

积极应对人口老龄化

医养结合造福农村老人正当时

□吴先敏

第七次全国人口普查数据显示,农村老年人比重明显高于城市,农村养老面临着较大压力和

老服务模式提供了基本遵循。但是,在农村地区开展医养结合服务,也面临着特有的困难和障碍。

首先是养老观念有待转变。在农村传统养老观念中,家庭养老被认为是体面的养老方式,只有孤寡老人

其次是对农村老人而言,医养结合型养老方式的经济负担较重。慢

病、康养是一个长期过程,农村家庭难以承担持续的经济支出。

再次是医养服务衔接还需加强。农村地区医养结合机构是农村基层卫生机构及养老机构的延伸及优化。但

因此,各级政府要构建医养结合协调机制,特别是要把提高农村医疗服务质量作为医养结合发展的重中之

重。国家和地方财政可以考虑在每年的预算中设定对农村医养康养服务的

协议,为这些老年人开展上门服务;同时,鼓励社会力量参与,注重发展公

议,为这些老年人开展上门服务;同时,鼓励社会力量参与,注重发展公

当前,我国已经进入人口老龄化快速发展阶段,在农村健全“居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养相结合”

(作者单位:湖北省武汉市黄陂区卫生健康局)

老年人凭身份证享优待值得推广

□关育兵(教育工作者)

近日,湖南省卫生健康委、湖南省老龄工作委员会办公室联合印发《关于做好以身份证替代老年人优待证工作的通知》,明确从

在让老年人便捷享受社会服务上,一些地方已经进行了很多有益探索。在防疫常态化的当下,查验行程码、健康码成为各种场合的常态,对一些不会上网、不会使用智能手机的老年人来说,这就成了他们生活中的一只“拦路虎”。

衡量一个社会文明的程度,要看其对待弱势群体的态度。为老年人行方便,让老年人便捷地参与社会生活中来,是一个社会对老年人应有的温情与善意。取消老年优待证办理,让老年人可凭身份证享受相关优待,只是其中的一种努力,其他更多方面

本版文章不代表编辑部观点 投稿请发至 mzpjkb@163.com

青少年急救教育需精准指导

□付彪(公务员)

我国市民急救培训主要针对成年人展开,青少年协助救助他人生命或自救急救课程处于缺失状态。日前,广东省深圳市急救中心发布青少年急救课程,聚焦家庭、学校、道路“三大生活场所”

少年学会相应应急处理。

近年来,一些学校开展了各种各样的急救教育,但往往缺乏系统性、专业性,学生很难真正掌握相关急救知识。这说明,青少年急救教育仍处于初始探索阶段,体系化不足、专业化欠缺。相关专家表示,不同年龄段的人面对同样场景时产生的反应不同,因此需要匹配不同的急救方式。

国家对青少年急救教育的重视度

不断提高。2021年10月,教育部印发通知,明确实施青少年急救教育行动计划。2022年1月,教育部公布了首批201所全国急救教育试点学校名单

和《首批全国学校急救教育试点工作实施方案》。在此基础上,深圳市发布青少年急救课程,提炼出适合青少年的急救程序,根据年龄给出不同的施救举措,让学校急救教育更具可操作性,也给其他地区、学校开展急救教育

提供了参考。

急救要有专业性、实操性的教材。尽管目前的一些中小学教材中,有涉及急救的相关知识,但这些急救知识实用性、操作性不强。深圳发布的青少年急救课程,是一套比较专业系统的急救教材,不仅提炼出适合青少年的急救程序,还根据不同年龄段给出不同的施救举措。

对于青少年来说,遇到危急情况

的场景主要集中在家庭、学校、道路。有调查显示,近70%的急救事件发生在家庭。但涉及家庭方面的急救教育,更是“短板中的短板”。深圳市发布的青少年急救课程,聚焦家庭、学校、道路“三大生活场所”,围绕这些场所可能出现的失去意识、异物卡喉、触电等九大危急场景,指导青少年察觉危急场景,作出应急处置,具有很强的针对性、指导性。

学习急救知识,盲点在于实践,要注重进行沉浸式学习实践。这就要求学校在开展急救教育中搞好模拟情景练习,引导孩子们在遭遇紧急情况时,按照急救指引和急救程序展开力所能及的救助。只有手把手带着孩子们进行一次次模拟演练,才能让他们真正掌握急救知识,提高急救技能。

