

“海岛支老”行动宁波结对舟山普陀区 首批10位支老人员下周上岛



宁波市民政局领导欢送首批支老人员。记者 贺艳/摄

4月27日,宁波市“海岛支老,一起安好”行前培训会在宁波市养老服务指导中心举行。据了解,宁波“海岛支老”行动第一批10名工作人员将于5月7日正式到舟山普陀区六横镇、虾峙镇、东港街道、登步岛、白沙岛5个乡镇(岛屿)开展支老工作。在培训会上,他们接受了安全教育和心理建设培训。

据了解,第一批到普陀区开展支老工作的10名工作人员分别来自宁波市社会福利院、宁波市南山老年疗养院、福龄颐养院、宁波颐乐园、象山县老年公寓,都是各养老服务机构的科室负责人或资深护理员。

浙江是全国最早进入老龄化的省份之一,截至去年底,全省老年人口已达1187.52万人。近年来,浙江省加快推进养老事业发展,养老服务工作已“从无到有”迈入“从有到好”“从好到优”,但仍然面临区域间养老服务发展不平衡的问题。

舟山人口老龄化程度位居浙江省11个设区市首位,目前老龄化率超过29%。受地域分散、交通不便、资源共享性差等限制,舟山一些偏远海岛的养老服务水平与内陆地区差距明显。

浙江省民政厅在前期调研中发现,这些偏远海岛虽已基本配备托老所、敬老院、居家养老照料中心等养老服务设施,但岛上专业养老服务人员十分稀缺、养老服务需求大,亟需域外力量大力支持。

交通不便、老龄化程度高、专业养老人才缺乏……偏远海岛老人如何实现幸福养老?今年4月初,浙江省民政厅下发《关于组织开展“海岛支老、一起安好”行动的通知》(以下简称通知),率先探索养老服务领域共同富裕先行示范,计划在未来3年间,通过区域养老协作,为舟山偏远海岛持续输送专业养老人才,让海岛老人共享优质养老服务发展成果。

根据“海岛支老、一起安好”行动计划,宁波市结对普陀区5个乡镇(岛屿),从服务、设施、管理、文化4个维度着手,帮助普陀区全面提升养老服务建设水平。3年内,宁波将分批次抽调60名政治素养高、业务能力强的养老服务骨干,协助指导普陀区养老机构规范化建设,帮助提升养老服务从业人员能力,以满足岛上老人多样化的养老需求。

记者 贺艳 通讯员 张筱丽

红歌、快闪 表达浓浓爱党情

“没有共产党就没有新中国……”近日,由鄞州区委老干部局主办的“鄞忆百年 高歌献党”快闪活动在鄞州公园二期北门广场精彩上演。鄞州老年大学夕阳红艺术团和鄞州老年大学合唱班的学员们以器乐合奏、独唱、合唱、伴舞等表演形式,表达对党的无限感激和热爱。浓厚的爱国氛围也吸引了周边居民,大家从四面八方走到一起参与合唱,共同向伟大的党献上最诚挚的祝福。

“我们这一辈人亲眼见证了祖国从站起来到富起来、强起来的前进步伐,见证了中国共产党和人民

一路同行、为人民不懈奋斗的艰辛历程、光辉成就,更加体会到现在幸福生活来之不易。在建党百年来临之际,我们开展这次快闪活动,就是我们老同志表达永远听党话、跟党走、感党恩的初心。”夕阳红艺术团顾问王佩说。

此次快闪活动是鄞州区委老干部党史学习教育中的一项活动。鄞州区委老干部局通过搭建云上“思政课堂”、开展“听老党员讲党课”专题宣讲、“红色基因永相传”主题党日和“红领先锋”志愿行动等,多载体多渠道持续掀起党史学习教育高潮。

记者 徐丽文 通讯员 诸益波

两名耄耋老人交纳“特殊党费”

近日,余姚市委老干部局组织了一次特殊的主题党日,为胡明祥、陈炳庚两位离休干部举办“特殊党费”交纳仪式。会上,两位老人分别向原单位党组织交纳了1万元和10万元的“特殊党费”。

92岁的胡明祥老人,党龄74年,离休前是华东野战军的一名后勤人员,参加过渡江战役、淮海战役、解放战争等。胡老见证了祖国经历的风风雨雨,也见证了党同人民群众的血肉联系。

