

2018最美科普志愿者系列报道

姚远:用健康科普知识服务大众

文/图 本报记者 刘代荣

在疾病预防控制工作上,姚远一向秉持“健康预防为主、科普惠民为先”的工作理念,用其专业所长,专注科普防病,投身科普志愿事业。

从业14年来,他的足迹遍及九龙坡区大街小巷。他关注健康、服务百姓的感人事迹,赢得了广大群众的称赞。

传染病防治知识进千家万户

疾病预防控制是一项专业性很强的工作,对工作人员的选拔条件要求很高,必须具备扎实的医学基础和广泛的知识。2004年,姚远于重庆医科大学临床医学系毕业后,进入九龙坡区疾病预防控制中心工作。

“自从接触疾病预防工作以来,才深感预防为主、科普为先的重要性。因为,每一项预防工作,涉及的知识面非常广泛,单纯的救人治病知识远远不够。”姚远说。为此,他一边工作,一边学习,2012年又取得了陆军军医大学(原第三军医大学)公共卫生硕士学位,为今后的工作增添了“动能”。

疾病预防控制工作的重点是传染病的防治,怎样把预防工作做实。姚远介绍,向群众普及科学健康知识,让百姓懂得如何防范传染病,对预防工作很重要。

对群众进行传染病科普知识,必须做到通俗易懂、操作简单。姚远常常挑灯夜战,查阅相关资料,编写科普教材,制订宣传方案,演练宣讲技巧。

一些农村家长对儿童及时接种疫苗认识不高,往往存在少种、漏种问题,姚远挨家挨户走访动员;一些高危人群容易感染艾滋病,姚远在进行这部分知识的动员检测和知识宣传时还会经受冷眼、尴尬与无奈。

2008年汶川地震,他主动请缨成为我市第一批防疫救灾队员,冒着生命危险和险恶环境,进行防灾和灾后防病知识宣传;在非典、甲流感、霍乱、禽流感等多次疫情暴发中,顶着随时自身感染的风险,积极宣传,有效处置,用智慧和辛劳战胜了疫情。

打造三级科普志愿服务队伍

疾病预防控制工作,单打独斗不行,必须团队协作。

“我们组建了科普协作团队,在全区卫生系统培育了36支区—镇(街)—村(居)三级全覆盖的卫生防病科普志愿队伍。”姚远说。这36支三级卫生防病科普志愿队伍,覆盖了整个九龙坡区。

区疾病预防控制中心作为牵头单位,既要组织相关人员进行业务知识培训,又要当好桥梁纽带,保证上下之间信息畅通、工作协调顺利。姚远作为三级科普主要负责人之一,经常往来于单位、社区、乡镇之



姚远
在“预防接种知识妈妈班科普讲堂”上授课。

间,他从不叫苦,有时忙得饭都顾不上吃。

近些年来,在区卫计委和区疾病预防控制中心领导的支持下,姚远先后在中心传染病防治、免疫规划、性病艾滋病、慢病和地方病防治、健康教育等职能科室,打造了几个有特色的志愿者服务队。姚远很兴奋地向记者介绍,比如“老王”艾滋病咨询工作站,就是用中心一位资深志愿者命名的。

还有“恩诺”艾滋病干预队、市级青年文明突击队、市级巾帼文明示范岗等8支科普志愿者服务队,都成了疾控中心公益性品牌。每当同事或群众提到这几支志愿都队伍,姚远都备感自豪。

区疾病预防控制中心的同志介绍,他们在全区社区卫生服务中心、乡镇卫生院、厂矿企业和民营等医疗机构,培育了28个专业化、基层化的卫生防病科普队伍,分片包干,覆盖全区8街11镇共计221个村(居)和309所托幼机构、77所中小学校和11所大中专院校。