海拔越高越缺氧?专家这么说

据新华社西宁电(记者张子琪 顾玲)“西藏拉萨平均海拔3650米,春夏绿树成荫、鸟语花香;青海省茫崖市平均海拔3000米,常年植被稀疏,含氧量更低。”第二次青藏高原综合科学考察队成员、青海师范大学生命科学院教授马永贵说。

“海拔不是影响高原缺氧的唯一因素。”我国自然地理学专家、青海师范大学校长史培军对记者说。史培军教授的科研团队在第二次青藏高原科考中发现,海拔高度对于高原缺氧的贡献率只占39.58%,大气温度、植被

覆盖率、土壤、纬度等多重因素也发挥着重要作用。

青藏高原总面积约260万平方公里,大部分地区海拔超过4000米。研究表明,在海拔高度、大气温度、植被覆盖率、土壤等共同作用下,青藏高原近地表氧含量呈明显差异,东部高于西部,南部高于北部;森林高于草原,草原高于荒漠;夏季高于冬季,暖季高于冷季;中午高于清晨。氧含量总体呈现自东南向西北递减的规律。

“‘大美青海’风景迷人,但对身体的考验是一道‘难关。’”山东援青

干部王鲁谈起在青海工作的感受,心率变快,嘴唇发紫,常常失眠,耳鸣脱发……记者走访了解到,不少内地来青工作生活的普通人普遍受到高原缺氧的困扰。

“对于区域内人口与经济系统来说,缺氧是极其重要的致灾因子之一。”史培军说,当海拔高于2700米时,人体心血管系统和中央神经系统已受到缺氧影响,严重时会引起脑水肿、肺水肿等危险。

马永贵研究发现,慢性高原病的发病率与氧气含量有线性关系,氧气

含量越低,高原病发病率越高,“缺氧所致的慢性高原病使人们的期望寿命大大降低。”

在第二次青藏高原科考中,科研团队围绕“缺氧环境及其健康效应”课题,耗时5年,行程3万多公里,在青藏高原范围内的西藏、青海、云南、四川、甘肃、新疆等6省区共179个县域行政单元,对591个样点的近地表氧含量、气温、海拔、植被覆盖率等开展野外测量和实地考察。

“长期以来,国内甚至国际学术界普遍认为,海拔高度是决定高原缺氧

的唯一因素。这项研究改变了过去的认识。”研究团队成员、北京师范大学地理科学学部博士生陈彦强说。

史培军团队这一研究成果,为我国进一步细化高海拔地区补贴政策提供了科学依据。

第二次青藏高原科考2017年启动,由中国科学院青藏高原研究所牵头,主要研究青藏高原的水、生态、人类活动等环境问题,分析青藏高原环境变化对人类社会发展的影响,提出青藏高原生态安全屏障功能保护和“地球第三极”国家公园建设方案。

山西省儿童医院 开设公益家长课堂

本报讯(通讯员白晓璇 特约记者刘翔)“孩子在成长的过程中难免遇到磕绊,家长要陪伴孩子一起坚持,把磕绊转化为成长的契机。”近日,在山西省儿童医院(妇幼保健院)精神卫生科日前举办的公益家长课堂上,一名家长对记者说。

该科主任张达明引导家长从“重视与孩子建立关系、了解孩子内在的需要,建立完整的依恋关系”,到“理解孩子遇到困难时做出的‘战或逃’的生存策略”,再到“与孩子心无旁骛的互动策略”,抽丝剥茧,层层递进,聚焦家庭关系常见的困境,将一些帮助孩子调整情绪的小游戏、促进亲子互动的操作性强的方式方法,与家长们进行了分享交流。

张达明介绍,到心理门诊就诊的患者中,儿童青少年的比例在不断攀升。医生在帮助孩子解决问题时,要和家长协同联动,形成引导孩子成长的合力。

甘肃秦安拟建 区域中医医疗中心

本报讯 近日,甘肃中医药大学附属医院与秦安县政府共建区域中医医疗中心签约仪式在秦安县中医医院举行。双方将通过加强专科能力建设,建设高质量人才队伍,改善医疗服务,提升科学管理水平;力争用5年时间使秦安县中医医院达到三级医院医疗服务能力水平,同时在秦安县中医医院周边县区的区域中医医疗中心。

甘肃中医药大学附属医院将以党支部和科室融合共建、名中医巡诊、强化重点专科、完善诊疗项目、加强培训基地建设和中医人才培养等为重点,帮助健全秦安县中医药服务体系,提升基层中医药服务能力,加快优质中医医疗资源扩容和区域均衡布局。

(石忠义 李百龙)

