

# 我区首家嵌入式社区康养联合体启用



本报讯（记者 项亚琼 通讯员 杜黎炜）提供居家上门服务、专业日托服务、养老顾问服务……最近，我区首家嵌入式社区康养联合体——北干街道广德社区康养联合体启动运行，这是社区居家养老服务照料中心的“升级版”，将为我区老年人提供更优质的养老服务。

目前，我区人口已进入中度老龄化阶段，一边是城区医疗资源紧缺、没有足够养老的空间，另一边是不断增长的老年人口数量，如何让老人幸福养老？社区养老离家近，环境熟悉，更易让老年人获得安全感和归属感。今年，“新增康养联合体16家”，被列入杭州市政府民生实事项目。截至10月底，今年已实际新增康养联合体23家，我区北干街道广德社区康养联合体位列其中。

整洁的床褥，干净的地面，专业的康复师……这是记者走进广德社区康养联合体内的第一印象。这个全区最大嵌入式康养联合体，位于广德小区内，建筑面积约1080平方米，由原社区和物业用房改造而

来，分上下两层，内部配备康复中心用房、短期托养护理功能用房、管理服务性用房、养老护理专区等。自本月初启动运行以来，这里的日托服务让居民赞不绝口。如果要出门一会，或想缓解一下压力，家里的老人可以暂时托付到这里。“前期，我们通过对社区长者开展康护理评估工作，详细了解了长者失能情况、疾病情况、功能障碍类别，为精准服务提供强大的数据支撑，从而提供更具特色的日间照料。在这里，老人们不仅可以得到生活照料，更可以接受专业的康复护理，从而提高其日常生活自理能力。”运营方杭州萧山邻家联合医院相关负责人介绍说。

在康养联合体内，经验丰富的康复师还会定期上门为患者提供康复训练，对患者家属进行康复指导。“大伯，屈曲髋关节的时候，不要过度屈曲，90度左右就可以了。”小区居民汪大妈今年76岁，患有肺功能障碍多年，常年需要专人照顾。自社区康养联合体启动运行后，开启了对汪大妈

24小时VIP康养管家服务。近日，康复师小徐走进汪大妈家中，指导家属进行“为卧床老人被动运动下肢”的实操示范。“我们希望建立以‘专业化照护’为重点，为社区老人提供‘一站式’服务的社区康养联合体，让老人们‘看病去社区卫生服务站，养老找社区康养联合体’。”相关负责人说。

布点到社区和家门口的康养联合体，不仅仅为失能和半失能老人提供服务，更为广大生活自理的老年人群服务。“其实不仅仅是失能和半失能的老人需要康养，有的看似生活可以自理的老人，存在失能风险，同样需要康养。”在这里，老人们可以看看书下棋，还可以跟着康复师跳跳操，提升老人晚年生活品质。

“康养联合体项目的引进是街道大胆探索，扎实推进共建共享共同富裕工作的一次尝试。项目为失能失智等特殊人群带来了康养新选择，也促进了街道社会保障体系进一步完善，让北干‘共富成色’更加饱满。”北干街道相关负责人表示。

## 原本想尝美食 摘柿子不慎跌落

### 医生提醒：爬高采摘要做好防护

本报讯（记者 盛凤琴 通讯员 徐晓清）11月正是柿子成熟的季节，一个个红彤彤的小灯笼，好看又让人馋。可是每年这个时候，总会发生上树摘柿子而摔伤的意外。近日，王先生（化名）就不慎从柿子树上摔了下来，受伤严重。

原来想尝美食，结果吃了很多苦头，回想起事发当天的情况，王先生依然心有余悸。王先生是萧山所前人，前些日子到朋友家拜访，闲暇之余，他发现后山的柿子树上挂满了柿子，眼下正是柿子味美的时节，于是他约上好友上山摘柿。

