

# 帮老人做完所有事情，就真的是对老人好吗？

## 专家：养老护理理念需要更新

记者 王佳  
通讯员 夏晓群 梅薇

“5年了，这是我第一次离开床榻、坐到桌边用餐，和大家聊聊天，心情舒畅，胃口也好些了。”近日，住在宁波市社会福利中心养老服务项目福龄颐养院的陈大伯对记者说。

陈大伯因左侧肢体偏瘫，之前在家时一直卧床护理，今年市社会福利中心全新开放，老人住后有了不一样的感受。升国旗、画国画、打中国结，不少失能半失能老

人在护理员的支持下走出房门参与院内活动。

“如何安全有效地维持甚至提高老人原有的能力，这个比‘代劳’要难得多。”福龄颐养院院长杨洋毕业于日本广岛大学，研究生阶段就读专业正是老年福祉。工作多年一直深耕在养老一线。

“我们倡导、坚持在保障安全的前提下，支持老人完成他们愿意尝试的广泛的行为，也就是‘自立支持’。”杨洋说，这个理念在当下被接受的程度还很低。

记者在采访中，也听到因理念

差异存在的尴尬。一名老人家属投诉护理员太“冷漠”，看到老人吃得那么慢，也不帮忙喂一下，有时候饭都从勺子里抖出来了。其实，给老人喂饭是相对容易和简单的，喂饭往往比关注、支持、等待老人慢慢吃完需要花费的时间和精力少得多。老人有时候就像孩子一样，当你帮他做得越多，他进步得就越慢；为老人代劳的越多，他退化得就越快。

“谁都希望年老时，能生活得有尊严、有品质。尽可能地去维持老人原有的功能，才是真的对老

人好。”杨洋坦言，就像从吃饭穿衣开始，慢慢地进行一些日常生活行为训练、维持生活习惯对认知症长者更是有益的。

据悉，在日本，30年前开始倡导以“自立支援”为主旨的养老照护活动；50年前欧洲主张：老人就算患了失智，也需要维护他们的能力和尊严。

“在提升护理能力的同时，我们也需要更新护理理念、养老理念，共同努力让每一位老人的晚年生活更舒畅。”这是甬上养老工作者的期待。

# 共享花园

前天，在鄞州白鹤街道周宿渡社区的“共享花园”里热心居民在整理新栽种的花草。之前此处是一块杂草丛生、时有生活垃圾堆放的荒地，经过居民自发“献花”，这里已变成了“共享花园”。  
(丁安 邱琳雯 摄)



# 一天一包烟，七旬大爷进了抢救室

## 医生提醒：心血管疾病患者一定要戒烟

### 说说身边事 给你提个醒

本报讯(记者陈敏 通讯员徐晨燕)“饭后一根烟，胜似活神仙”。一天要抽一包烟的岑大爷怎么也想不到，因为这个“爱好”，自己到鬼门关走了一遭。医生提醒：患有心血管疾病的人，一定要戒烟。

岑大爷今年71岁，慈溪人。5年前岑大爷被查出患有高血压，遵照医生的嘱咐，“老烟枪”岑大爷按时吃药、定期随访，并开始戒

烟。但是戒烟一段时间后，岑大爷忍不住又偷偷吸上了，从原来的一天两包改为一天一包，他思量减少了一半应该不会有问题了。

可就在10多天前，岑大爷开始出现胸闷。那天一早，他去菜市场买菜，回来的路上突然感觉胸痛难忍，大汗淋漓。岑大爷捂着胸口趴在路边的围栏上，被认识的人送到了当地医院。

岑大爷很快就被下了病危通知书，原来他是心梗突发，心电图发现广泛心肌梗死，高度怀疑主干的动脉完全闭塞，也就是说供应他心脏一半血液的血管被堵死了。

一番抢救后，岑大爷被转送到宁波市医疗中心李惠利医院胸

痛中心，当时他已是命悬一线。“心肌广泛缺血坏死，又有源性休克、室颤，救治的成功率只有20%。”急诊科的胡万英主任跟他的家属交代。

要救治就必须打通堵塞血管，恢复心脏的血供，但风险极大。家属商量后，决定放手一搏。就在岑大爷从急诊转到导管室门口时，又突发室性心动过速，再次电击……此时岑大爷已神志模糊，呼之不应。等候已久的救治团队包括麻醉科、IABP团队等10多名医生、护士、技师立即将呼吸机插入气管维持呼吸、放置主动脉内球囊反搏抗休克等抢救。

所幸多年的技术积累，冠脉介入团队顺利打通了岑大爷的血管，及时恢复了血供。岑大爷被送入心脏监护病房，治疗一周后，才得以脱离危险。

“都是吸烟惹的祸。”得知岑大爷每天一包烟，胡主任直摇头，“吸烟者比不吸烟者心肌梗死发病率高2至6倍，吸烟是引起冠状动脉粥样硬化的主要有害因素。”

