

传递海派中医文化做公益追光者

从社区到学堂,感受中华文化的博大精深

社区益诊室、海派中医公益学堂、中医药职业体验开放日……2012年,上海中医药大学附属曙光医院——众壹志愿者服务队正式成立。每年,百余名社会志愿者走进医院,协助患者顺利就医;医务志愿者也从医院走出去,通过中医药进社区、开办科普学堂等形式助力大众健康之路,同时还为中小学生带去生动的职业体验课,让他们感知中华文化的博大精深。如今,曙光医院现有注册志愿者1500余名,全年的志愿服务总时数达9000小时,惠及居民万余名。2016年,曙光医院拍摄的《手术室的绿衣天使》荣获上海公益广告大赛优秀奖。

青年报记者 李金哲

坚持 13年为12户困难家庭免费体检

13年前,上海中医药大学附属曙光医院的前身“四明医院”,由宁波同乡会在八仙桥创建。其建院的初衷即是免费为贫病者施医送药,救济疾苦。

社工部主任曹康告诉记者,曙光的志愿者服务队之所以取名为“众壹”志愿者,源于它与“中医”谐音,寓意为“众人一心”、牢记初心,传承四明人文宗旨。曙光医院作为上海市志愿服务基地、上海市公益基地,共有八大特色志愿者项目,包括:定点帮扶的青年文明号健康快车项目、备灾减灾的红十字人道救助项目、海派中医公益学堂的“曙光益诊室”项目、为残障患者开设护理学堂的南丁格尔志愿者项目、四明海派中医人文关怀服务项目、血透患者家庭社会支持项目、肿瘤患者PICC上门维护项目以及为中小学生及社区居民打造的中医药职业体验开放日项目。

在全国青年文明号-曙光医院检验科的健康快车项目中,最令医护人员印象深刻的是探访一位脑瘫患者

家庭的场景。30余岁的患者,与他生命、精神和肉体捆绑在一起的竟然是他身下的那一张狭小的床。为了防止孩子自残,多年来,父亲不得已只能将他的手脚绑在床上。为了给孩子看病,父亲很早就放弃了工作,每月只能领取低保过生活,可以说已经家徒四壁。面对这种无奈的残忍,急需社会各界的帮扶。曙光医院医护人员率先支持。自2006年以来,医院就与邻近的北蔡社区达成定点帮扶,由检验科(全国青年文明号)的医护人员担任志愿者,为这样的患者家庭免费上门体检。

“很多时候,患者无法控制自己的身体,‘误伤’医护人员也是常事。”曹康告诉记者。虽然如此,从一线归来,他们更坚信了自己的使命,救死扶伤,依托职业优势奉献更多爱心。

如今,曙光医院已经连续13年为北蔡社区12户困难家庭提供免费的上门体检服务。检验科医生告诉记者,每次上门,他们最关心的是困难家庭人员的身体健康;而最欣慰的是,他们的状况都保持平稳。



▲上海中医药大学附属曙光医院的医师进社区为市民义诊。

▲志愿者教授市民如何抓中药。

传递 公益学堂传递海派中医文化

上海是海派中医的发源地,曙光医院历经了海派中医流派的传承发展与创新,历史十分光辉。但让沪上中医人感到无奈的是,社会上掀起的“中医热”,有时并不是真正的“中医”热,真正的中医药文化和中医药科学在百姓中的传播和推广还相当不足。

由于中医准入门槛较低,中医水平良莠不齐,再加上社会上诸多打着中医旗号的不良商家虚假宣传,给中医造成了不良影响,给真正的中医传播造成了极大的困扰。让百姓们重新认识中医、理解中医,获得健康的生活方式,是曙光医院医务志愿者团队的奋斗目标。众壹志愿者服务队依托海派中医丁氏内科、夏氏外科、徐氏儿科、石氏伤科、杨氏针灸、张氏喉科等学术流派,开展海派中医特色科普活动,于2018年获得上海市首批健康科普(活动项目型)文化基地称号,目前已在淮海中路街道及张江科学城的企业楼宇,弘扬海派中医健康养生学术思想。