很多好的柿子都挂在高处，需要爬树采摘。可是爬树摘柿子，这活远没有想象中那样轻松，就在王先生攀爬的过程中，不慎身体失去重心，脚下一滑，从四米高的树枝上重重摔落在地，身体当即无法动弹。落地的那一刻浑身疼痛，让他难以起身，最后他被120救护车送至萧山区第三人民医院急诊。

经检查发现，王先生右侧血气胸、右侧多根肋骨骨折、肝裂伤、腹腔内出血。医生会诊时考虑伤势严重，需要紧急手术。随后，外科主任等医护人员共同为王先生进行了手术。术中医生发现患者的情况比预想的还要危急，患者还出现膈肌破裂，肝脏移位到胸腔，属于胸腹复合伤。这场紧急救治手术整整持续了7个小时，好在在医护人员的共同努力下，成功让患者脱离了危险。

术后，经过二十多天的治疗和精心护理，王先生恢复情况良好。为了表达感谢，王先生的家属为医护团队送来了三面锦旗，“医德高尚暖人心，医术精湛传四方”。

参与救治的医生田林烽说：“每年因采摘柿子不慎坠落的病例，屡见不鲜。有的出现骨折，严重的高位截瘫，甚至死亡。如今正值柿子的收获季节，柿子树看着粗壮，其实韧性极差，枝干松脆，容易断裂，市民千万不可盲目攀爬柿子树。因此采摘柿子时一定要做足准备，安全先行，建议用竹竿

套尼龙袋在树下摘柿子。”

如果不幸摔伤，我们应该如何处理？对此，田林烽表示，伤者如果不能动弹，千万不要随意搬动伤者，以免压迫脊髓神经，造成二次伤害。如果头部着地，容易引起颈椎骨折，搬运时要注意固定伤者头颈部。如果双手着地，容易引起手臂多处骨折，最好就地取材，用木棍、树枝固定后搬运，避免骨折断端对伤者造成再次损伤及疼痛。如果双足着地，容易引起腰椎、双下肢骨折，应该用较长的木棍固定骨折部位。腰痛明显的伤者要平行搬运，避免骨折部位移位而压迫神经，脊髓损伤是不可逆转的，可导致患者瘫痪，丧失行走能力。万一发生高处坠落，要及时拨打120，等待专业医务人员的救援。



扫一扫二维码  
查看更多内容

## 城厢公开征集2023年民生实事建议项目

本报讯（记者 朱林飞 通讯员 杨蕾）民生实事关系着群众的切身利益。为认真谋划2023年的街道民生实事工作，进一步提高政府民生实事工作的科学性、针对性和普惠性，城厢街道即日起公开征集2023年街道民生实事建议项目。

此次征集的建议项目涵盖环境整治、社会保障、就业创业、养老服务、教育事业、医疗卫生、文体事业、食品安全、住房保障、安全保障、交通出行、城

市管理、社区治理等方面。项目要具有全局性、普惠性、可行性，应对推进城厢经济社会发展能够产生良好影响，符合广大人民群众的根本需求，让大多数人民群众受惠受益，政府财力许可且属街道职能范围内，能够当年实施、当年完成、当年见效。

本次民生实事建议项目所提建议可通过电子邮件形式发送至邮箱：1345797370@qq.com。征集时间为即日起至2022年11月30日。

## “一薪为民” 南阳“综合查一次”调处欠薪解民忧

本报讯（记者 刘殿君 通讯员 张肖乐）为持续深化“萧山无欠薪”行动，切实维护劳动者合法权益和社会稳定，16日，南阳街道由劳动保障站牵头，联合8个部门力量，街道综合行政执法队提供执法支撑，强势开展企业工资支付“综合查一次”，全面排查治理欠薪隐患。

根据摸排线索，南阳某建筑工地拖欠9月份工资，涉及劳动者700多人，涉及金额500多万元。考虑到该欠薪纠纷涉及人数较多，检查组认真调查欠薪纠纷详细情况，与务工人员、项目现场负责人及纠纷所涉其他人员对欠薪情况开展详细座谈，并仔细排查该建筑工地的六项制度落实情况。

