

全科服务、专家门诊、中医绝活儿

家门口的“宝藏”社区医院让居民有“医”靠

中青报·中青网记者 王一迪

走进位于上海市中心地段的打浦桥街道社区卫生服务中心，映入眼帘的是一架三角钢琴和智慧化医疗场景，优美的世界名曲萦绕耳畔，在取药窗口，三五位老年人在“驿心”会客厅歇脚聊天……2023年年底，这里举办了一场音乐会，音乐学院的师生们走进社区卫生服务中心，为患者带来一次音乐心灵疗愈之旅。

“我们希望将生命至上的服务意识渗透到医疗服务的每一个环节，让高品质的医疗环境提升患者的就医体验。”该中心主任金迎说。

作为医疗健康服务体系的基础，近年来，上海社区卫生服务中心发挥居民健康“守门人”作用，用“15分钟医疗卫生服务圈”“兜”住市民全生命周期健康。

对于上海市民来说，社区卫生服务中心不仅便捷高效，而且专业贴心，平时在大医院里专家号“一号难求”，如今在家门口就能免费挂号看病，社区居民都能享受到高质量的“全科服务”“专家门诊”“中医绝活儿”。

延时服务、功能拓展，打通看病就医“最后一公里”

“有人常驻、有灯常亮”，打浦桥街道社区卫生服务中心为满足不同人群的寻医问诊需求，2023年开始延长就诊时间，在原中午连续门诊的基础上，推出门诊延时服务，包括工作日夜间延时和周末延时。

“全年无休的服务温暖了群众的心，也体现了上海这座城市的温度。”金迎说，中心“夜门诊”设有全科门诊、中医适宜技术、康复理疗、护理服务，实现辖区居民上班上学、看病两不误，也满足了部分居民在“家门口”的晚间就医需求，进一步打通看病就医“最后一公里”。

自2020年10月改建扩容至8000多平方米后，该中心加强基础设施建设与硬件设备配备，充分利用区域内密集的优质医疗资源，与上海交通大学医学院附属瑞金医院、复旦大学附属中山医院等联合开设专病专科门诊，把“大专家”引入“小医院”，让居民在家门口就能够获得优质的医疗卫生服务。

该中心与瑞金医院魏氏骨科联合，将“非遗项目”辐射至社区，开展中医药特色膏药、功法导引、药浴熏洗、穴位按摩等服务项目。

“每周魏氏骨科的专家都会来中心坐诊，不仅亲自亲为，为患者缓解病痛，而且手把手指导青年医生，对其倾囊相授。”金迎认为，这不仅提高了社区卫生中心的医疗水平，也使其具有了持续“造血”的能力。

除了“请进来”，中心也重视“走出去”，在专家下沉社区的同时，中心每个专病门诊“量身打造”了社区骨干医生，他们在到专科医联体单位脱产进修，重点实现社区专科常见病诊疗规范、社区专科用药治疗等内容的同质化。

上海市卫生健康委相关负责人表示，2023年，上海通过制定社区医疗服务基本病种清单，社区卫生服务中心以全科诊疗为基础，坚持中西医并重，循序渐进强化妇科、眼耳鼻喉科、皮肤科、儿科等适宜专科服务能力，积极开展清创、缝合、脂肪囊腺肿切除等适宜外科手术，逐步提升社区卫生服务能力。

进楼宇、进社区，社区卫生服务更有温度

在社区卫生服务中心工作近10年，80后中医科主任徐佳与中心一起成长。从刚入职时“心理有落差”，到如今把这里视为施展才干的“主阵地”，“我不仅通过到医联体医院进修和专家资源下沉提升了医术，还通过基层的平台积累了丰富的实践经验。”徐佳说。

中青报·中青网记者 邢婷

快递小哥徐鹏涛清晰地记得第一次看到“小哥医院”牌匾时的感受，除了惊讶，更多的是疑问：“这家医院和其他医院有什么不一样？它真能为我们‘小哥’提供不一样的医疗服务吗？”