中医有自身优势与特色,中医中药“简便廉验”,临床疗效也十分显著。中医通过望、闻、问、切,四诊合参,或“同病异治”或“异病同治”,为患者制定个性化诊疗方案。中医的诸多外治方法更是为广大患者带来

福音。比如用小儿推拿手法,健胃消食,治疗小儿积食,可起到立竿见影的效果。曹康介绍:“刮痧”“拔罐”“耳穴”“敷贴”等都是非常具有中医特色的诊疗技术,尤其适合中医药进社区,容易被老百姓所接受。

同时,志愿者们强调“未病先治、已病防变”的中医防病治病理念,教授养生功法,如呼吸吐纳法、五禽戏、易筋经等;倡导四季养生,冬病夏治,夏病冬治;推广中医食疗,招募自上海中医药大学公共健康学院营养系的师生作为志愿者,联合医院营养科,每月一次,为社区居民、企业白领带去健康生活方式的营养科普。

曹康介绍:“世界卫生组织提出,健康的影响因素众多,包括遗传因素、环境因素、医疗条件与个人生活方式的影响,其中60%取决于个人良好的生活习惯。随着健康中国战略的实施,曙光医院更重视打造健康生活方式的宣传。”从院前发布中医药科普读物,到院中建立“病友互助-社工支持-临床干预”个性化科普流程,至院后海派中医公益学堂,曙光医院构建起全流程的患者支持体系,实现健康促进效果。该项目荣获了首届上海市卫生计生行业青年公益大赛铜奖。

育人 职业体验日感受文化博大精深

建平中学、敬业中学、格致中学、上外附属浦东外国语学校,这四所重点中学校均和曙光医院达成了中学生志愿服务共建合作。每年寒暑假,医院每天都会安排30位中学生志愿者助医服务,其中20位学生安排在门诊,10位则进行病房探访。

为了更好地融入医务社会工作,获得实践提升,曹康介绍,“我们坚持健康促进理念,通过小组活动方法指导高中生职业体验。医院确定大的主题,然后让学生策划方案,通过制作园艺、手工、香囊,举办病房音乐会等形式,增强高中生与患者之间的互动。制作好之后,会让学生们和患者一起分享、复盘,这种小组活动,也成为了我们职业体验的一个特色亮点。”

中医中药是简便廉验的医学技术,更是蕴含辩证哲学的思维方式。体验中医药职业,更希望孩子们能体会中国传统文化的博大精深。每一次的职业体验,会向中学生介绍古代中医药发展史、近代海派中医的起源,以及中国医院百年历史变迁、现代医学的卓越成就。让孩子们接触到《老子》《管子》《素问》等古籍中和中医相关的哲理,同时也让他们了解一代代中医人济世救民的医者情怀,以及中医药学科

的前景与成就。

“当他们来到医院,闻到我们的中药香味,就会想到曾经神农尝百草,看到黄帝九针模型就会联想到《黄帝内经》,很多同学切实地体会到了中医的魅力。我们把这些传递给高中生,是因为我们认识到:中国文化的传承不仅仅是对语文课本上对古文词语的理解和翻译,更多还是对中国数千年文化背景的深入理解。对特定历史时期、特定人物事件的了解可以使他们对传统文化萌发自豪的文化情怀,而这一点,应当铭刻于每一个炎黄子孙的骨髓里。我觉得这又是职业体验上的一大特色。”

如今,众壹志愿者服务队通过中医药进社区、进中小学、进企业楼宇,开展中医药职业体验开放日和“追光者”志愿服务体验夏令营等系列活动,构建全人群科普育人机制,实现中医药文化育人协同效应。

截至目前,活动共开展5季,分别以社区居民、中小學生、医二代和大一新生为服务对象,吸引了社会上的中医文化爱好者、对医学感兴趣的中小學生、对中医怀有好奇心的留學生和想进一步了解所学专业的大一新生400余人参与,获得了大家的一致认可与好评。