经检查发现，该工地存在劳动合同签订不规范，未按实填写农民工的劳动报酬等问题，因该工地没有及时向甲方申报工资款项，导致甲方款项没有到位，无法按时支付农民工工资。针对上述情况，执法人员责令该工地于下周五之前落实整改到位；重

新与农民工签订规范的劳动合同；抓紧向甲方申报农民工9月工资表。接下来，南阳街道劳动保障站将持续关注该工地的工资款项到位情况，第一时间督促其结清上述款项，确保被拖欠工资尽快全部足额支付。

南阳街道某足浴店拖欠10月以来的工资，涉及员工5人，欠薪金额合计18200元。执法人员将该店负责人带回南阳街道办事处服务中心，对其开展调查询问，并对其耐心宣传法律，摆事实讲道理，经过执法人员两个多小时的敦促教育，当天下午，该店负责人将拖欠款项全部结清，为这起讨薪纠纷画上圆满句号。

临近年底，辛劳一年的广大工友们都想工资安稳落袋，回家过个好年。下一阶段，南阳街道将持续开展多部门协同监管，专项整治拖欠工资的违法行为，努力实现欠薪隐患早发现、欠薪舆情早处置、欠薪线索早办结、欠薪案件早化解，严厉打击涉嫌拒不支付劳动报酬犯罪行为，全力维护劳动者合法权益。

## 闻堰“红马甲”上路 助力文明创建

本报讯（记者 盛凤琴 通讯员 马敏亮）为进一步助力文明城市创建，大力弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神，从11月10日起，闻堰街道在主要交通路口开展交通文明劝导活动，来自各村社的志愿者们积极响应，共同营造文明出行环境。

“您好，请不要越过斑马线。”上下班高峰期的路口，志愿者们头戴小红帽、身穿红马甲、手拿劝导牌，对非机

动车闯红灯、越线等候红灯、机动车不礼让行人和行人闯红灯、随意横穿马路等不文明行为进行劝导和纠正，引导广大群众自觉遵守交通规则，养成安全文明出行习惯。

下一步，闻堰街道将持续开展新时代文明实践志愿服务活动，用实际行动引导广大群众自觉遵守交通规则，传播文明出行理念，构建一个安全、有序、文明、畅通的道路交通环境。

## 居民回馈社会 主动为社区老人送餐

本报讯（通讯员 陈东荣）“陈奶奶，今天的盒饭到了，您趁热吃。”每天上午11点左右，在新街街道新润社区老年人过渡房里，金平阳大姐总会拎着十几份盒饭穿梭在社区老年过渡房的各个楼道里，跑上跑下十多趟。

在新街街道临时过渡房里，新润社区有450多名老年人集中居住在这里。社区党委书记徐剑波在平时的走访中发现，很多老人吃得特别简单，有的老人甚至煮一餐吃一天。徐书记觉得，这里的老年人是社区闻天下的功臣，作为组织要帮助老年人解决生活中的困难。今年9月，社区得到街道的支持，为老人们送餐解决这些高龄老人的就餐难题。

社区67岁的金平阳大姐听闻这个消息，主动要求加入为老年人送餐的志愿服务中。她说：“这几年，我一直都受到社区和街坊邻居的帮助，现在

我有力量、有时间来回馈社会。”社区鉴于金平阳的要求，答应她承担为老年人送餐的服务。就这样，从9月9日开始，每天饭点前，金大姐就拎着十几份盒饭挨家挨户给订餐老人送上门。“来，盒饭到了，我给你弄好就可以吃了。”金大姐来到居民李奶奶家里，见到因中风而行动不便的李奶奶，一边喊着李奶奶吃饭，一边手脚麻利地把饭和菜分开放进碗里，把筷子递到李奶奶手中。金平阳平时还会为需要特殊照顾的家庭整理房间、打扫卫生。像这样需要特殊照顾的老人，社区有5户7人。