如今，距离山东潍坊昌邑市昌城医院正式挂牌“小哥医院”已近一年时间。这里也是山东省首家为快递外卖小哥等新就业群体提供专属医疗服务的医院。现在，徐鹏涛和身边同事们对“小哥医院”的存在已习以为常，“来这里看病拿药都方便得很”。

在这个位于山东半岛西北部的县级市，500余名“小哥”每日风雨无阻地穿行其间，为市民的工作生活提供各种便利。针对这一新就业形态群体，如何减少他们的后顾之忧，让他们更好地在这座城市安居乐业？一项为“小哥”专设的重点医疗服务项目逐渐酝酿成型。

经昌邑市委组织部牵头，昌邑市总工会、市交通局、市场监督管理局等部门参与，2023年2月，该市一级综合民营医院昌城医院首度挂牌成立“小哥医院”。5个月后的昌邑市中医院也加入“小哥医院”的行列。

“如果说‘小哥医院’有什么特别，那就是为‘小哥’们开辟了绿色通道，举全院之力为他们提供贴心、暖心的医疗服务。”昌城医院党支部书记、“小哥就医服务”负责人李俊杰说。

走进昌城医院门诊大厅，一张写有“昌邑市‘小哥医院’暖心服务项目清单”的大型海报映入眼帘。这里不仅有“小哥”专属的“新就业群体就诊服务台”，而且在挂号收费、取药窗口安装了“小哥窗口”标识，急诊室也有“小哥就诊绿色通道”标识。

李俊杰介绍，目前医院针对“小哥”群体推出的优惠政策包括：“小哥”持身份证、公司证明领取专用“健康关爱卡”，就诊时免普通挂号费、专家挂号费；急诊绿色通道可先就医、后缴费；因口腔疾病就诊者，可享八折优惠；因腰椎间盘突出影响工作、生活者，免除专家会诊费、挂号费（共计



上海市浦东新区三林康德社区卫生服务中心的园艺康复区，康复治疗师为患者进行外骨骼机器人康复训练。



上海市浦东新区三林康德社区卫生服务中心康复科，一位老年患者在康复治疗师的指导下进行康复训练。



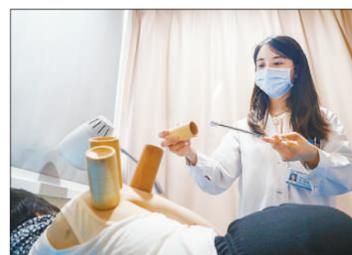
上海市黄浦区打浦桥街道社区卫生服务中心，康复治疗师在为患者进行康复训练。



上海市黄浦区打浦桥街道社区卫生服务中心，康复治疗师在为患者进行康复治疗。



上海市黄浦区打浦桥街道社区卫生服务中心，护士推着病人在挂着名画的病区走廊散步。



上海市黄浦区打浦桥街道社区卫生服务中心，中医师在为患者拔罐治疗。

徐佳觉得，中医调理需要频繁地与患者接触，熟悉掌握他们的生活习惯和病情进展，而这正契合了社区卫生服务中心的功能定位。

每晚的延时门诊，徐佳接待的年轻人越来越多，“下班去社区医院推拿”逐渐成为了一种既经济便捷又靠谱健康的生活方式，“由于现在快节奏的工作和不健康的生活方式，不少年轻人的身体都处于亚健康状态”。

然而，让她头痛的是，翻看各类社交和服务类平台，很多关于养生和所谓中医调理的“方子”并不靠谱，“我们医生现在也在不断开动脑筋，想方设法做好健康科普，让中医更‘接地气’，触达更多市民”。

过去一年，该中心医生齐上阵，自己采购服装道具、设计剧情、扮演角色，在冬至等节气到来之际，把日常生活中的健康知识通过短视频的形式传达出来。

“我们制作的科普视频、食补药方、香囊等产品非常受欢迎，不仅使辖区内的居民受益，还辐射到了更远的地区。”徐佳说，有不少患者都是听了她的科普后慕名而来，这份信任背后不只是专业的知识，还有有温度的服务。

