

镇海招宝山街道在居民楼道里安装千把休息椅

楼道休息椅:老人的“转角之爱”



家住一楼的居民晾晒衣服不太方便,如何帮助解决?老人爬六七层的楼梯时,想半路歇歇脚,有什么好办法?这些小事虽不起眼,却是市民在生活中天天都会碰到的问题。为此,镇海区招宝山街道推行楼道转角椅安装、晾衣架制作等179项“微民生”项目。截至目前,这些项目已投入资金近千万元,服务群众20余万人次,解决各类民生问题1000余个。

“看上去微小的民生项目,实际上关系着百姓最密切的需求。因此,我们在文明城市的创建中,把发现的类似问题和不足都纳入‘微民生’项目,集中解决。”镇海区委宣传部副部长、区文明办主任李阳育说。

记者 张昊 通讯员 沈颖

“文明晾衣架”引导居民文明晾衣

晒衣难是不少一楼居民遇到的生活难题。一些居民选择将衣服、被子搭在小区绿化带、小区健身器材上晾晒,或者在两棵树之间拴根绳子晾。这样既不文明,也不雅观,小区其他居民意见不小。

“过去没有晾衣架的时候,晒衣服、被

子很不方便,有时没办法就只能到绿化带上去晒。”镇海后弄48号一楼居民黄阿善说。

针对这一情况,招宝山街道四处取经,在经过几次民主决议后,确定在不影响小区居民出行、不影响绿化带的情况下,在一些小区试行推出活动式或固定式的晾衣架。这

一举措,得到了绝大多数居民的欢迎。

“文明晾衣架”广受好评后,招宝山街道督促各社区结合自身实际情况搭建晾衣架,解决居民晾衣难问题,引导居民文明晾衣。截至目前,该街道辖区10个社区均建起了晾衣架,数量近900个。

楼道休息椅供老人爬楼中途歇脚

“小区里的老年人越来越多,上下楼很费力,现在楼道里有了休息椅,让我们在爬楼梯的途中歇歇脚,他们想得太周到了。”镇海顺隆社区的王佳英说。

招宝山街道地处镇海老城区,老年人占比较高,而当地的老小区基本没有电梯。对老人们来说,上下楼多少存在一些

困难。

考虑到这一情况,招宝山街道前往杭州取经,并于去年7月开始,在社区的一些楼道转角共安装了1000多把专供老人休息的椅子,包括防滑扶手。与此同时,街道还在杭州的休息椅基础上进行了改进,在一旁的墙壁上增加了一个不锈钢挂钩。

“很多老人每天都出门买菜,有的爱干净,不喜欢把东西放地上,这个时候,他们就可以把菜篮子、袋子挂到钩子上。”招宝山街道工作人员告诉记者,为了保证椅子的使用安全,社工每月都会进行检查,看看是否牢固。下一步,他们还考虑增加休息椅的覆盖密度。

“流动会议室”随时随地知民意破难题

一本民情日记、一叠宣传资料、一把小板凳……百名社区工作者一改之前邀请居民前往社区开会的模式,主动到包片区域,在楼道下、长廊里、居民家里征求意见、解决问题,这就是招宝山街道下辖的10个社区推行的“流动会议室”。

“哪里有问题,会议室就‘流动’到哪里,这样我们就能在第一时间了解居民需求,并及时有效地解决出现的问题。”招宝山街道相关负责人说。

据了解,每个社区还结合自身的特色、优势资源以及居民需求等因素,分别围绕“孝道”、“爱心”、“健康”、“绿色环保”等10个主题,成功打造出各有特色的“微民生”项目,进而形成了一个精品服务项目。

西门社区将辖区内的爱心幼儿园、理发室、托管服务中心、慈善超市和再就业基地等14个“爱心”项目进行连片整合,打造成“社区爱心一条街”。经营场地由社区免费

向经营者提供,经营者将省下来的房租费以优惠服务价反馈给社区居民。社区居民可凭“爱心服务卡”,到各“爱心”服务场所享受优惠服务。

招宝山街道把各社区亮点突出、成效显著的项目列入街道级“微民生”项目,统筹安排保障资金和服务队伍,在全街道进行推广。如总浦桥社区的“爱心车轮食堂”项目经推广后,送餐范围已辐射整个镇海城区60岁以上老年人。

铁路宁波站 整治违停非机动车

铁路宁波站高架出发平台只允许机动车行驶,行人和非机动车是严禁通行的,但此前该处高架有多个进出口与地面相连,因此时不时会有一些非机动车及行人走上平台,从这里进站乘车。从昨天开始,宁波铁路交警部门会同南站区域综管办、海曙交警大队及车站共同开始对二层平台上的非机动车进行整治,希望通过一段时期的整治和疏导,改善宁波站二层出发平台的交通环境。

宁波铁路派出所民警告诉记者,很多人走上平台或骑车上平台也并不是图方便,而是对车站周边设施不了解,看到机动车开上了平台,也就想当然地上来了,其实通过这种方式进站费事又费力,因为在南广场公交车站就有一处很醒目的非机动车停车场,在这里停车后,可通过一层进站大厅的自动扶梯直接到二层进站,距离短,更方便。