“虽然岑大爷定期随访、按时吃药，但抵不上每天一包烟对血管的损害。”胡主任强调有心血管疾病的患者要戒烟，吸烟是诱发心梗的独立高危因素，二手烟同样损害血管。

【紧接第1版】杨浦滨江逐渐从以工厂仓库为主的生产岸线转型为以公园绿地为主的生活岸线、生态岸线、景观岸线，昔日的工业锈带变成了生活秀带，为上海增添了一道靓丽的风景线。习近平指出，文化是城市的灵魂。城市历史文化遗存是前人智慧的积淀，是城市内涵、品质、特色的重要标志。要妥善处理保护和发展的关系，注重延续城市历史文脉，像对待“老人”一样尊重和善待城市中的老建筑，保留城市历史文化记忆，让人们记得住历史、记得住乡愁，坚定文化自信，增强家国情怀。

习近平沿滨江栈桥步行察看黄浦江两岸风貌，了解人文历史和城乡变迁，走进雨水花园实地考察城市环境综合治理和海绵城市建设等情况，并乘车沿途察看渔人码头、杨树浦港旧址等地标景观，对杨浦区科学改造滨江空间、打造群众公共休闲活动场所的做法表示肯定。在参观途中，遇到许多正在健身的市民，习近平同他们亲切交谈。习近平指出，城市是人民的城市，人民城市为人民。无论是城市规划还是城市建设，无论是新城区建设还是老城区改造，都要坚持以人民为中心，聚焦人民群众的需求，合理安排生产、生活、生态空间，走内涵式、集约型、绿色化的高质量发展路子，努力创造宜业、

宜居、宜乐、宜游的良好环境，让人民有更多获得感，为人民创造更加幸福的美好生活。

位于浦江岸边的人人屋党群服务站是一个开放式党建服务平台，习近平向服务站工作人员和居民详细询问这里开展基层党建和公共服务情况。一位年近九旬的老党员、老党员激动地向总书记介绍说，自己是土生土长的上海人，见证了上海从旧中国到新中国、再到新时代的巨大变化，为中国共产党和中国特色社会主义感到无比自豪。习近平鼓励她多向年轻人讲一讲，坚定他们对中国特色社会主义的道路自信、理论自信、制度自信、文化自信。

临近傍晚，习近平来到长宁区虹桥街道古北市民中心考察调研。古北社区居住着来自50多个国家和地区的居民。习近平听取社区工作人员介绍，习近平向服务站工作人员和居民详细询问这里开展基层党建和公共服务情况。习近平指出，城市是人民的城市，人民城市为人民。无论是城市规划还是城市建设，无论是新城区建设还是老城区改造，都要坚持以人民为中心，聚焦人民群众的需求，合理安排生产、生活、生态空间，走内涵式、集约型、绿色化的高质量发展路子，努力创造宜业、

业服务机构。习近平逐一察看涉外人员服务窗口、老年助餐点等，了解社区生活、文化、养老等便民服务情况。在老年助餐点，习近平正在用餐的居民热情交谈，询问饭菜可口不可口、价格贵不贵、对社区便民服务还有什么新要求。习近平指出，城市治理是推进国家治理体系和治理能力现代化的重要内容。衣食住行、教育就业、医疗养老、文化体育、生活环境、社会秩序等方面都体现着城市管理水平和服务质量。要牢记党的根本宗旨，坚持民有所呼、我有所应，把群众大大小小的事情办好。要推动城市治理的重心和配套资源向街道社区下沉，聚焦基层党建、城市管理、社会治理和公共服务等主责主业，整合审批、服务、执法等方面力量，面向区域内群众开展服务。要推进服务办理便捷化，优化办事流程，减少办理环节，加快政务信息系统资源整合共享。要推进服务供给精细化，找准服务群众的切入点和着力点，对接群众需求实施服务供给侧改革，办好一件件民生实事。

离开社区时，居民们热情聚拢在路边，争相同总书记握手道别。3日下午，习近平听取了上海市委和市政府工作汇报，对上海各项重点工作给予肯定。他希望上海认真贯彻落实党中央重大决策部署，持之以恒，再接再厉，奋力创造新时

代新奇迹。

习近平强调，要深入学习贯彻党的十九届四中全会精神，提高城市治理现代化水平。要统筹规划、建设、管理和生产、生活、生态等各方面，发挥好政府、社会、市民等各方面力量。要抓一些“牛鼻子”工作，抓好“政务服务一网通办”“城市运行一网统管”，坚持从群众需求和城市治理突出问题出发，把分散式信息系统整合起来，做到实战中管用、基层干部爱用、群众感到受用。要抓住人民最关心最直接最现实的利益问题，扭住突出民生难题，一件事情接着一件事情办，一年接着一年干，争取早见成效，让人民群众有更多获得感、幸福感、安全感。要履行好党和政府的责任，鼓励和支持企业、群团组织、社会组织积极参与，发挥群众主体作用，调动群众积极性、主动性、创造性，探索建立可持续的运作机制。

