

社区“第一书记”打通服务群众“最后一公里”

文 | 刘文婷 通讯员 郑莎 刘宜

“从今天开始，我就是社区的一员了。”5月21日，武汉经济技术开发区沌口街枫桦苇岸社区“第一书记”任登锋刚到社区报到，就赶上了社区集中开展全民核酸检测的紧张时刻。他立即在现场和大家一起维护秩序、做好宣传，以全新的身份、饱满的状态投入其中。

【做组织的引路人】

“要让基层组织强起来，必须努力打造一支精气十足、作风过硬、凝聚力强的好班子。”这是任登锋的社区工作理念。

他深知作为社区“第一书记”，服务群众是本色，基层党建是主业。挂职枫桦苇岸社区后，他结合社区现有的工作基础和实际，通过与支部班子成员交心谈心，提出了进一步提升社区党建品牌、拓展基层治理的新思路、新建议，和大家一起共同细化、明确了社区相关规章制度，把激发社区工作者积极性作为增强社区支部战斗力的“发力点”，共同营造“心往一处想，劲往一处使”的良好工作氛围。

为凝聚班子力量、提升服务水平，在今年6月的支部主题党日活动上，任登锋以《厚植国家情怀，增强责任意识，做好服务群众“大文章”》为题目，带头为社区“两委”、党员代表、居民代表讲授专题党课。他结合疫情防控、社区治理等工作，深刻阐述了作为共产党员要心系党、心系国家、心系群众，筑好基层战斗堡垒，用组织的力量凝聚发动群众、关心服务群众。

作为从事纪检监察工作的区纪委监委机关干部，任登锋在推动社区党风廉政



▲ 慰问社区高龄空巢老人

建设工作方面也主动发挥了积极作用。借助机关岗位特点和工作经验，他将自身业务知识活学活用，经常以巡查督查中发现的身边反面典型案例为活教材，指导、敦促社区支部从细微处着手，将党风廉政建设做细做实。在如何抓好社区党风廉政建设方面提出了许多学得会、用得上、起作用的个人见解。

【做群众的知心人】

“任书记虽然来社区时间不长，但是一有空他就会在小区里和我们聊聊家常，了解情况，感觉很亲切随和，一点架子也没有。”说起对“第一书记”任登锋的印象，在枫桦苇岸社区负责小区巡逻的居民志

愿者王和平这样夸赞道。

“只有把居民群众的困难诉求、意见建议摸准、摸清、摸透，工作起来才更有方向，才能打通联系服务群众的‘最后一公里’。”探民心、收民情、解民困，是任登锋的首要“战略”。

挂职以来，任登锋共计深入社区开展工作20余次。“任书记到社区挂职以来，经常和我们一起深入社区，很快就熟悉了社区的工作，也时常和我们探讨基层治理的新思路、新方法。”社区党支部书记刘宜说。

【做基层的守护人】

7月6日，全区防汛工作全线启动，作

为区纪委监委督查组成员，任登锋全程参与防汛工作的监督检查。

7月16日，正在汉南执行督查任务的任登锋得知街道各社区要对口帮建工贸公司防汛工作，便借助中午休息时间，给社区书记打了近半个小时的电话，共同探讨志愿者团队组建、防汛物资筹备、上堤频率频次、安全注意事项等各方面问题，他分享了10来天连续作战得来的经验，并给出了很多有价值的建议。

“咱们防汛人员是堤段的第一道防线，一定要时刻保持高度戒备，做好应急处置和排险加固工作，全力保障人民群众人身财产安全！”手头的督查任务一结束，任登锋就马不停蹄赶到了社区帮扶的曹庄工贸公司分段。

一边是严管细查，一边是提醒叮嘱。“夜间情况复杂，大家记得巡堤要穿长筒靴，靠水边行走的同志要记得穿上救生衣，一定要注意毒虫叮咬和摔伤溺水……”每到一处，他都会不厌其烦地重复这些巡堤查险的基本常识。他觉得，只有做好经常提醒和教育引导，才能将事故隐患消灭在萌芽状态。

任登锋俨然一位有着多年防汛经验的老手，他清楚地知道曹庄老前辈说的各类风险，甚至还帮着一起现场教学，通过生动形象的解释帮助社区志愿者更好理解防汛须知。

“一线人员很辛苦，疫情来临时他们冲在了最前线，防汛大堤上也依然是他们在坚守，虽然我不能时时刻刻和他们一样坚守在巡堤一线，但我希望尽己所能与他们共同面对。”任登锋感慨。

