

健康生活如何实现“可持续发展”

编者按

射箭、高尔夫、陆冲、匹克球、投篮……8月5日,杨浦区大学路限时步行街上,全民健身日“运动集市”暨“Young情夏夜”体育消费主题活动火热开启。“边逛边玩,特别热闹。”住在附近的邓女士说。全民健身日“全城热练”的场景,彰显了人们对健康的日益重视以及健康意识的日益提升。目前,“健康杨浦”建设正在蓬勃开展。

九旬老人为何为长护险护理员写下长长的感谢信?如何创新实践重大慢病防控可持续发展模式?工地上的体检现场怎么还成了“健康课堂”?在夏令营体验了父母从医路之后,他为何更坚定了长大后当医生的决心?

创造更高品质生活,努力全方位、全周期保障群众健康是首要前提。从“以治病为中心”迈向“以健康为中心”,杨浦积极践行人民城市理念,在健康管理可持续发展的创新融合之路上“大步前进”。



九旬老人为“最美护理员”写下长长的感谢信

随着社会老龄化程度的加深,“长护险”对市民来说早已不是一个陌生词汇,而长护险护理员,对失能老人及其家属,也早已不是陌生职业。他们中,有的因为老人的一句话决定坚守;有的用专业技能帮助老人重新下床,重拾生活信心……

近日,首届杨浦区长护险“最美护理员”名单出炉。

一位患有严重皮肤病的九旬老人,曾为“最美护理员”钱翠红写下长长的感谢信。

钱翠红至今记得第一次见到老人时的场景,“大腿到脚面的皮肤溃烂流水,看到老人眼中的绝望,很心酸。”于是,她在网上查找相关治疗方案,四处奔波买药,再带着药到三甲医院咨询医生,利用休息时间每天上门为老人涂药包扎……在钱翠红的悉心照料下,老人的皮肤逐渐好转、结痂痊愈。老人多次提出给予报酬,都被婉拒。

在女性占据大半边天的“护理

界”,张荣书这样的男护理员属于“稀缺款”。一位老伯的尴尬,让这位“最美护理员”印象深刻:“老人说,想找到一位专业的男护工帮我洗澡是一件多么困难的事。”后来,这成为张荣书选择在养老行业坚持的原因之一。

而照护阿尔茨海默症老人,让张荣书对护理员这份工作有了更深的体悟:“不能按部就班、照本宣科,随时会有突发情况,需要护理员有较强的心理调适能力。护理工作远没有想象中那么容易,要不断学习新知识、新技能,提高服务水平。”

8月2日,2023年度长护险服务人员职业技能竞赛在上海三明大厦落幕。活动自7月中旬启动以来,杨浦各护理机构结合实际,组织开展内部培训、内部选拔,共选送50名优秀护理员参加技能培训及竞赛。

经过激烈角逐,本次竞赛共诞生一等奖1名、二等奖3名、三等奖6名,优胜奖10名。“比赛既重技能表现,又重人文关怀,让我深受启发。”一位获奖护理员表示,在未来的工作中,将更为注重规范操作以及与老人的沟通交流,把政策的“春风”吹进老人心里。

如今,“长护险”的普及面在不断扩大,据了解,自启动长护险试点工作以来,杨浦已有3.4万失能老人享受长护险照护服务。张荣书表示,会在这条路上坚持不懈地走下去。钱翠红已在护理员岗位上坚守多年。她说:“每个人都有老去的一天,善待老人,让他们安享晚年。”

杨浦区医疗保障局局长刘欣宇告诉记者,接下来将进一步健全长护险居家护理人才培养制度,鼓励各护理机构多措并举,增强长护险居家护理员的职业认同感、荣誉感,让更多专业、更贴心的护理服务走入千家万户。

杨浦区医疗保障局局长刘欣宇告诉记者,接下来将进一步健全长护险居家护理人才培养制度,鼓励各护理机构多措并举,增强长护险居家护理员的职业认同感、荣誉感,让更多专业、更贴心的护理服务走入千家万户。