习近平指出，要深入推进党中央交付给上海的三项新的重大任务落实。上海自贸试验区临港新片区要进行更深层次、更宽领域、更大力度的全方位高水平开放，努力成为集聚海内外人才开展国际创新协同的重要基地、统筹发展在岸业务和离岸业务的重要枢纽、企业走出去发展壮大重要跳板、更好利用两个市场两种资源的重要通道、参与国际经济治理的重要试验田，有

# 本周两头晴中间雨 昼夜温差继续拉大



本报讯(记者厉晓杭 通讯员虞南)银杏叶黄，秋意渐浓，眼下甬城迈入深秋时节。昨天，一场小雨暂缓了秋燥。不过新一周开始，甬城依然晴好开场。

近期，冷空气的势力整体不强且位置偏北，各地气温虽有波动，但整体仍将维持在较常年同期偏高的水平。上月底，江南地区出现小到中雨，浙江、福建北部气象干旱有所缓和，但长江下游及江南南部累计雨量仍较常年同期明显偏少。根据中央气象台预报，未来10天，江淮、江南及华南大部降雨持

续偏少，上述地区气象干旱区将继续维持。

受辐射降温影响，甬城昼夜温差将继续拉大。有关气象专家解释，在天气晴朗的时候，白天大地会接收到很多太阳的热量，气温就上升得快；而如果在同样晴朗无云的夜里，大地在白天吸收的热量就会很快散失掉，导致气温迅速降低。在晴朗的日子，白天升温 and 夜晚降温就更加明显，一天之内仿佛经历两个季节。

根据预报，本周我市6日到7日有弱降水，其余时段以多云或晴为主。最低气温8日前12℃至14℃，9日起10℃上下；最高气温6日前20℃至22℃，7日起18℃至20℃。此外，气象部门提醒，今天早晨我市局部地区有雾，请大家注意防范。

# 粗心外婆丢外孙 热心邻居帮找回



本报讯(鄞州区委报道组杨磊 通讯员叶子纯 记者王博)近日，家住鄞州区中河街道汪董小区的冯阿姨抱着3岁的外孙出门，下楼后只让外孙独自待了几分钟，孩子就不见了。好在众邻居帮忙寻找，一小时后找回了孩子。

“你在这里等着，我上楼取件衣服。”当天早上7点半，冯阿姨抱着外孙出门散步，下楼后发现天气有点凉，便让外孙在楼下等着，自己上楼取衣服。没想到就取件衣服的工夫，孩子不见了。

“孩子去哪里了？”冯阿姨慌了神，急得像热锅上的蚂蚁。此时，她遇到来小区开展老旧小区改造工作的汪董股份经济合作社党支部书记汪文祥，得知情况后，汪文祥立

即发动小区里的邻居帮着寻找孩子。邻居们十分热心，有的边走边喊孩子的名字，有的骑自行车绕着小区寻找。

幸运的是，门卫保安傅章财在当班时发现了孩子。“平时孩子都是外婆带着出门的，今天怎么一个人跟在汽车后面呢？”傅章财在这里做了多年保安，对小区居民比较熟悉，便上去把孩子抱到了门卫室。

“孩子可能怕生人，不肯说话，问他外婆在哪里，始终不回答。”傅章财说，为了防止意外情况发生，他自掏腰包，让孩子在门卫室旁的摇摇车里玩一会儿。不久，寻找孩子的邻居来到门卫室，找到了正在摇摇车里开心玩耍的孩子。

看到外孙安然无恙，冯阿姨非常激动，连连向帮助寻找孩子的邻居和保安师傅道谢。“要不是你们帮忙，孩子可能已经出了小区。”冯阿姨心有余悸地说。

# 以合围之势打击虚假诉讼



朱泽军

宁海县人民法院为有效防范和打击虚假诉讼，维护司法公正和司法权威，近日发布了虚假诉讼线索举报奖励办法，对举报虚假诉讼并经查实的，举报人最高可获2万元至20万元的奖励。

虚假诉讼是指当事人出于非法动机和目的，利用法律赋予的诉讼权利，以虚假的诉讼主体、事实及证据的方法提起民事诉讼，使法院作出错误的判决、裁定、调解的行为。人民法院的审判工作是一项重要而严肃的司法活动和行为，诚实诉讼是当事人的基本底线。有的当事人为损害他人合法权益，达到非法目的而实施虚假诉讼，这是对法律权威与司法公信的蔑视和挑战，具有严重的社会危害性。它严重扰乱正常的民事诉讼秩序，损害第三人的合法权益，冲击着社会诚信体系，人民群众对此深恶痛绝。