武汉大学 300 余名党员下沉社区 助力社区治理工作

文 | 陈静 通讯员 周龙

8月19日，武汉大学信息学部党员下沉社区网格授旗暨启动仪式在武大校园举行。武汉大学副校长、党委常委吴平参加活动，并为下沉洪山区珞南街武大测绘社区的六个网格工作队授旗。随后，300多名信息学部的下沉党员开展了“迎文明城市复检，创美丽家园”大扫除活动。

“一场突如其来的新冠肺炎疫情，让我们感受到党组织的力量、党员的先锋作用，感受到社区管理的必要性。”吴平指出，推动武汉大学在职党员干部下沉社区常态化、长效化，夯实测绘社区治理基础，走进社区，是一件很有意义的事情。社区是我们自己的家园，我们应该建设好、管理好，发挥好党员应有的作用。

武大测绘社区党总支书记周军介绍，为迎接广大下沉党员回家，社区精心制定了下沉党员工作对接方案，列出了详细的



▲ 下沉党员网格工作队接受授旗

服务工作任务清单。一名优秀的共产党员就是一面光辉的旗帜，期待在社区看到党员们活跃的身影。

珞南街街道办事处主任胡华军表示：感谢武汉大学的志愿者为打赢疫情防控

阻击战作出的贡献，希望未来在学校领导和下沉党员的大力支持下，携手共建美好家园。

吴平向测绘社区六个网格工作队授旗，并带领各网格第一书记、第二书记在

签名墙上签名承诺。

仪式结束后，300多名下沉党员在所属网格工作队队长带领下，开展“迎文明城市复检，创美丽家园大扫除活动”。党员们认真清扫、捡拾垃圾，重点对房前屋后的枯枝、废弃家具、建筑垃圾进行清理。

据悉，为做好对接的561名下沉到社区的党员工作，测绘社区党总支商讨制定了《工作任务清单》。期间，还邀请相关单位下沉党员管理负责人就成立网格工作队等相关问题进行研讨。

根据报到涉及单位多、人员广这一特点，在社区联系工作队统筹指挥管理下，各单位指定一名在社区报到的党员为联络人，由其联系单位其他成员轮值及工作安排。社区根据每个网格的下沉党员数量上报珞南街党工委申请成立网格工作队，设第一书记、第二书记、宣传委员、组织委员等，加强对下沉党员的日常管理。

送清凉 暖人心

文 | 王琳 通讯员 徐月海

武汉近日骄阳似火,持续高温。为了让辖区老人感受社区的关爱,按照武汉市洪山区花山街道社区办下发的工作通知,8月15日下午4点,花山社区工作人员联合志愿者开展了“夏日送清凉”走访慰问孤寡、高龄、重度残疾老人行动。

家住花山社区桂园12栋2单元的肖老伯今年90多岁了,因为年纪大,耳朵有点聋,当他打开家门看到社区工作人员和志愿者,听不清对方来意的老人有些迟疑。为了打消肖老伯的疑虑,工作人员大声喊到:“肖老伯您好,我们是社区工作人员,是来看您的,最近身体还好吧?”得知是社区工作人员来给他送清凉包和关怀后,肖老伯接过清凉包,喜悦之情溢于言表,说到:“自己年纪大了,孩子不在身边,平时的生活都是孩子请的保姆送饭菜过来,实在太感谢政府能考虑得这么周到,

一直心系社区里的老人。”

在花山镇山湖村重度残疾人士李小莲家,花山社区党支部分书记袁新平同志带队看望,送去清凉包,并详细询问了老人的生活和身体状况,对老人的需求进行了摸底,同时嘱咐他们,近期天气炎热,要做好防御措施,注意身体。李小莲和老伴一直住在待拆迁的山湖村,几年前,因为高血压引起中风,李小莲成为一名肢体二级残疾人士,生活不能自理,他平时的生活起居全依靠老伴照顾,两位老人的生活十分艰辛。社区工作人员的到来,让两位老人的脸上挂满笑容,李小莲说:“谢谢社区对我的关心,还特地跑这么远来看望我。”

出于疫情防控的要求,今年社区的集中纳凉点无法开放,炎炎夏日,花山社区工作人员及志愿者就送清凉上门。他们



▲ 社区用关爱让居民暖心

顶着酷暑,为辖区30多位孤寡、高龄、重度残疾老人送去清凉包,包里装满的绿豆和冰糖代表了社区干部对居民的心意。

习近平总书记强调:“社区是党和政府联系、服务人民群众的‘最后一公

里’”。花山街道和花山社区正在用自己的实际行动努力完成习总书记的嘱托,在他们看来,为弱势群体排忧解难是社区的职责所在,潜心打造社区居民心中温暖的“港湾”是社区今后工作的方向。