建立科普健康教育宣传阵地

“疾病预防,必须坚持健康教育先行,而健康教育的前提是有自己的宣传阵地。”姚远说。

从姚远那里得知,区疾病预防控制中心先后打造113个科普健康教育宣传阵地,培育了巴国城健康教育示范基地、彩云湖健康主题公园、九龙外滩健康主题城市广场等3大城市健康教育基地,在重庆电视台公共农村频道、九龙电视台等开辟了10个健康教育专栏,创建了健康食堂、健康餐厅/酒店等10大类100余点位健康引导载体。还打造了“九龙坡疾控”微信公众

号和中心门户网站新媒体阵地,用一份份心血和智慧,让科普防病知识在大众中传播开来,实现了从“言传身教”的科普传统模式到“互联网+科普”新媒体模式的转变。

这些宣传阵地,大多建在人员密集、休闲活动之处,更结合新媒体手段,便利群众学习。姚远用一组数字告诉记者,近年来,全区年均从事疾病预防控制知识科普人员达400余人,深入全区机关、学校、社区、公共场所、厂矿企业等现场,开展疾控防病知识宣传和健康教育等科普活动,发布新媒体科普推文100余篇,受益10万余人。科普的重点是流感、水痘、手足口病等传染性疾病和高血压、糖尿病等慢性非传染性疾病30余种,有力筑起了一道疾病预防控制的科学知识屏障。

作为一名普通的疾控工作者,姚远和他的团队,虽没有“在世华佗”和“白衣天使”的美誉,却坚持在预防为主的疾病防控第一线,用一名科普志愿者的努力、奉献、勤奋,向广大群众传播健康科普知识,用一名疾控先锋的付出,秉承“未时防、疫时战、长久安”的核心理念,保障着九龙坡的一方健康。



人物名片

姚远,中共党员,现任九龙坡区疾病预防控制中心副主任,九龙坡区科技服务科普专家团成员。先后被评为“九龙坡区优秀志愿者”、敬业奉献“九龙坡好人”等。重庆市最美科普志愿者。

对话

张伟:太空实验为人类提供太空生存指南

新华网记者 李浩

张伟,中国科学院空间应用工程与技术中心研究员。

记者:我们为什么要进行太空实验?

张伟:太空有一些特殊的条件,地面提供不了,首先是微重力条件,在这种情况下,有可能发现一些新的物理现象和新规律。

其次就是,我们要为未来人类在太空长期生存而进行实验研究,要实现这个目的我们就需要了解在太空条件下,物质有什么特殊运动规律,人类如何生活。我们要把这些规律摸清楚以后采取对应的措施,实现我们未来长期在太空生存的目标,所以这些都是我们一直在太空开展实验的原因。

记者:从现阶段的准备情况来看,我们离未来人类在太空生存的时间是不是越来越近了?

张伟:现在还不好判断。世界上有很多的规律我们还没有掌握,毕竟太空实验资源有限,我们只能做一部分的实验,因此,我们不能说现在已经掌握了它的规律。比如,在微重力条件下流体的利用和管理就是一个大问题,我们需要不断探索,才能知道什么时候我们具备了那样的条件。

记者:太空科学实验有哪些?有没有周期?

张伟:一个是植物实验,我们要看植物怎么生长,例如种子的发育过程,还有就是看植物在太空中怎样一代一代繁衍下去。这些工作很多还是在探索阶段。另外一个动物研究,我们主要研究整个微重力环境对它的神经系统有什么影响,对它的运动功能有

什么影响,甚至对骨骼和肌肉有什么影响。

当然还会做很多观测,比如天文观测,在没有大气干扰的条件下,我们会看到非常清晰的宇宙,能更好地观测宇宙。

有一些实验是短期的,比如材料的样品实验,可能几分钟就做一个样品实验,然后进行频繁更换。但是像生命研究,特别是对人体的研究,就需要一直持续下去,比如对人的神经系统和免疫系统研究,这是一个长期的过程。所以在不同的领域,我们就采取不同的实验方式,设计不同的实验装置进行对应研究。

记者:您觉得科学家应该在科普工作中发挥怎样的作用?

张伟:对科学家来说,我们实际上很希望把科普事业做得更大,让公众了解我们在太空做什么,有什么意义,从而激发青少年对科学技术的兴趣。