如果任由虚假诉讼泛滥，后果不堪设想。防范和打击虚假诉讼，司法机关责无旁贷。对民事审判负有重要职责的各级人民法院，在审理虚假诉讼高发的民间借贷纠纷案件中，需要不断提高法官社会阅历、审判经验和技巧，防止、纠正和制裁惩罚各类虚假诉讼。与此同时，还需要多方出击，从立法、执法和社会各个角度予以防范和打击，这其中包含广大人民群众的积极参与。我们经常说，人民群众的眼睛是雪亮的，制造虚假诉讼者生活在人民群众当中，他们造假的一言一行，其周围群众看得最清楚，了解得最透彻。造假者所做的每一件事情，很难逃过群众的眼睛。

所以，维护法律权威，保障社会稳定，需要广大人民群众的积极参与和配合。

(欢迎投稿，来稿请发民生邮箱 1871684667@qq.com)

冲击着社会诚信体系，人民群众对此深恶痛绝。

如果任由虚假诉讼泛滥，后果不堪设想。防范和打击虚假诉讼，司法机关责无旁贷。对民事审判负有重要职责的各级人民法院，在审理虚假诉讼高发的民间借贷纠纷案件中，需要不断提高法官社会阅历、审判经验和技巧，防止、纠正和制裁惩罚各类虚假诉讼。与此同时，还需要多方出击，从立法、执法和社会各个角度予以防范和打击，这其中包含广大人民群众的积极参与。我们经常说，人民群众的眼睛是雪亮的，制造虚假诉讼者生活在人民群众当中，他们造假的一言一行，其周围群众看得最清楚，了解得最透彻。造假者所做的每一件事情，很难逃过群众的眼睛。

所以，维护法律权威，保障社会稳定，需要广大人民群众的积极参与和配合。

(欢迎投稿，来稿请发民生邮箱 1871684667@qq.com)

针对性地进行体制机制创新，强化制度建设，提高经济质量。设立科创板并试点注册制要坚守定位，提高上市公司质量，支持和鼓励“硬科技”企业上市，强化信息披露，合理引导预期，加强监管。长三角三省一市要增强大局意识、全局观念，抓好《长江三角洲区域一体化发展规划纲要》贯彻落实，聚焦重点领域、重点区域、重大项目、重大平台，把一体化发展的文章做好。

习近平强调，要推动经济高质量发展。强化全球资源配置功能，积极配置全球资金、信息、技术、人才、货物等要素资源，以服务共建“一带一路”为切入点和突破口，加快提高上海金融市场国际化程度。要强化科技创新策源功能，努力实现科学新发现、技术新发明、产业新方向、发展新理念从无到有的跨越，成为科学规律的第一发现者、技术发明的第一创造者、创新产业的第一开拓者、创新理念的第一实践者，形成一批基础研究和应用基础研究的原创性成果，突破一批卡脖子的关键核心技术。要强化高端产业引领功能，坚持现代服务业为主体、先进制造业为支撑的战略定位，努力掌握产业链核心环节、占据价值链高端地位。要强化开放枢纽门户功能，坚持以开放促改革、促发展、促创新，勇敢跳到世界经济的汪洋大海中去搏击风

浪、强筋壮骨。

习近平强调，要扎实推进党的建设。各级党组织要在巩固和拓展第二批主题教育成果的同时，抓好第二批主题教育，并通过健全制度、完善机制，使“不忘初心、牢记使命”这个党的建设的永恒课题、党员干部的终身课题常抓不懈。开展主题教育不能学归学、说归说、做归做，衡量实际成效的根本标尺就是解决问题、推动事业发展。第二批主题教育重点在基层，在群众家门口开展，更要求真务实，奔着问题去、盯着问题改，让群众感受到新变化新成效。各级领导干部要勇于担当、攻坚克难，在改革发展的各项工作中经受严格的思想淬炼、政治历练、实践锻炼。要以提升政治功能和组织力为重点，在强基础、补短板上下功夫，把基层党组织建设成为宣传党的主张、贯彻党的决定、领导基层治理、团结动员群众、推动改革发展的坚强战斗堡垒。

习近平强调，上海是我们党的诞生地，党成立后党中央机关长期驻扎上海。上海要把这些丰富的红色资源作为主题教育的生动教材，引导广大党员、干部深入学习党史、新中国史、改革开放史，让初心薪火相传，把使命永担在肩，切实在实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦进程中奋勇争先、走在前列。

丁薛群、刘鹤、何立峰和中央有关部门负责同志陪同考察。