居民的小事 就是网格员的大事

文 | 陈曦

在武汉市各个社区都活跃着一支网格员的队伍,他们深入居民家中,谁家生活有困难、谁家有难题、谁的身体不好,他们都了如指掌。网格员将服务延伸到每家每户,他们提供上门服务,架起沟通桥梁,只为让居民的幸福感、安全感不断攀升。

武汉市汉阳区建桥街青石社区,44岁的网格员姚进是第五片区的网格员,2019年4月份调到青石社区担任网格员后,他迅速对接汉阳城小区物业楼栋管家,上门摸清片区内420户家庭里的高龄、空巢、独居、残疾老人底数,建立重点关注人群花名册。期间,他上门或电话拜访了网格内需要帮扶的老人,了解他们的需求,及时帮助解决生活难题;对网格内的治安防范、矛盾纠纷、安全隐患、突发事件,他及时协调进行初步处理并迅速上报。

在姚进分管的网格群里,各项惠民政政策传达及时,收集的社情民意,特别是特殊人群的利益诉求和服务需求马上落实,居民在这里互动踊跃,彼此分享生活趣闻。

不是亲人 胜似亲人

“小姚啊!虽然戴着口罩,但是一听到你的声音,我就知道你又来了!”这是85岁的高龄独居老人李遵厚拉着上门看望他的姚进说的话。自从姚进在摸排后得知李遵厚老人家老俩口基础疾病多,子女又都在国外工作的实际情况后,他就对老俩口倾注了更多的关怀。需要购物、买药,只需一个电话,他马上送到;空闲时间,姚进就到老人家里坐坐,陪着聊聊家常,问问需求,让老人不再感到孤单寂寞。因为投缘,退休前曾是大学教授的李遵厚非常喜欢和姚进聊天,他把自己出的



▲ 常常慰问,真诚关怀让姚进和李遵厚老人成为不是亲人的亲人

书送给姚进并和他交流心得,姚进也对这位活到老学到老的教授非常佩服。交往间,两人不仅成为了忘年交的朋友,也成为了不是亲人的亲人。

新冠疫情期间,姚进每天坚持电话联系他网格内的空巢独居老人,为他们送菜、送肉、送药,每次电话他都亲切的喊着“张爹爹,李婆婆.....您最近身体还好吗?家里菜够吃吗?还需要什么吗?您老的血压还好吗?药还有吗?”熟悉温暖的声音也是这些老人安心的最好良药。

您有需求 我全力办

网格员在“疫”线奔波忙碌,哪里有需要,姚进就毫无怨言地奔赴哪里。只要是居民的需求,他都全力以赴。家住青石社区的感染患者汪婆婆出院后要到酒店继续隔离观察,但是因为身体原因急需一台吸氧机。姚进为汪婆婆四处联系供应商,并第一时间将吸氧机送到了隔离酒店,但家属和酒店的护理人员都不会安装,汪婆

婆向姚进求助:“小姚啊,你看能不能帮帮我啊!你不帮我,我一个老太婆不会搞啊,这机器不装好我不能用啊!”面对老人的需求,姚进果断地说:“我来试试吧!”,换上防护服,带上手套面罩,他顺手不忘拎着病人的生活物资走进房间,仔细琢磨了说明书后,他成功将吸氧机安装完毕。看到汪婆婆及时用上了吸氧机,呼吸渐渐平缓,姚进心里满是欣慰。

清明节到了,为妥善完成辖区内9户去世居民的善后工作,姚进来来回回全程陪同家属往返于社区、居住地、墓地管理处,对接好相关的手续,安排好次日的流程,让家属避免重复跑路,把政府的关怀转化为亲切的话语,体贴的言行,一丝丝温暖着家属的心。

处理纠纷 以和为贵

住在社区某栋7楼的老人张爹爹子女均不在身边,因家中漏水,他找到姚进,姚进赶紧上8楼了解情况。8楼的居

民张女士家中既没有漫水,下水道也没有堵塞现象,姚进连忙请来专业师傅上门查看。师傅检查后说需要更换管道,有1千元费用。楼上张女士说“我们家中没有漏水,我们不愿意平摊费用,只愿意出一小部分费用。”楼下的张爹爹说:“漏水多半都是上面漏下来,不可能自家水往上漏吧。应该是楼上的管道有破损才造成我们下面漏水,此次费用要一起承担。”姚进两下为难,面对这个棘手的问题,他请双方到社区当面调解,事后又单独找8楼的交心谈心,说明情况。“张阿姨,目前看似7楼的管道有问题,但是管道是楼上楼下共同使用,管道老化,不如趁着这个时候一起更换新的,以免将来再麻烦一趟,您看呢?”在他的说服调解下,8楼终于同意各出一半的费用,邻里矛盾迎刃而解。类似纠纷在老旧小区时有发生,因为雨水管道年久失修破裂,整体维修更换需要多家居民的配合,每当这时,姚进总是一家一家上门耐心做好思想工作,化解矛盾、解决问题,他耐心且细致的工作方法也赢得了居民的理解和配合。

“非常感谢您的来电,我的父母一直都好,您们的辛苦付出我们都看在眼里疼在心里,谢谢您的逆行,因为有您们的陪伴,我们才可以自由安全的度过这段难忘的时光!好人一生平安!”