“我们希望患者走进社区卫生服务中心，感受到的不是冷冰冰的医疗环境，而是有温度和人情味的服务。”金迎表示。

和徐佳同批入职的青年医生沈祚毕业后直接选择了社区卫生服务中心。考虑到大型综合医院里密集的医患流和高强度的工作状态，他更愿意花时间与患者产生“深度链接”。

“作为全科医生，我希望自己涉猎的医疗范围更广泛一点，和患者更亲近一点。”沈祚说。

近年来，黄浦区持续探索社区卫生服务场所从居民区延伸到楼宇。自2019年起，打浦“智慧医疗服务站”入驻区域内大型商务楼，持续开展一

系列的健康医疗服务，成为职业人群的健康顾问。家庭医生团队通过体检、健康咨询、中医体质辨识和治未病服务、康复手法治疗、建立个人健康档案等方式，提供个性化、精细化、多元化的健康服务，使职业人群足不出楼就能享受到身边的健康服务。今年，中心将在这里建成社区卫生服务站，为辖区内工作人群服务。

“一院一品”，社区卫生服务中心“各显神通”

近年来，上海不断推进社区卫生服务高质量发展。其中，康复医疗方面，完成年度为民办实事项目和民心工程20家上海市示范性社区康复中心建设任务，近3年累计建成118家，平均每家示范性社区康复中心可提供近40项康复服务项目。

上海市浦东新区三林康德社区卫生服务中心就是2023年上海市第三批示范性社区卫生服务中心之一，中心主任汪天英认为，上海市社区卫生服务中心正全面提升服务能力快速发展，康复中心的建设正好符合发展需求。三林康德社区卫生服务中心以打造示范性康复中心为契机，加强医疗服务专科能力建设，打造“一院一品”，以“中西医结合身心康复”为特色的精神康复，通过多阶梯多维融合治疗，配备个人减压放松系统和团体减压放松系统，综合治疗身心疾病，让患者早日回归社会和家庭。

“我们大部分人常规理解的康复都是脑卒中、脑血栓等疾病急性期后的躯体康复，容易忽视患者的精神心理康复。”汪天英说，比如有些患者由于对疾病认识不足、精神压力较大等，产生了焦虑、抑郁等情绪，就需要相关的精神康复。

该中心自开设失眠专科门诊以来，常常是“一号难求”的状态，汪天英认为，睡眠和睡眠引

起的精神问题已经逐渐成为当代社会需要引起重视的健康隐患。

该中心辖区是一个大型人口导入区，8.5平方公里的辖区面积容纳了来自15个区的动迁住户，人口密集、人员流动性强、类别复杂。在近期的社区诊断中他们发现，辖区居民存在精神心理健康问题的密度较大，“我们希望结合居民的就医情况和辖区内人口特点，逐渐培育和擦亮自己的特色品牌。”她说。

康复科负责人、青年医生林青彬午休时也会躺在减压放松系统上休息一会儿，“躺上去几分钟就能入睡”，他介绍，通过设定参数，系统会播放舒缓的音乐，还会有间断地释放微波，以达到助眠的目的。

从综合性医院转战社区卫生服务中心，林青彬觉得自己的职业成就感越来越强，而这份成就感来源于患者在日复一日的康复训练中的点滴进步。

在康复训练室里，有一台“明星”康复设备——外骨骼机器人，它就像一套“战袍”，即使高位截瘫的患者“穿戴”上它，也可以再次站起来，感受直立行走。这套设备来自浦东新区集中发布的社区卫生服务能力提升项目。

2023年，浦东新区制定《关于全面提升浦东新区社区卫生服务能力的实施方案》“1+9”政策体系。在优质医疗资源进一步下沉、社区药品目录扩容的同时，社区医疗设备进一步配强，全区47所社区卫生服务中心均配置CT、心脏超声等检查“四件套”，社区医疗服务功能进一步提升。

当看到一名高位截瘫的患者，通过配合外骨骼机器人的训练从肌力0级提升到2级，看到他从此绝望变得积极乐观、从生理到心理得到全方面康复，林青彬更加看到了社区卫生服务中心康复医学科存在的意义和价值，“在这里，我们不仅能提供便捷、专业的康复医疗服务，更能像朋友和亲人一样给予患者更多关怀和温暖”。

