

青年发现

晚上6点下班时间,申城正下着雨,不过家门口熟悉的社区卫生服务中心依旧灯火通明,这让90后张力有种被温暖的感觉。咳嗽多日了,张力说,“下班后能顺便去看个病,这是给年轻人的一种福利”。

从去年5月起,闵行区率先在4家社区医院试点开出了“夜门诊”后,如今申城的夜门诊正越开越多。和小张一样,还有很多年轻人扎堆涌向这里。他们中,有人仅仅是来看病,还有人冲着夜门诊带来的那份独特的“温暖”。

青年报记者 顾金华

下班后能去看个病,这是给年轻人的一种“福利” 申城夜门诊为你留盏灯



下班时间的社区卫生服务中心依旧灯火通明。
本版摄影 青年报记者 吴恺



周三晚上6点,丽园路上的黄浦区打浦桥社区卫生服务中心仍然灯火通明。下班后,在淮海路上工作的张力没有直接回家,而是直接来到了这里。

1995年出生的张力在淮海路上的一家金融机构工作,用他的话“忙碌的工作杀死了身体的免疫力”。近期气温忽高忽低,张力先是发热,之后就一直在咳嗽,严重的时候感觉肺都要咳出来了。“不用太担心,我先给您开两种药。如果有发热或者咳嗽症状没有减轻,还要再来就诊。”全

科医生陆逸焯告诉小张。验血、看病、收费、取药,约一个多小时后,张力顺利完成看病。

“对于像我们这样的上班族而言,白天抽不出时间看病,很多小毛病就不看了。有了夜门诊,就像夜晚给我们留了一盏灯,去看个病,心里踏实。”采访中,张力告诉记者,“夜门诊除了便捷外,看病的时候也更加笃定。不用担心人太多,也不用担

心请半天假来不及,感觉心定。”

挂号窗口,还没脱下助动车头盔的小秦把医保卡递进窗口。“白天没时间去医院,晚上来夜门诊看个皮肤过敏,真的挺方便。”一旁,小龚的家中有行动不便的慢病老人,上班时间没法帮老人配药。下班后,她赶来帮老人开药。采访中,小龚说,开设至晚8时的夜门诊,解决了像他们这群生活工作难以平衡窘境

的“打工人”的就医需求。

采访中,全科医生卢逸焯一直没停过。从去年中心开设夜门诊后,她和全院全科医师都参与夜间便民门诊的轮岗值班。“原本想着今天下雨患者会少,但陆续有人前来就诊。除了上呼吸道感染之外,还有过敏性皮炎等需要配药的年轻人也会趁着下班顺利来看个病。虽然日常的服务对象以中老年慢性病、居民常见病、轻中症患者为主,但在夜门诊,几乎都为中青年人群,超过了7成。”卢逸焯说。

夜门诊超7成都是年轻上班族



在夜门诊,中青年人群众超过了7成,中医推拿科也很受年轻人青睐。



不仅能看病,这里还能养生

当“年轻人累了”成为现象,养生成为很多年轻人的共识。“没想到年纪轻轻的我,爱上了推拿”“夜门诊的中医科,太香啦”……相比内科,夜门诊的中医推拿科似乎更“香”,更受年轻人青睐。

晚上7点多康复科依旧热闹,基本清一色都是年轻人。有人在做康复、有人在推拿……“这是我第二次来,上次是肩疼,这次是腰疼。”26岁的秦丽在候诊时告诉记者,“下了班就直接过来了,上次做的推拿感觉蛮好的。”秦丽在一家互联网企业上班,白天工作基本上都是坐在一个“格子间”里完成。长时间坐着办公,导致颈肩越来越不舒服,当天下班的时候,她右胳膊已经疼得抬不起来了。“放松!”康复科治疗师张阳一边为秦丽进行康复训练,一边安抚她的情绪。

排在秦丽后面的是,同样是

下班后赶来的小伙子林俊。虽然还不到30岁,但已时常感觉颈背酸痛,最近年终各种报告总结,连续加班了一周,脖子感觉都痛得快断了。难得晚上不用加班,就赶紧来按一按放松一下。

在谈笑风生间,突然将你错位的椎骨“掰”正,让人痛得龇牙咧嘴,紧接着大呼过瘾,伴随着时轻时重的力度,游走在经络、穴位之上,各类推拿手法,在推拿科手中游刃有余。秦丽说,夜门诊的医生有更多的时间可以聊上几句,也会对日常生活细节多叮嘱上几句。

除了推拿科,还有很多年轻人来开中医调理方。全科医生王杰告诉记者,颈椎和腰椎问题正逐渐年轻化,还有些从事IT行业的小伙子,二三十岁的人,颈椎却像四五十岁。“这些疾病的年轻化,也让我们夜门诊的中医特别香。”王杰和记者打趣。

“有人驻守、有灯长留”,夜门诊这项服务叫好又叫座,让很多年轻人感受到了便捷和“温度”。一位看过“夜门诊”的年轻人在社交媒体上敲下这行字,“晚上下班后顺便来看个病,可以把周末的时间完全留给自己,睡个懒觉也是好的。”

如今在申城,家门口的夜门诊正越开越多。2023年5月22日,闵行率先在4家社区医院试点开出了“夜门诊”,半个月后,全区所有社区医院全覆盖。而嘉定区也在去年6月5日开始推出社区医院夜门诊。而今年3月4日起,上海市宝山区18家社区卫生服务中心统一启动夜间便民门诊,在华灯初上后,为居民提供一份便捷、可靠的健康呵护。

华灯初上时,点亮一盏灯

通过几次的看病经历,秦丽已被社区医院的夜门诊“圈粉”。现在,如果不是大病,她都会劝朋友或者亲戚去看社区医院的夜门诊。“上班族常见的肩颈腰腿不适,在下班后如果能得到及时有效的诊疗,第二天又可以‘满血复活’,以更好的状态回到工作岗位。”

“除了看病,夜门诊的那种氛围,让人格外温暖。”秦丽说,看夜门诊的时候,她和社区医生们真正成为了朋友,彼此间有更多的话题,比如养生、运动,聊着聊着能瞬间缓解一天工作的压力。“延时门诊看上去只是将门诊时间延长几个小时,但背后是医生护士们的辛苦付出,也需要进一步整合和优化医疗资源,考验医疗机构的管理水平。”秦丽

说,“夜间门诊”“周末门诊”看似只是延长数小时服务时间,但远非安排几名医生加班那么简单,护士、药房、收费等,各环节都要配套到位,近距离接触后,也让就医变得更加和谐。

相比以前的讳疾忌医,如今大部分年轻人呈现出了一种“惜命”心态,越来越多的年轻人关注到自己健康和身体,也越来越认可祖国医学,甚至把中医养生视为时尚的代言词。不过,夜门诊的医护人员也一再提醒这群年轻人,关注身体状况,及时地去预防或治疗身体出现的问题,而不是如“溜溜球”一样地运动、减肥和毫无节制地消耗后再来弥补,不如多运动、多去户外走走,从根本上强身健体。