上面这段文字是网格内一位老人的家属发给姚进的,他一直保存在手机里,舍不得删掉,因为每当看到这条短信,他感觉自己立马满血复活,并觉得自己所做的一切都是值得的!作为基层网格员,姚进的工作获得区、街领导多次表扬,也被居民高度认可,大家都称赞他办事“高效、认真、负责”。

党员力量扎根服务社区

文 | 王琳 通讯员 王嘉黎

湖北省下发《湖北省机关企事业单位党员干部下沉社区实施办法》后，武汉市江汉区汉兴街道常远里社区迎来了21家共建单位，4个“双进双服务”党组织，2家对口省直机关企事业单位。

团结就是力量

常远里社区辖区内江汉经济开发区机关党支部、贺家墩集团、武汉市急救中心、湖北电信工程有限公司、武汉市江汉区园林局绿化队、常青公园、常青苗圃、江城绿化、中移在线、武汉蓝焰油气、江汉经济开发区市场监督管理局、中国石油湖北武汉销售分公司等12家单位的在职党员联合香缇美景红色物业志愿者分队、党员志愿者共计120余人开展“不忘初心、牢记使命”主题教育暨“党员义务奉献日”志愿服务。

参加此次志愿服务的120余人被分成四组。

一组在常远里社区辖区内的11个固定点位，对进出小区的居民和外来人员严格落实“二必”和“四必”要求，引导、督导居民群众重新建立进出必扫码的习惯。

二组在常远里社区党委书记黄世桥的带领下，利用拖车和专业工具对枯枝、杂草、杂物进行清运，对江振路段进行环境改造，解决脏乱差和卫生死角问题。

三组包段对街头巷尾、卫生死角、绿化带等地进行集中清扫。

四组在新华书店红T店和社区联合开展“民法典”进社区、进家庭及防疫知识宣传、读本宣传，引导市民懂法、守法、用法。



▲ 摆摊宣传“民法典”

团结就是力量，120人的队伍用实际行动让社区居民看到了党员的行动，看到了他们守好小区，防止疫情，齐心协力清洁家园的决心。

清洁家园做表率

由常远里社区发起，中国石油湖北武汉销售分公司、天河机场航管部运行监管室、武汉蓝焰油气公司积极响应的“社区吹哨、单位报到”行动，7月30日在东方名都、迎宾花园、香缇美景小区展开，三个单位的党员、志愿者分别在这三个小区展开行动。党员们拿着夹子、扫帚、铁铲等工具，对小区绿化带的杂草、暴露垃圾及牛皮癣进行了集中清理铲除。尽管天气炎热，户外蚊虫多，但没有一个党员喊苦喊累，他们不怕脏、不怕苦、不怕累的精神风貌，得到了居民的广泛认可和称赞。这次行动，让三个小区的环境变得整洁靓丽。

参与这次活动的党员表示，能为营造整洁干净的社区环境出一份力，是党员的光荣和使命，在今后一定要为更多的居民办实事、办好事。

多家单位脚踏实地下沉社区

8月3日下午，常远里社区党委书记黄世桥、党委副书记黄艳萍与社区对口单位湖北省邮政公司、中石油湖北省公司武汉分公司三家党委开展座谈，省邮政公司脱产报到党员张梦蕾参与了此次座谈。

湖北省邮政公司积极响应“双报到、双报告”政策，组织成立工作小组和党员突击队，安排党员张梦蕾到社区脱产脱岗工作一年时间，协助社区做好基层工作，构建共建、共治共享的社区治理格局。

中石油武汉分公司组建下沉社区工作队，主要为东方名都小区业委会换届及物业公司选聘工作提供坚强有力的保障，



▲ 正在清理牛皮癣

参与到业委会换届的前期调查准备环节，单位在职党员配合社区工作人员入户收集群众反映突出的问题。同时，工作队还会广泛开展如民法典进社区、进楼栋等结对共建及志愿服务活动，力争为社区综合服务能力提档升级做贡献。

