

小痛别硬扛 下班赶紧来

申城夜门诊照亮都市夜归人

晚上6点半,天色渐晚,黄浦区打浦桥街道社区卫生服务中心的门诊大厅却依旧灯光明亮。刚结束一天工作的90后白领小李之前骑行时扭伤了腿,正赶到康复科接受康复训练:“以前看个病还要请假,现在下了班直接过来,对年轻人来说,真的太友好了!”

这样的场景,如今每个夜晚都在申城的医疗机构上演。从最初尝试性的延时服务,到如今形成深入人心的“887365”特色服务品牌,打浦桥街道社区卫生服务中心的夜门诊,正照亮越来越多的“夜归人”。

青年报记者 顾金华



打浦桥街道社区卫生服务中心的夜门诊开设了全科、中医科、康复科等核心科室,实现“配药、诊疗、理疗、康复”一站式服务。

本版摄影 青年报记者 常鑫

上班族的健康“夜”管家

晚上6点半,打浦桥商圈的写字楼群在暮色中灯火通明,与社区卫生服务中心的诊疗灯遥相呼应。

穿过门诊大厅的玻璃门,各诊室的灯光次第亮起。为满足多样化的健康需求,夜门诊开设了全科、中医科、康复科等核心科室,实现“配药、诊疗、理疗、康复”一站式服务。

康复治疗师张阳的诊室里,刚结束运动康复训练的小陈正

在做最后的拉伸动作。“我腰椎不好,需要持续理疗,但白天要上班,只能晚上来。”小陈边说边展示手机里的治疗计划表,“张医生会根据我的课程表调整训练时间,每次来都能准时做治疗,最近疼痛明显减少了。”张阳告诉记者,康复科夜门诊单晚接诊量通常在8~10人,基本是年轻人,运动康复、减重训练、姿势矫正等项目最受欢迎。

同样,全科主任医师程天一刚为一名白领做完高血压随访,又接诊下一名患者。“夜门诊的患者和白天不太一样,他们更在意时间效率,也更愿意详细描述症状。”程天一说,还有年轻人会带着体检报告来咨询,从饮食搭配到运动强度,提问细致到让他惊讶,“这说明大家不再是‘生病才就医’,而是主动管理健康,夜门诊正好给了他们这样的机会”。

“有人常住,有灯常亮”

诊室灯光的延长点亮,背后是医护人员工作时间的延伸。

“我们实行‘一科一医’的精准排班模式,在夜门诊,全科、中医科各留1名医生,康复科配备1名治疗师,护理、收费、药房等辅助岗位也同步安排人员值守。”丁莉瑾说,中心通过“错峰排班+弹性调休”平衡工作与休息。

“虽然下班晚了点,但看到患者能及时得到治疗,心里挺有成就感的。而且调休制度很灵活,不会影响正常生活节奏。”张阳说,他记得有一名白领在完成最后一次康复训练时,连连感谢,“他说如果不是夜门诊,可能要错过整个赛季的比赛,这种被需要的感觉,比多休息两小时更让人满足”。

“有人常住,有灯常亮”的承诺,写在医院门口的一盏灯上。从最初的“解决时间冲突”,到如今成为“全周期健康管理”的重要一环,夜门诊让社区卫生服务

中心从“白天开门、晚上关门”的传统模式,转变为“全年无休、随时在线”的健康管家。

在这里,上班族可以从容地量完血压再回家做饭,学生能在晚自习间隙做完理疗,老人遛弯时就能配好常用药。健康管理不再是需要特意安排的“任务”,而是融入日常生活的自然选择。

“我们希望通过夜门诊,让更多人感受到上海这座城市的健康温度。”丁莉瑾说,“无论是朝九晚五的上班族,还是学业繁忙的学生,都能在需要时找到‘家门口的健康站’。”

夜色渐深,打浦桥的街巷间,社区卫生服务中心的灯光依然明亮。这盏灯照亮的不仅是诊室里的白大褂与听诊器,更是都市人对健康的期待。它像一颗温暖的星辰,在城市的夜幕中持续闪烁,用实实在在的服务,守护着每一个为生活奔波的人,也丈量着一座城市的文明深度。

一晚上能接诊近200人

“这片区域白天是热闹的‘职场圈’,但很多年轻人的健康烦恼,要到夜幕降临时才有时间‘露头’。”中心院办主任丁莉瑾告诉记者,在日常接诊中,医护人员发现一个共性问题:上班族、学生被白天的工作和学业牢牢绑定,小病小痛只能硬扛,配药、康复治疗总要“挤时间”,甚至有人因此成了慢性病管理的“漏网之鱼”。

从事互联网行业的王先生对此深有体会。他曾因腰椎间盘突出疼得直不起腰,却总在请假看病的边缘徘徊:“请假看病实在太麻烦了,只能靠止痛药续命。”95后程

序员小林也曾有类似的困扰。有段时间他总觉得颈椎发僵,想去医院做个详细检查,可工作日的门诊号大多集中在上午8点到下午5点,和他的上班时间完全重合。他心里总惦记着“等不忙了再说”,但越拖病情就越发严重。

“与其让大家‘硬扛’,不如我们多留一会儿。”2023年11月,基于这样的朴素想法,中心正式推出夜门诊服务,将接诊时间延伸至晚间,让职业人群能在下班后“无缝衔接”就医。这个看似简单的决策,很快收到了超出预期的热烈响应:开诊第一个月,晚间就

诊人数就突破了1500人次,远超预期。

如今的打浦桥街道社区卫生服务中心夜门诊,已形成响亮的“887365”服务品牌——每天从下午5点半持续到晚上8点,全年无休,用“朝八晚八、一周七天、全年365天”的坚守,为居民编织起一张全周期健康防护网。据丁莉瑾介绍,夜门诊日均接诊量稳定在50~60人次,遇上流感季、节假日前后等高峰期,单晚就诊人数能达到150~200人。“这个数据足以说明,夜门诊精准切中了大家的需求痛点。”