(本文图片均由受访者提供)

“小哥医院”为“小哥”送上健康“快递”



在昌城医院里，有“小哥”专属的“新就业群体就诊服务台”。昌城医院供图



昌城医院新就业群体专属医生团队成员、内科主治医师正在接诊一名“小哥”。昌城医院供图

150元)，确需椎间孔镜微创治疗者，减免手术费500元；每年由公司评选出前50名优秀骑手，医院免费提供不低于300元的健康体检套餐；公布健康咨询热线，常态化提供健康咨询。

不仅如此，“小哥”的直系亲属可持“小哥”本人的“健康关爱卡”享受普通挂号费、专家挂号费减免待遇，同时享受医保规定的门诊检查、购药报销待遇。

而在昌邑市中医院，除了上述类似服务项目，还结合医院自身特点，针对“小哥”群体推出管灸、脐灸、刮痧、拔罐、普通针刺、穴位贴敷等中医外治项目凭有效证明七折优惠，以及检验科、放射科、彩超、心电图等医技科室检查费同样凭有效证明七折优惠。

这些服务对“小哥”们来说，无疑是实实在在的福利。

“说实话，我们这个职业是生不起病的。”徐鹏

涛说，“疼得受不了”才来医院。他最多一天接诊过十几名“小哥”。

这间小小的诊室里，从医15年的逢成刚见证了职业群体的忙碌与艰辛，也常常被他们所感动。

逢成刚印象最深的一次接诊经历，当时已是深夜，下着大雨，本以为如此恶劣的天气不会再有“小哥”就诊，没想到有一名年轻的外卖“小哥”因下雨路滑摔伤了急诊。经绿色通道诊疗服务，这名“小哥”最终被诊断为皮外伤。临别时，逢成刚仔细叮嘱对方注意休息，“小哥”感激的目光让他难忘。

他接诊的“小哥”中，有凌晨为孩子拿退烧药的父亲，有因上呼吸道感染咳嗽不停的小伙儿，“他们都在为生活奔波。能为这样一个群体的健康护航，作为一名医生的成就感更大。”逢成刚坦言。

“这是一项爱心公益事业，作为医务工作者我们理应全力奔赴。”昌邑市中医院影像科主任、该院“小哥”查体项目负责人冯洪泉说。目前，该院已为全市136名“小哥”完成查体，下一步还将根据“小哥”群体的具体年龄阶段实施查体项目的个性化定制。

据统计，昌邑市“小哥医院”目前就诊人数已达1200余人次。

“没有先例可循，我们的探索本来就带有摸着石头过河的味道。”李俊杰回想，最初成立时没人知道“小哥医院”究竟能办成什么样，如今，来自“小哥”群体以及社会各界越来越多的赞誉令她和同事们欣慰不已。她介绍，接下来，医院将在持续落实优惠政策的基础上，考虑为“小哥”及家庭成员提供居家护理、送药上门服务。

徐鹏涛则希望这样的“小哥医院”越来越多，“让大伙儿脚步更加踏实有力”。

中青报·中青网记者 张敏

企业『出海』为年轻人提供求职新机会

近来，“如何到海外工作？”“海外工作好吗？”等帖子在社交平台上受到一些年轻人的关注。有猎头人士表示，随着中国企业出海势头增强，释放了更多海外岗位和就业机会，求职者对海外职位的诉求随之增加。

猎聘大数据研究院推出的《2023上半年就业趋势大数据洞察》显示，2023年上半年，海外/境外地区新发职位同比上升44.4%，求职者投递海外/境外地区的人数同比去年同期增长92.9%。

从事多年企业出海服务咨询的创业者沈晔说：“企业出海是一条寻找新机会的途径，显示出中国产品以及中国服务越来越多地被海外市场认可。”

沈晔曾在互联网“大厂”负责人力资源事务，前几年，她选择创业成立咨询公司，为出海企业提供咨询以及团队搭建等服务，“能很明显地感受到近些年中国企业出海越来越多。”沈晔说，最初，国企和央企出海较多，2014年左右，民营企业出海开始增多，以头部互联网公司为代表的企业开始拓展海外市场。近几年，越来越多的中小型民营企业陆续出海寻找更多机会，行业也更加多样化。