武汉天河机场航管部运行监管室党支部、武汉天河机场航站区管理部运控中心党支部同常远里社区续签“三个一”服务事项协议书，切实做到“民有所呼、我必有应”。

在接到下沉社区的命令后，常远里社区的下沉单位、党员没有等待，他们第一时间报到、第一时间下沉、第一时间履职，全力以赴做好8小时之外的服务工作，积极参与到扶贫帮困、清洁家园、疫情常态化防控等工作中，为群众办实事，参与社区治理，让群众看到党的红色旗帜在基层高高飘扬。

看！这个社区里下沉党员开起“宣传工作头脑风暴会”啦！

文 | 尚晶 通讯员 朱时君

在《湖北省机关企事业单位单位党员干部下沉社区实施办法》下达后，武汉市万余党员纷纷响应，下沉社区，顶着炎炎烈日，怀揣赤忱之心，积极投入到社区服务中。

截至8月底，武汉市武昌区南湖街水域天际、风华南国综合党委共接收521名党员下沉社区。为做好社区宣传工作，特遴选具有宣传特长的党员同志24名，成立宣传组。8月23日下午3点，这群饱含热情的宣传骨干汇聚一堂，成功召开了宣传组第一次会议——以“碰撞思想火花 共聚宣传合力”为主题的创想会。会议采用活泼、创新的谈话模式，充分体现了社区党委“青春力量”的特色。

■ 各行各业 发挥特长

在这个人人可能成为网红的自媒体时代，就用最潮的方式，像主播一样来介

绍自己，让大家认识你吧！现场立刻活跃起来，大家轮流介绍了自己是谁，来自哪儿，擅长什么……一圈自我介绍下来，彼此已经初识，有来自公安厅的干警，时刻不忘传递社区安全常识；有来自电台、报社、出版社的编辑，义不容辞扛起社区宣传大梁；有能歌善舞的高校教师，为日后开展活动做好准备；有建筑、设计工程师，视频软件用得……大家纷纷表示，自己是宣传组的一块砖，哪里需要哪里搬。

■ 文字视频 各显神通

会议设计了一个有趣的互动环节，每人发了五张贴纸，头脑风暴，写出你心中认为可以开展是社区宣传的五个方向，然后分类贴到白板上。经过归纳总结，找到了以下答案：可以通过网文、小视频、广播、直播、微信公众号、内刊等开展媒体宣

传，通过地摊、展演、演唱会等开展现场活动宣传……

大家纷纷贡献了自己的创想，贴好了字条后，社区党委龙赉书记拿起记号笔，格子一画，话锋一转：“下面请大家认领你的任务吧！”原来这才是写贴纸环节的重点！自己写的贴纸，心中有底。别说，大家填得自告奋勇，差不多每人都认领了两三项工作。

■ 群策群力 方向明确

文明创建“十大行动”，我要怎么干？是本次会议的另一大重要议题。参会党员分两组讨论，初步提出了四项工作思路：

1. 充分利用社区宣传栏、电梯广告、公众号等，定时、定量投放与提升市民素质、倡导健康生活、美化城市环境等相关的宣传图文。

2. 在社区内少年儿童密集活动区域和时段，组织开展露天公益视频放映活动，播放与红色文化、中华优秀传统文化相关的动画片、纪录片、电影等，落实红色文化育人行动和立德树人推进行动。

3. 组建社区志愿服务群，组织志愿者为社区内的孤寡老人，需要帮助的住户提供力所能及的帮助。

4. 设置文明创建流动地摊，邀请企业来社区摆摊，开展公益宣传活动，如可邀请出版社推广垃圾分类图书，为社区居民普及垃圾常识，低折扣售卖相关图书；邀请消防部门开展灭火器使用教学活动，普及日常防火常识等。

宣传组的第一次会议虽然是用大家周日的休息时间召开的，但大家毫无怨言，个个干劲满满，信心十足，在“加油，加油，加油”的鼓劲声中，承担起自己认领的任务，为社区宣传工作贡献自己的力量。

丧偶女士情绪郁结晕路边 社区干部速抵现场送娘家

文 | 喻勇波 通讯员 张婧雯

2020年8月30日早上，武汉市江岸区花桥街道聚才社区书记蔡晓诗、志愿者楚天书画院黄杰副院长、社区委员董玉莲、张婧雯、社区网格员胡谍、邹雪莲一同在辖区内巡查环境卫生，这时街道宋主任打来电话，说有群众反映，有位衣衫不洁的妇女不知何故躺在三眼桥小学附近的地上，请迅速派人前往查看情况。

蔡晓诗、黄杰立即带领着聚才社区其他同事赶到事发地查看，确实有一位衣衫不洁的女士躺在人行道边上靠着，一位热心的居民已经先行拨打了110、120、民政局等电话申请救助处理。

