯血压一直控制不好。在仔细询问了病史,做了相关辅助检查排除了可能的影响因素后,她开始考虑是否存在其他方面的原因。后来,她多次带着家庭医生助理上门家访,和王老伯详细交流,主动关心和耐心倾听,终于找到了症结所在。原来最近王老伯和隔壁邻居因为琐事发生纠纷,导致他情绪低落、焦躁不安。她立即联系了居

委会干部,一起上门参与调解,并用所学知识及时给王老伯做了心理疏导。终于,王老伯与邻居的纠纷解决了,波动的血压也平稳了下来。

陈晨告诉记者,在社区老年人和慢性疾病的患者中,心理疾病的发生率很高。怎么样才能帮居民更好地进行慢病管理?陈晨自觉相关知识不够,毅然报考了同济大学在职研究生,为自己“充电”,并以优异的成绩获得了精神病与精神卫生学的硕士学历和学位,把学到的知识应用于诊治过程中,成为了社区的“心灵鸡汤”。

博极医源,精勤不倦,病人的信任来源于医生的技术。陈晨说:“心理上的疾病往往比躯体上的疾病更难被发现,也难怪被治愈,我要用我所学的心理知识,去帮助那些亟需帮助的人。”

国际航班内上演空中营救 赢得抢救时间

2014年开始,陈晨的丈夫被长期外派国外,而她自己工作繁忙,丈夫孩子都顾不上。她曾经想要放弃医生这个职业,辞职带着儿子与丈夫团聚。可是陈晨有自己的理想、信念,也放不下那些熟悉、依赖自己的社区居民,放不下家庭医生这个维系居民健康的岗位。终于,她留下来的决定得到了家人的理解和支持,工作和生活也慢慢步入新的轨道。

2015年7月底,陈晨带着儿子去探望在欧洲工作的丈夫,在雅典赴巴黎的飞机上,广播里传来了乘务长焦急的声音:“如果我们的乘客里有医生的话,请马上到飞机前部,我们需要您的帮助。”作为一名医生,她第一时间就站了起来,用英语说明,愿意以一名中国家庭医生的身份提供帮助后,乘务长马上提供

了这位乘客的基本资料。原来这是一位脑外伤两周的病人,陈晨利用飞机上一些简单的医疗设备,为病人进行了检查和紧急处理,虽然病人情绪慢慢稳定下来,但是血压、心率等基础体征仍然不稳定,而且伴有头痛、呕吐。作为这架飞机上唯一的医生,机长听取了她的建议——应该为这位病人赢得宝贵的抢救时间。不久,飞机提前降落在里昂机场,病人被安全转送到医院。这时,乘客们纷纷为这位来自中国的家庭医生热烈鼓掌。

虽然对家庭照顾的并不多,但是陈晨在从医道路上的这份执着,也影响到了她的儿子。8岁的儿子曾经很认真地对她说,“妈妈,你很伟大,以后我也要做医生。”那一刻,陈晨坚信自己这么多年的努力是正确的。

带领85后团队 做社区居民的“健康守门人”

2003年毕业的陈晨是上海市首届全科规范化培训学员,入选过上海市青年医师培养计划并获优秀毕业生称号,还曾先后赴英国和美国学习全科医学。通过社区医疗岗位风雨十五载的历练,陈晨已经从一名跨出校园的小医生逐渐成为了社区居民口中的“健康守门人”。

在执业的十五年间,陈晨先后参加了上海市的全科规范化培训及上海市青年医师培养计划,这些培训都会注重培养全科医生的综合能力。但是,陈晨发现,现实中大部分的培训还是以临床为主,而且内容仅仅局限于理论层面反复讲解,全科医生无法在培训中获取更新的知识 and 实际的成长,需要更切合社区需求的课程,多一些案例性、实践性的课程。

在彭浦新村街道社区卫生服务中心,陈晨带领着一支以“85后”为主的20人家庭医生团队。生活中热情、开朗的陈晨,带教学生时却非常

严格。有一次在对居民慢病随访的过程中,陈晨发现团队里有一名年轻医生签约的居民信息不真实,当即对这位医生进行了严厉的批评教育,随即要求队员对每位居民的信息进行重新核实,并合理规划自己的工作。“不过,虽然他们偶尔也会犯错,但这支队伍充满了朝气和干劲,大家忙碌而快乐,让我对家庭医生这支队伍的发展充满信心。”陈晨说。

目前,彭浦新村家庭医生签约率在全市范围内名列前茅。在陈晨的带领下,她所在的街道社区卫生服务中心家庭医生团队已经成为居民心中“小病的医生、大病的参谋、重病的亲人、康复的助手”。

“在数百万的医护人员中,我觉得自己微小的如同每天清晨树叶上的一颗露珠。但我坚信,露珠虽小却能折射出巨大的光芒,我愿用自己的实际行动为社区居民的安康释放出全部的能量。”陈晨说。