创新实践重大慢病防控,把居民的健康“管”起来

近年来,杨浦区医保局联合杨浦区卫健委、杨浦区体育局和上海体育学院深化拓展基于健康医保理念的社区(运动)健康师试点项目,推动健康关口前移,不断提高居民健康水平,保障医保基金可持续发展。

日前,杨浦入选“2023年全国防

控重大慢病创新融合试点项目高质量健康管理区域”。

全国防控重大慢病创新融合试点项目经国务院健康中国行动推进办公室批准,由中华医学会健康管理学分会、中国疾病预防控制中心慢病中心、中国健康促进基金会负责具体实施,并纳入健康中国行动推进办重点项目。项目旨在实现以体检向健康管理转变,创新实践重大慢病防控可持续发展模式。

下一步,区医保局将以推动建设该试点项目为契机,进一步加强部门协同,明确实施路径,规范实施内容,建立科学评估机制,形成可落地、可持续、可推广模式,努力全方位、全周期保障群众健康,助推健康中国建设。

工地上的体检现场成了“健康课堂”

建筑工人周剑涛在中建三局工作多年,目前,杨浦滨江南段的美团上海科技中心项目工地上热火朝天,周剑涛和工友们正在争分夺秒赶工期。炎热天气下进行户外施工作业,保障建筑工人的身体健康,是抓紧抓实安全生产的重要一环。

近日,上海市第一康复医院的医护人员“送检上门”,抽血、量血压、测心电图……周剑涛和工友们在医护人员的指引下,逐项完成体检。“医护人员带着设备来到工地,让我们不用去医院排队,节省了不少时间。”周剑涛说,体检每年工会都会组织,“这是对身体健康的保障。”

对工人们来说,体检现场也是“健康课堂”。检查过程中,医护人员不忘开展工伤保险政策宣传和工伤康复宣教,并针对建筑行业的常见病、多发病,进行了专业性指导,提醒工人们在户外施工作业时加强安全防护,注意防暑降温。

“这次体检,我们根据建筑工人的工作特点,对项目进行了调整优化。”上海市第一康复医院门诊办公室副主任张静介绍,下一步,医院将向杨浦滨江建设者提供从康复到疾病预防、健

康管理延伸的多样化服务。

参加完夏令营,他更坚定了长大后当医生的决心

刘宇杰的妈妈在杨浦区中心医院急诊室工作,因为从小耳濡目染,刘宇杰对于心肺复苏、海姆立克急救法等专业术语都很熟悉,也深知医护人员的辛苦。

今年暑期,刘宇杰参加了“体验父母从医路”职工子女夏令营,在上急救课时,他十分认真地倾听每一个要点,并“抢”着上前操作。“因为救人很有成就感。”刘宇杰说。

就医流程参观、导医岗位体验、急救课程实操、血细胞的奥秘实验、手术室探访……本次夏令营为期3天,30余名杨浦区中心医护人员子女深入医院急诊、门诊、手术室及各个专科,进行沉浸式学习,并与医护人员、患者面对面沟通交流。

张仲卿的印象里,妈妈总是很忙,在家时也是很疲惫的状态,“她偶尔会和我谈论手术室里发生的事,但对于我来说,医院始终是一个神秘的地方。”张仲卿说,尽管还没想好长大后要做什么,但通过这次夏令营,学到了很多新知识,让他对妈妈的工作有了更多的理解。

据悉,“体验父母从医路”职工子女夏令营至今举办了九届。今年在保留了《急救小达人》《血细胞的奥秘》等经典课程的基础上,增加了一些“新面孔”,如特警教授防身技巧,消防员讲解各类救援装备等。值得一提的是,本次夏令营首次设置与上海电力大学合作的主题课程,包括解析电的奥秘、参观人工智能实验室等。

体验了父母从医路,学习了各个领域的知识,又与同龄人交上了朋友,近日,刘宇杰带着满满的收获,结束了本次夏令营的行程。他告诉记者,参加完夏令营,更坚定了长大后当医生的决心,今后会更加努力学习,为这个理想做好准备。

■记者 毛信慧 实习生 严殊雯