蔡晓诗和黄杰询问这位躺在地上的女士家人的联系方式，这位女士并不愿

透露自己的家庭情况，她称自己头晕，浑身无力，两天未进食，就想躺在人行道边休息，蔡晓诗说给她买点吃的，然后再自掏腰包送她到医院看看身体情况，这位女士说自己吃不下、也不愿意去医院查看。蔡晓诗和黄杰分析这位女士是因为低血糖导致的浑身没劲，这关系人身安全，于是先喂她喝了一点点饮料补充能量，经过蔡晓诗和黄杰反复耐心做工作，得知：这位女士丧偶，孤身一人情绪郁结，自身患有严重的糖尿病，已经两天没吃饭了，周边其他热心居民见状也安慰她不要想不开。

其中有一位附近的爹爹说，这位女士的娘家好像就住附近三眼桥四村某单元，

黄杰与社区委员张婧雯立刻走访入户找到了这位女士的娘家人，原来躺在人行道边上的是三眼桥四村一家住户的小女儿，她的家人得知女儿昏倒在家附近就急忙去查看。另一边，蔡晓诗也了解到这位晕倒的女士从自己家走了两天回娘家，因为体力不支晕倒在娘家附近。

蔡晓诗去社区医院借来了担架，与黄杰两人把这位女士慢慢挪动到担架上抬回到了她娘家所居住的楼道门口，因为楼道楼梯狭窄担架上不去，于是两人小心地抱起这位女士，将她背回了娘家，进行了妥善安置。

附近的居民看到社区人处理紧急事务的态度都齐声为社区人点赞，这位女士



▲ 蔡书记和黄院长用担架把女士送回了娘家

的家人对社区所做的帮扶救助非常感谢。是的，我们的社会需要这样满满的正能量，弘扬志愿精神：尽己所能、不计报酬、帮扶他人、服务社会。

“红色集市”服务居民零距离

文 | 陈曦



▲ 胡志敏结束援疆任务第一时间来到社区



▲ 各行各业的党员利用周末时间来到社区，服务居民



▲ 武汉市人大常委会代表工作委员会张卓立主任负责的法律咨询台异常火爆

9月5日上午天气晴热，武汉市徐家棚街道国际城社区都市经典小区中心广场内人头攒动，好不热闹。细细打听才知道，这里正在举办一场特殊的“红色市集”。各行各业下沉到社区的党员干部利用周末休息时间，带着他们的专业知识和个人特长走进社区，走近群众，开展分门类专业咨询和综合便民摆摊服务。

为做好供需对接，让服务切实有效，社区结合实际开展了前期调研摸底，充分了解社区居民的所需所盼，并设计了咨询类和服务类两大项目，提前在社区“下沉党员之家”微信群和武汉微邻里同时发布了任务清单。很快，12个咨询岗被35名党员志愿者迅速秒空，一时间还出现任务难抢的局面。

活动现场，心理咨询、家庭教育、金融理财、医保报销、急救知识、健康养生、消防安全、法律法规、住房保障、就业帮扶、电信

诈骗防范等宣传咨询服务台前围满了前来咨询的居民。

武汉市人大常委会代表工作委员会张卓立主任认领了法律咨询岗位，一上午就接待了十几位居民的相关法规咨询，完全忙不过来。看到这种情况，他主动要求每周四到社区与社区律师共同坐班，以满足居民对法律咨询答复的需求；来自武汉市第一医院医学检测科的副主任医师胡志敏刚刚结束援疆医疗救助任务回汉，隔离期满正好赶上了这次活动。胡志敏认领了“防疫宣传”这项工作任务，他迫不及待地希望把自己作为一名医生对疫情防控的日常心得分享给居民；陈志桥是武汉大学中南医院的医生，他报名参加急救知识与健康养生宣讲，将实用的急救常识带给居民；下沉党员梁丽娟是一名优秀的幼儿教师，却对艾灸养生有自己的心得，此次市集，她带来了自己的养生法宝——艾灸，现场请

居民体验；下沉国际城社区的团省委工作队请来了武汉十五现代心理科学研究院的曾艳兰老师和姬巧玲工作室的余桂林老师，为社区居民提供专业的心理咨询服务；湖北银行则以支部为单位，现场为居民提供金融知识宣讲，协助居民更换第三代医保卡，提供便民服务。

此次活动由于参与部门与人员较多，咨询门类覆盖到与居民生活息息相关的方方面面，尤其是法律、健康、住房保障、医疗、心理咨询等。由于群众关心，能解决实际问题，服务深得居民好评。