记者 范洪 通讯员 邬世权

高龄产妇突发羊水栓塞

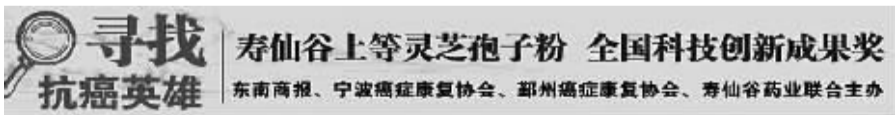
上月,湖南产妇生产时大出血死亡的事件引起广泛关注,也让更多的人了解到羊水栓塞这一产科并发症。记者昨日获悉,8月20日,一名高龄二胎产妇在明州医院生产时也突发羊水栓塞。经过2个多小时的紧张抢救,医生们最终战胜死神,母子俩于前天平安出院。

舒女士是一名42岁、第8次妊娠、足月第二胎的湖南籍外来务工人员,8月20日早晨7点顺利分娩出一名健康男婴。但产后出血量突然增至1700毫升左右,医生采取措施后出血有所减少,1小时后,出血量再度增加。高度警觉的产科大夫意识到这很有可能是羊水栓塞引起弥散性血管内凝血,此后医院实验室检查证实了医生的看法。在随后的抢救过程中,医生向家属交待了病情,征得家属同意后,立即为舒女士施行了子宫切除术。

据介绍,“羊水栓塞”发病率很低(4/10万~6/10万),但死亡率极高,即使积极地抢救,仍可高达80%,死亡的时间快可从数分钟至数小时,有的甚至连抢救的时间都没有。

记者 鲍云洁 通讯员 明明

癌症不可怕 健康心态最重要



“癌症不一定会要你的命,但压抑的心情却一定会毁掉你的生活。”这是55岁汤谷瑛的亲身体会。患癌后的那段经历让她至今心有余悸,这也让她在帮助病友的时候,更关注对方的心理状况。

闯过两道关,抑郁比癌症更可怕

2000年,40岁的汤谷瑛风华正茂,家庭和事业双丰收,浑身散发着成熟女子的风姿和气质。一场突如其来的灾难让她措手不及——她查出了进展期乳腺癌,需要切除乳房。

术后拆线,虽然事先已有心理准备,但她还是被身上深深凹陷的疤痕惊呆了。曾经开朗健谈、人缘很好的她突然变得整天沉默寡言,心事重重,路上远远看到熟人就赶紧绕道走。

从焦虑失眠发展到抑郁症也就几个月的时间。“抑郁比癌症还要痛苦,那种精神上的难受是语言无法形容的,那会儿我就觉得只有死

才能得到彻底的解脱。”

带着寻死的念头,她偷偷攒下四五十粒安眠药,丈夫发现后吓坏了,伤心地说:“虽然不是你得病,但我才是真正的受害者!”

舍不得丈夫和孩子,汤谷瑛决定接受抗抑郁治疗。“后来发现其实只要自己不在意,也没什么大不了,很多时候都是自己想多了。”汤谷瑛说。

她用亲身经历鼓励病友

2002年,身心恢复的汤谷瑛加入市癌症康复协会,此后她一直帮助有着类似经历的朋友们。碰到家庭困难的病友,她就帮着联系低保,时不时还给对方塞点钱;碰到缺乏家庭温暖

的病友,她就经常送汤送饭,给其生活上的关怀;更多的是精神上的支持,因为自己抗抑郁的那段经历,她非常关心病友的心理状况。“癌症病人尤其是乳腺癌患者容易出现心理问题,它对身体的危害往往比癌症本身还大。”

有一位姓王的乳腺癌患者,虽然做了保乳手术,但原本夫妻感情就不太好的她最终还是避开了离婚的结果。她想不开,整天靠安眠药入眠,汤谷瑛熬了虫草老鸡汤送到医院,用自己的亲身经历来鼓励她走出心灵困境。一连几个月,她和协会的其他两位干事轮流到医院给她做思想工作,终于帮助她走出了这段黑暗的人生阶段。如今,这位王女士越活越精彩,事业上也非常成功。

与之形成鲜明对比的是,李女士也在10多年前查出乳腺癌,手术后健康状况一直不错。孙子出生后,她一边忙家务,一边带孙子,但儿媳一直不太理解她,过度劳累再加上心情不好,近两年她又查出肺癌,并发骨、肾、脑转移。

“心情不好对病情的危害真的很大,每次通话她都要和我倾诉一两个小时,她说自从癌症复发后,儿媳就带着孩子住到娘家去了,还跟孩子说奶奶的病是要传染的,不要靠近。如

今李阿姨一只手已经抬不起来了,自己连裤子都系不上,中午儿子不在家,她自己拿早上的冷饭在微波炉里转一转算一顿中饭。今年春节我和协会的干事们带着年糕、香肠等食品给她过了个年,我自己也给她塞了500元钱,真的蛮心酸。如果平时家人能多一点关心和理解,或许当初她的病情根本就不会复发。”

还有一名和汤谷瑛关系很好的病友,长期患有失眠症,前段时间查出肝里有肿瘤,这位病友起初以为是乳腺癌转移到肝部,非常害怕,等检查结果的日子里一天天憔悴下去,几乎就要卧床不起了,汤谷瑛怎么劝也不起作用,结果医生说是原发性的肝癌,而且是早期,治疗后应该问题不大,这位病友心情立即好起来,身体也很快恢复了。

■医生点评

市第一医院放疗科主任郭建新:癌症患者当中,有抑郁情绪或有抑郁症的比例是非常大的,没有科学证据直接证明抑郁会导致癌症复发,但抑郁、失眠等会导致身体内环境紊乱,从而让免疫力低下,对癌症的发作是有促进作用的。 记者 鲍云洁