社区退休职工冯大伯说：“我们年纪大了，买菜、做饭不方便，之前时常为吃饭忧愁，现在每天到点就有热乎的饭菜吃，价格还非常实惠，金姐还为我们送到家门口，多好啊！我们老年人真是享福了。”

目前我国慢阻肺患者将近1亿人

## 保护好你的肺 这几点很关键

### 哪些人容易患上慢阻肺

慢阻肺的病因复杂，总的来说可分为内部遗传因素和外部环境因素。有慢阻肺遗传家族史者患病概率更大。长期大量吸烟是慢阻肺第一高危因素。此外，儿童时期呼吸道感染，有哮喘、结核病史，长期接触粉尘等有害气体，空气污染也会引发肺部支气管的慢性炎症，破坏肺部组织，产生不可逆的损伤，导致慢阻肺。

长期从事煤矿采挖，石料加工的人或者有慢阻肺危险因素的其他人群，一旦经常出现慢性咳嗽、咯痰、气紧等表现，需要敲响慢阻肺的警钟，尽快寻求医生的帮助。

建议年龄超过40岁，有吸烟等慢阻肺高危因素，出现长期反复咳嗽、咯痰，伴有气短或呼吸困难、喘息和胸闷者，要警惕慢阻肺的可能。出现上述情况者应尽早到呼吸

专科就诊，完善肺功能等检查，早期明确诊断，接受规范化治疗以延缓慢阻肺的进展。

### 如何保护我们的肺

虽然目前的治疗技术和药物在不断发展，但是肺是不可再生的器官，因此慢阻肺是一种无法治愈的疾病。该病伴随患者终生，导致患者肺功能逐年下降，频繁住院治疗，严重影响患者的生活质量，加重经济负担。个人要降低慢阻肺患病风险、延缓慢阻肺的进展，可以从以下几个方面做起：

第一，戒烟。戒烟是降低慢阻肺发病率最行之有效的手段，任何时候开始都不算晚。

第二，改善工作居住环境。从事相关工作的人群需要做好职业防护，减少油烟、有害烟雾粉尘的吸入。

第三，慢阻肺患者要遵医嘱规律使用药物。对于吸入性药物，患者要掌握正确的吸入方法，勿自行停药，定期复诊评估治疗反

应，根据病情变化来调整药物治疗方案。

第四，适度锻炼。注意生活饮食习惯和适度运动，提高自身免疫力。慢阻肺患者适当做有氧运动、积极的肺康复锻炼可增强心肺功能，延缓病情进展。

第五，预防感染，接种疫苗。呼吸道感染是慢阻肺急性加重的重要因素。在秋冬季，大家可接种流感疫苗等预防感冒，降低急性呼吸道感染加重风险。避免接触其他呼吸道感染患者。



今年的11月16日是第21个“世界慢阻肺日”，今年的主题是“肺系生命”。

慢性阻塞性肺疾病，简称“慢阻肺”，是一种常见的慢性呼吸系统疾病。在生活中，我们经常听到“慢支炎”“肺气肿”的说法，可部分归类于慢阻肺的范畴。在临床，诊断慢阻肺有着严格的判定标准，需要结合危险因素、临床症状体征和肺功能等辅助检查。如何正确认识慢阻肺，如何预防和治疗慢阻肺，是大家尤其是老年人应该了解的知识。

### 慢阻肺早期容易被忽视

通常来讲，慢阻肺是一种伴有不完全可逆的气流受限和持续、反复的呼吸道症状，可预防和治疗的呼吸系统疾病。在我国乃至世界范围内，慢阻肺发病率高、致死率高、死亡率高，被称为肺部“沉默的杀手”。中国工程院院士王辰领衔的流行病学研究提示，