多年来,胡老热心公益,结对困难学子,资助款已达5万余元;每年拿出2000元捐给所住的阳明小区,用于小区公共事务;去年疫情期间,拿出2万元为武汉加油。

做公益,老人从不吝啬花钱,但是自己的生活却极其朴素。每天晚餐,他就吃3元一个大饼,还说“晚餐吃少点,有助消化,省下的钱还能帮助别人”。

会上,胡老发表了发自肺腑的感言:“在党的领导下,我们国家越来越富强,军队越来越强大,人民越来越幸福。这些成绩来之不易,我们应该感谢党的伟大领导,要永

远听党话、跟党走。”

另一位陈炳庚老人今年90岁,18岁参加革命并加入了中国共产党。1955年,他服从组织安排离开部队,先后到慈溪、泗门等地工作,直到1991年离休。由于工作出色,得到大大小小的表彰不计其数。据了解,陈老家里有7名党员。

多年来,陈老省吃俭用,生活简单朴素。他一直跟家人强调,不能浪费一粒米。他把新衣服挂在衣柜的一边,经常穿着十多年前的老衣服。

陈老也一直心系社会公益事业,每年都积极参加“慈善一日捐”活动。去年疫情期间,陈老向泗门镇西大街社区捐款1000元,同时又交纳了1万元“特殊党费”。去年,陈老还被余姚市委老干部局评为“最美银辉抗疫志愿者”。

陈老说:“没有共产党就没有新中国,我将永远听党的话,跟党走,以积极乐观的革命精神激励和鞭策自己和下一代,活到老、学到老,做一名无愧于新时代的健康老人。”

记者 徐丽文

通讯员 陈莉敏

老花变近视 真相竟是白内障

今年59岁的李先生,双眼早已老花,两年前还出现了近视,佩戴近视眼镜看东西明显清晰了。然而近几个月,李先生表示戴上近视眼镜,看远看近都看不清,因此甚是疑惑。经朋友介绍,他找到了宁波博视眼科医院院长俞存。

这些变化可能是白内障早期症状

经详细检查,李先生的右眼视力仅为0.15,左眼视力仅为0.2,被诊断为双眼白内障。明明只是近视,怎么又变白内障了呢?李先生一头雾水。据俞存院长介绍,屈光改变是白内障的早期症状之一,白内障患者往往会觉得自己的老花程度减轻,近视程度加深,或者原本没有近视却需要佩戴近视眼镜才能看清楚远处的东西。

除此之外,白内障的早期症状还包括以下四方面:

视力下降、视物重影:看东西渐渐模糊,复视或单眼多视等,严重时甚至仅存光感。同时会有不同程度的视野缺损,看东西

不能看到全部,比较狭窄。

“老花眼”好转:有些老花眼患者感觉视力有所提高,看手机、报纸不需要戴老花镜也能看清了,产生了视力“返老还童”的错觉,这是因为晶状体核硬化引起的近视抵消了老花镜的远视所引起。

看灯光发生散射:患者在晚上看灯时,会发现光晕或者有一圈红晕,这提示晶状体质地不均匀,发生了散射。

色觉异常,视物有颜色改变:有些老年患者在白内障早期,视物可能还会有颜色的变化,比如将白色的墙看作淡黄色或黄色。

俞存院长提醒,若出现以上这些症状,大家千万要提高警惕,及时到医院进行检查。

手术是目前唯一有效方法

很多老年人为了避免手术,盲目听信他人推荐,买了昂贵的眼药水治疗白内障。俞存院长提醒,医学发展到现在,眼药水还治不好白内障。

“白内障是由于晶状体蛋白质变性而变浑浊,造成光线无法进入眼内从而出现视力下降的一种眼病。目前,手术是治愈白内障唯一有效的方法。手术将已经浑浊的晶状体置换成透明的人工晶体,获得清晰视力。

最终,李先生在俞存院长的主刀下,通过白内障超声乳化摘除联合人工晶体植入术,恢复了双眼0.8的视力,看东西明显清楚了。

注意五点 白内障也能预防

虽说白内障还得手术治疗,但在日常生活中,我们仍然可以采取一些措施,保护眼睛并延缓白内障的发生、发展。

第一,平衡膳食,适当多吃新鲜蔬菜瓜果和鱼类。第二,在户外活动时,可以通过戴墨镜或遮阳帽,减少紫外线的照射。第三,外伤也是引起白内障的因素之一,要尽可能避免眼外伤的发生。第四,糖尿病、高乳糖血症、高尿酸血症患者,需要控制好血糖,确保代谢稳定。第五,当出现视物模糊、重影、色觉异常等情况时,应及时到正规医院进行检查治疗,以免耽误病情。

记者 贺艳



博视眼科大讲堂