沈晔注意到，最初的企业出海以北美、东南亚为主，伴随中国共建“一带一路”倡议提出，更多企业选择到“一带一路”共建国家发展，“从2023的数据看，选择到‘一带一路’共建国家的企业增长非常快”。

2023年9月28日，商务部、国家统计局和国家外汇管理局联合发布的《2022年度中国对外直接投资统计公报》显示，2022年，中国对外直接投资存量达1631.2亿美元，为全球第二，连续11年列全球前三，连续7年占全球份额超过一成。2022年年末，中国对外直接投资存量达2.75万亿美元，连续6年全球前三。其中，在共建“一带一路”国家设立境外企业1.6万家。2022年，中国对外直接投资涵盖了国民经济的18个行业大类，其中流向租赁和商务服务、制造、金融、批发零售、采矿、交通运输等领域的投资均超过百亿美元。

沈晔分析说，在国内市场，不少行业的市场份额趋向饱和，增量和增速放缓，出海有利于企业寻找新的市场和用户。有一些科技类企业在创立之初就瞄准国际化，直接面向海外用户。

乐信圣文是一家移动出海应用开发商，在全球移动端月度活跃用户超过7000万。其合伙人王骞介绍，公司在成立初期就打海外市场牌，确定“休闲益智”类的产品赛道，陆续开发出数独、数字填色等产品，吸引了不少海外用户。

企业出海增多意味着需要大量的国际化人才，也为年轻人提供了海外求职的新机会。《2023上半年就业趋势大数据洞察》显示，2023年上半年，投递海外/境外地区的硕博学历求职者同比增长超60%，30岁以下求职者增长超70%。数据显示，投递海外/境外地区的人才学历较高，硕博学历占比合计29.16%，且高学历增长较快。

“团队搭建是企业出海很重要的一环。”沈晔说，在为企业寻找出海人才时，不少企业更愿意选择外派或者华人负责核心业务，“除了业务能力外，企业要求人才要对当地文化有足够了解，也要接受中国的企业文化”。

沈晔介绍，在东南亚市场，由于当地人才密度不够高，很难在当地找到合适的人，不少企业会直接将用人需求给到国内的猎头，由猎头负责招聘，公司会妥善为求职者准备好签证等手续。

越来越多的年轻人被海外工作吸引，在一些社交平台上，有不少网友分享自己寻找海外工作的经历。中青报·中青网记者注意到，其中互联网、人工智能等行业较受关注。

脉脉于2023年12月发布的《2023年度人才迁徙报告》显示，2022年，新能源汽车行业海外岗位需求同比激增249%，2023年增长86%。互联网行业对AI人才的争夺更为激烈，成为新发人才智能相关岗位量最高的行业。

王祥在日本新能源汽车公司工作，负责日产汽车旗下动力电池公司研发测试工作。他在东京附近的城市生活，薪酬与国内新一线城市的薪酬水平相差不多。

薪酬是部分年轻人选择出海就业的主要因素。猎聘大数据研究院的数据显示，从海外新发职位的招聘平均年薪来看，新加坡和日本名列前茅，分为37.75万元、32.35万元。全球化智库(CCG)理事长王辉耀认为，企业出海增多是中国经济发展的必然阶段，也是全球经济发展的必然结果，“中国改革开放走过45年，共建‘一带一路’走过10年，我们经过外企走进来，现在到了中国企业走出去的阶段。企业出海能更加促进国际、国内经济双循环”。

王辉耀表示，中国年轻人国际化程度较高，很多年轻人在求学阶段选择留学，因此在国际市场有足够的优势，“他们语言好、掌握国际规则、熟悉国际环境，有良好的中国文化根基，勤奋努力，在职场很受重视。”王辉耀同时提示，年轻人海外求职、就业要遵守当地法律法规，尊重当地风土人情。同时，年轻人海外求职一定要注意通过正规途径。