下沉党员能人多。除了咨询类服务，便民服务项目人气也很高。有着雨伞维修、磨刀、理发等各项技能的党员也摆上摊位，撸起胳膊实干服务，为社区居民解决了不少生活实际问题。

据国际城社区党委书记徐晓燕介绍，湖北省号召在职党员下沉社区活动开展以

来，各级党员纷纷到国际城社区报到，人数已达近千人。作为一个超大型社区，国际城社区下辖10个现代化小区，总户数11234户，居民2万余人。为安排好下沉党员工作，社区党委认真总结疫情防控期间的经验，采取“管理骨干化、岗位清单化、任务条目化、评定积分化、奖励针对化”管理机制，有效分配下沉党员参与到社区各项工作中去。

截至目前，社区已累积发布任务10次，先后组织下沉单位党员工作队开展集中整治行动5次，各小区、网格、楼栋党组织自行组织开展志愿服务20余次，先后有578名党员报名参与活动。社区党员热情高涨，党员下沉工作日趋规范完善，各项便民利民活动正如火如荼开展。在志愿服务党建网格体系下，各行各业的党员通过志愿服务这个实践载体，利用自己的专业知识和特长服务社区，真正发挥着模范带头作用。

结肠癌——定期肠镜筛查可防可控

文 | 黄怡辛

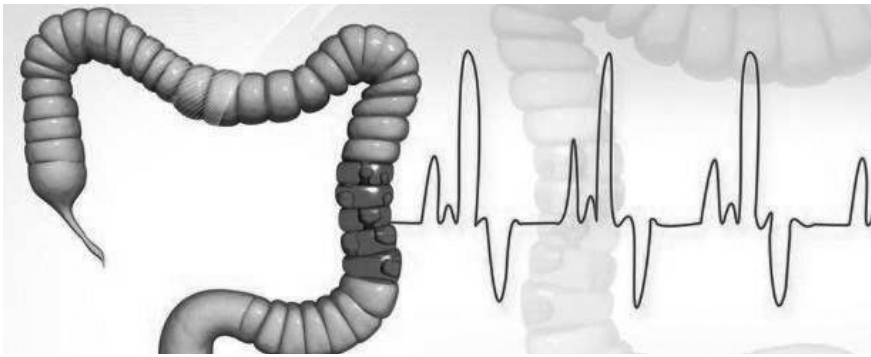
8月28日，美国《复仇者联盟》系列电影饰演“黑豹”的好莱坞演员查德维克·博斯曼，因罹患结肠癌在洛杉矶家中去世，终年43岁。其家人表示，早在2016年，博斯曼就确诊患上结肠癌，一直深受其苦。如今他不幸英年早逝，让“肠癌”这种被许多人忽视的常见癌症，再度成为大众讨论的热点。

近年来，我国肠道恶性肿瘤发病率和死亡率持续增高。据统计，我国结肠直肠癌发病率及死亡率分别高居所有其他肿瘤疾病第三位及第五位。结肠癌早期没有明显的症状，如果不进行筛查，等到发现问题时，大部分已经是中晚期。早期结肠癌经治疗后，五年生存率超过90%，而如果一旦进展为转移性肠癌（晚期肠癌），其五年生存率则低于10%，等于生命即将被判“死刑”！

据外科专家郑权介绍，直肠癌的得病原因有很多，主要是遗传易感性，与直肠癌有密切关系，特别是家族性腺瘤病和绒毛状腺瘤，二者癌变率最高，被公认为癌前期病变。其次就是直肠慢性炎症：如慢性溃疡性结肠炎，都可因黏膜的反复破坏和修复发展为癌。

定期筛查很有必要

结肠直肠癌是常见的恶性肿瘤，具有较



强的隐蔽性。人们如果警惕性不够，就很容易忽视。

结肠直肠癌几乎都是由结直肠腺瘤发展而来，如尽早行结肠镜检查，铲除结肠息肉，即可有效阻断肠癌的发生。因此，医生提醒，早期的筛查十分重要，关键是“要早发现、早治疗，不可忽视前期征兆”。

虽然常规建议40岁以上人群接受肠镜检查，但如今肠癌患者越来越年轻化。“到了30岁之后，很多人饮食油腻，久坐不运动，并有腹泻、便秘、大便出血等症状，这些肠癌的高发人群，常常忍着不愿意做筛查，等查出来就是晚期癌症，那就是真的晚了！”郑权主任医师说。

