



退休老医生每周义务给居民体检

华光城社区居民说,有这样的好邻居真是福气



郭硕元正在给居民检查身体。
通讯员 修素贞 摄

□记者 边城雨 通讯员 修素贞

前天上午8点半,郭硕元又准时出现在华光城社区居委会。“郭医生,我最近总是感到头有些晕,是不是血压有些高了?”早在此等候的几名居民迎了上去。郭硕元今年70岁,是一名退休老医生。从7年前开始,他就坚持每周六义务为社区居民体检并提供健康咨询,已经先后接待过3万多人次了。

居委会工作人员说,这么多年他从来没迟到过

郭硕元告诉记者,他最早是一家企业的厂医,2001年到东柳医院成了一名社区医生,一直和社区居民打交道。

2007年,郭硕元退休了,一下子闲了下来,他感到挺空虚的。由于和居民很熟,还有人时常前来找他咨询健康方面的问题。

2009年,他主动找到居委会,提出每周可以给社

区的居民做义诊或体检。居委会认为这是好事,给他提供了场地。

于是每周六上午8点半到11点半,郭硕元总会风雨无阻地准时出现在居委会里。华光城社区居委会相关负责人告诉记者,这么多年,郭医生从来就没有迟到过,最多的时候一上午要给三四十个居民做检查。

记者昨天在现场看到,郭硕元和居民相互之间都很熟络。给一位60多岁的老伯做过例行检查之后,他提出了自己的意见:“孙师傅,你最近血压有些高,可能与过年时吃的荤腥比较多有关。建议你每天多走半个小时以上,吃些清淡的。你的火气也大,最好到门诊那边看看,开些药来吃。坚持一两个月,就会好起来了。”

常来检查的老人说,有这样的好邻居真是福气

郭硕元对记者说,找他体检和咨询的大部分都是中老年人。因为现在没有开处方的权力,他就给居民提供治疗方案,并由搭档周见雄建立起健康档案。

华光城社区居委会工作人员告诉记者,郭硕元同时也是社区“亚健康俱乐部”和“阳光老人科普服务社”的成员。平时会开展一些老年保健、疾病防治、食品安全卫生等主题的科普知识讲座,同时定

期向辖区居民分发与健康生活有关的科普知识资料。

“我有多种慢性病,以前每周都要去医院。自从郭医生到社区以来,我就每周找他做检查。他很负责任,查得很仔细。社区里有这样的好邻居,真是我们的福气。”看到记者采访,几位老年人七嘴八舌地表扬郭医生。

他们说,作为老病号,前来咨询该吃什么药,什

么时候复查,生活中应该注意些什么等,郭医生都会耐心地解答,并记在心上不忘提醒,有个小病来检查一下也方便。“每周六来这里聊聊天,学点健康知识也挺好的。”

“我是全科医生,能为居民的健康发挥一点作用,自己也感觉挺充实的。”郭硕元说,只要身体吃得消,他会把这项志愿活动继续下去,“年纪大了,能有点有用的事很开心。”

碰到能帮忙的事就上前搭把手

南塘社区杨阿姨的热心做人准则值得点赞

□记者 王思勤 通讯员 张立 董建亚

60多岁的杨桂萍是海曙南塘社区的一位普通居民,最近,她成为2016年1月-2月宁波好人候选,社区居民们都相互招呼要给她投票。“她做的事情并不轰轰烈烈,但是这份热心和真诚真的难能可贵。”南塘社区居委会工作人员说。

多年如一日守护邻里老人

90多岁的独居老人张阿婆是杨桂萍的邻居。老人年纪大,生活总有些不便,杨桂萍就常过去帮忙,而一帮就是十多年。“干体力活我可能吃不消,但洗洗刷刷、陪老人聊聊天还是可以的。”杨桂萍说。

张阿婆爱干净,杨桂萍就定时把阿婆的衣服、床单等拿出来晒洗;老人腰腿不好,每逢入秋,杨阿姨会提前把厚被褥取出晒好,为阿婆铺上;老人有时胃口不佳,杨阿姨就变着花样为老人准备些菜等送去;老人图省事,身体不舒服总说吃点药就行了,杨桂萍还得哄着老人去医院检查。

除了张阿婆外,杨桂萍还“重点关注”了好几位

高龄老人。

80多岁的潘师傅,平时身体不错,喜欢到楼下走走。如果有一天杨桂萍没在楼下看到老人,就一定会上门看望。90多岁的吴阿婆,独居在家,耳朵不太灵光,杨桂萍上门通过纸笔,陪老人“聊天”解闷。有时老人出门去银行、医院,也都要杨桂萍陪着……

杨阿姨说自己做的都是小事

附近居民都知道,杨桂萍是个热心人。哪家晒的衣服忘记收了,她会先收下,再给送回去……类似的小事不计其数。她还参加了社区助残服务队,有了空就会去帮忙。

每年腊八节给社区高龄老人送去热腾腾的腊八粥,杨桂萍已坚持了七八年。腊八前一天,她便开始

张罗,把配料都准备好,当天天没亮就起床忙着熬粥。“虽然社区老人都会煮腊八粥,但是忙起来也很花时间和精力,我有能力帮忙做点,老人们也就省心省事。”她说。

附近居民不知道的是,这些年,杨桂萍还以“芳草”的名义,多次向慈善总会捐款,帮助困难家庭。每当看到报纸上刊登有人遭遇困境,她都会捐款捐衣,甚至自己上门看望。

社区工作人员告诉记者一个细节:杨桂萍出门,总会随身带着些糖果。作用是什么呢?坐公交车时遇到有年轻人没吃早饭饿得低血糖,这些糖果就派上了用场。你别说,去年这事还真发生过。

“我做的都是些小事,没什么大不了。碰到能帮忙的事就上前搭把手,这是我做人的准则。而我身边,也有很多热心人呢。”杨阿姨说。