养宠物有助老年人 大脑健康

据新华社北京2月27日电 美国神经病学学会近日发布的一项研究显示,养狗、猫等宠物可以减缓老年人认知能力下降的速度,有助老年人 大脑健康。

美国密歇根大学的研究人员分析了1369名平均年龄为65岁的老年人的健康数据。这些老年人在研究开始时认知能力都正常,53%的人养宠物,32%的人长期养宠物(养宠物时间达5年及以上)。这些人接受了多项认知测试,包括数字计数和单词回忆等常见测试。研究人员利用这些测试结果评估出一个综合认知分数,分数范围为0至27分。

结果显示,6年后,与不养宠物的

老年人相比,养宠物的老年人认知分数下降速度较慢,这种差异在长期养宠物的老年人中更为明显。长期养宠物的老年人6年后平均认知分数比不养宠物的老年人高1.2分。

研究人员表示,此前研究表明,养宠物有一些健康方面的好处,如降低血压等;而他们的最新研究发现,养宠物还可以防止认知能力下降。一个可能的原因是,压力会对认知功能产生负面影响,而养宠物有助减缓压力。

另外,养宠物还可能增加主人的体力活动,进而有益大脑健康。

这项研究计划于4月举办的美国神经病学学会年会上发表。



河东驿站暖民心

2月27日,在山西省运城城市河东驿站河东街站,工作人员为前来休息的环卫工人免费提供便民服务。河东驿站项目是运城城市确定实施的民生实事之一。今年1月,运城城市中心城区11座河东驿站全部建成,并免费向市民开放。 黔昶摄

新材料或可提高骨植入成功率

据新华社悉尼2月25日电(记者郝亚琳)澳大利亚悉尼大学参与的一项国际研究将抗菌材料用于制作传统骨植入物,从而降低感染风险,提高植入成功率。相关论文发表在《美国化学学会应用材料与界面》期刊上。

研究者认为,随着人口老龄化,骨植入手术将越来越普遍。根据澳大利亚骨科学会2021年关于全国关节置换登记的一份年度报告,2020年共有超过170万例关节置换手术登记。但是骨植入手术也有相当程度的失败率,植入物引发的感染和排异反应都会导致手术失败。

悉尼大学研究者及同事采用能生

物降解的聚乳酸做骨植入物表面涂层,利用澳大利亚核科学组织组织的百万伏特粒子加速器,将具有抗菌特性的金属镱离子注入涂层,同时添加人自身免疫系统可产生的防御素。

通过对对照组试验,研究者发现镱离子和防御素可使骨表面细菌数量减少近90%,同时降低免疫细胞对植入物的反应,从而将发生长期炎症的几率降低45%。聚乳酸构成的植入物表层将在达到预防感染的目的后逐渐降解。

下一步,研究团队还将使用一些对抗生素具有耐药性的菌株继续测试这种新植入材料,以确保它可以促进骨头的生长和愈合。

本报讯(记者喻文芬)近日,从海南省三亚市飞往四川省成都市的一航班上,一名孕妇突然羊水破裂即将分娩。恰好四川省人民医院肝胆外科护士刘媛也在这趟航班上,在她的帮助下,航班乘务组紧急处理,在万米高空上用毛毯搭起“临时产房”。在大家的全力配合下,女乘客顺利生产。客舱内旅客们发出阵阵掌声,祝福婴儿平安诞生。

当天,飞机起飞四五十分钟时,机舱内突然响起了寻找医务人员的广播。听见广播后,刘媛立即就过去了,当时孕妇表情痛苦,正在大声呻吟,并且羊水已经破了。

刘媛立即让孕妇躺下,防止羊水流得更多。刘媛询问得知该孕妇的孕周达32周,已是第二胎。由于飞机上条件有限,刘媛便尽可能利用空间,为助产做准备。随后,空乘人员给刘媛找来一副清洁无菌的橡胶手

飞机上孕妇早产 护士现场接生

套,刘媛戴上后立即给孕妇检查,这时宫口差不多已经开全了,已经摸到了胎头。

刘媛协助孕妇摆好姿势,让她调整呼吸,给她按摩,减少疼痛感,宝宝很快呱呱坠地。刘媛给小宝宝清理羊水,拍了一下,宝宝哭出来了,且能自

主呼吸,一颗悬着的心终于放下。接着,她用急救包里的脐带夹夹脐带,等待下机后再进行后续处理。隔了十分钟左右,刘媛发现胎盘没有出来,她又按压了产妇产宫。过了一会,胎盘出来了,发现没有大出血,刘媛这才放心。