那么我们应何时进行筛查？专家建议，40岁以上人群应每年筛查一次，40岁以下人群每3至5年筛查一次。特别是以下7种情况的高危人群，建议尽早做一次筛查：

1. 40岁以上有两周肛肠症状的人群

两周肛肠症状指有以下任意症状持续两周以上：大便习惯改变（便秘、腹泻等）；大便形状改变（大便变细）；大便性质改变

（便血、黏液便等）；腹部固定部位疼痛；

2. 有大肠癌家族史的直系亲属；

3. 大肠腺瘤性息肉治疗后的人群；

4. 长期患有溃疡性结肠炎的患者；

5. 大肠癌手术后的人群；

6. 有家族性腺瘤性息肉病（FAP）和遗传性非息肉肉性结直肠癌（HNPCC）家族史的20岁以上直系亲属；

7. 45岁以上无症状人群。

肠镜检查要注意

肠镜检查是将电子肠镜顺着肠道到达回肠末端、阑尾开口处，再退镜观察结肠粘膜是否存在病变的一种诊断方式。

肠镜检查前需做哪些准备？

1. 饮食准备

诊治前3天：吃少渣半流质饮食，如稀饭、面条；不吃多纤维蔬菜、水果和干果；禁食红色或多籽食物，如西瓜、西红柿、猕猴桃等。

诊治前1天：吃无渣的低脂、细软、流质饮食，如米汤、藕粉等，不饮牛奶。

诊治的当日早餐要禁食。

X线检查前为何需要更换衣物

文 | 武汉市第一医院放射科 王鹏

X射线之所以能够使人体组织在荧屏或胶片上形成影像，一方面是基于X线本身的特性，另一方面是人体不同组织器官的厚度和密度存在差异。在X线摄片过程中，人体正常的组织和体内的病变吸收X射线的程度不同，从而穿透人体的X线量也会产生差异，因此，在荧屏或胶片上就能够形成黑白对比不同的灰阶图像。

当我们初略了解了X线片的成像原理后，就会不难理解患者在进行X线摄片前，为什么会常常遇到放射科的技师们要求其脱去厚重的衣物，特别是要求去除有金属饰品的衣物，必要时摘掉耳环、项链及腰带等，其目的就是不要让这些无关的物品阻挡X射线的穿透，从而造成存在病变的假象，造成误诊或漏诊。如果摄片过程中，患者未能及时

更换衣物或去除饰品，当获取的图像无法满足诊断要求时，就必须重新摄片，从而造成时间和精力上的浪费。所以，主动配合放射科技师进行规范摄片，摄片前及时更衣或去除饰品，不仅能够通过一次摄片达到图像诊断的要求，而且有利于医生对图像做出准确的诊断结果，更有利于患者及时获取诊断报告而尽快就诊。

胸部体检需要进行CT检查吗？

文 | 武汉市第一医院放射科 王鹏

普通X线平片检查作为重要的胸部常规体检手段沿用至今，虽然它能够清晰地显示肺部病变，对心脏、纵膈、肋骨、椎体及软组织也有较好的显示，但由于会受到组织间的重叠影响，且图像的密度分辨力有限，病灶有可能被掩盖而发生漏诊。随着多层螺旋CT技术的不断发展，其密度分辨力得到了极大的提高，由于胸部CT是对整个胸部进行逐层断层扫描，因

而可以发现直径数毫米的肺结节，真正做到了肺部疾病的早发现、早诊断，为临床的早治疗提供可靠依据，尤其是经过胸部CT体检而发现的早期肺癌患者，经过胸腔镜微创切除后，患者的治愈率得到了极大的提高。同时，胸部CT除了在肺部疾病的诊断外，其对食管、胸壁及纵膈的疾病也具有一定的诊断价值。此外，低剂量技术的应用使得胸部CT检查的辐射剂

量较以前大大减低，一次肺部低剂量CT检查的辐射剂量相当于一年的天然本底辐射剂量的三分之一，辐射剂量的问题得到了有效的改善。而且，如今胸部CT的检查费用较之前也下降不少，一定程度上减少了受检者的经济成本。因此，低剂量CT检查作为常规胸部体检手段是切实可行的，尤其在针对肺癌的高危人群体检中，显得尤为必要。

解惑1：感染？一人一针保证安全

采血所用的针头及血袋是经过国家严格检测合格的一次性医疗耗材，绝对保证“一人一针”，参加无偿献血不会感染疾病，更不会发生感染肝炎与艾滋病等现象。

解惑2：伤身？不会影响人体免疫

构成人体免疫力的主要物质是白细胞。无偿献血所捐献的白细胞仅仅是人体白细胞总数的1%~2%，失去的白细胞1~2小时就能从骨髓得到补充。故献血后不影响人体的免疫力。

解惑3：医院以血牟利？用血其实只收成本费

有的朋友质疑为什么献血无偿，用血收费。其实医院收取的不是血液的价格，而是血液采集、检验、加工、储存、运输等成本费。为了保证血液的清洁安全，必须进行多次检测、分离。患者用血缴纳费用的标准由全国卫生、物价等行政部门共同制定，全国统一。

破解有关无偿献血的疑惑

文 | 武汉市第一医院输血科主治医师 陈会欣