



系列报道

300多张安宁疗护病床  
守护人生“最后一公里”

## 我市打造 全周期老年健康 支撑体系

试点预防跌倒综合干预项目,将贴心的健康管理延伸至老人脚下;为每千名老人提供5.5张康复护理床位,舒心的康复护理服务帮老人不断提升生活质量;55家医疗卫生机构开设了安宁疗护病床,暖心的安宁疗护服务为老人守护生命的最后一程……

近年来,我市聚焦老年人全方位全周期健康需求,大力推进相关机构和学科建设,逐步形成了健康管理“更有力”、康复护理“更有效”、安宁疗护“更有方”的老年健康支撑体系,持续提升老年人的获得感、幸福感、安全感。

### 1 健康管理“更有力” 综合干预帮助老年人 应对脚下的危险

“阿姨,您3米起立-行走任务所花时间大于12秒,而且在最近一年内有一次跌倒经历,按照评判标准,您属于老年跌倒高风险人群……”在北仑区宗瑞医院,医护人员为年近七旬的赵阿姨做了老年人跌倒风险评估。这样的评估,目前北仑区已完成了6万余人次。

据了解,跌倒已成为我国65岁以上老年人因伤致死的首位原因。因此,防跌倒是老年人健康管理的重要一环。作为宁波市老年人预防跌倒综合干预项目首批试点之一,北仑区自2022年1月起,通过全面筛查、全程管理、全力干预,实现对老年人跌倒风险的闭环管理。项目实施以来,全区老年人跌倒发生率下降了11.5%。

北仑区组建了防跌倒干预队伍,结合骨质疏松、高血压等易引起跌倒的慢病的管理,积极为老人开展防跌倒科普与指导。同时,通过家庭医生和数字化应用场景,对不同风险的老年人进行随访跟踪。此外,对筛查出的风险人群的居住环境进行适老化改造,安装马桶扶手架、小夜灯、防滑垫等。截至今年10月,全区已实施家庭防跌倒设施改造1.26万户,累计开展防跌倒健康教育讲座100余场,发放防跌倒手册8万余份。

2021年,《宁波市老年人防跌倒综合干预项目实施方案》发布并在全市范围实施,同时确定江北区、北仑区作为试点。这几年来,通过普及老年人防跌倒知识、开展老年跌倒高风险人群筛查和干预、加强老年人防跌倒运动支持、改善老年人居住环境等一系列举措,全市老年人防跌倒意识明显提升,老年人防跌倒综合干预机制基本建立,社区和家庭支持环境更加友好,老年人跌倒发生率有效降低,有力促进了健康老龄化。



医护人员在进行老年人跌倒风险评估。



守护好老人们人生中的“最后一公里”。

### 2 康复护理“更有效” 专业服务为老年人 托住“稳稳的幸福”

今年8月,83岁的吴爷爷住进了鄞州区钱湖医院。此前他因为“脑梗死”在上级医院治疗,病情趋于稳定,但身体功能一直无法恢复,为求进一步康复来到了钱湖医院。入院时,经评估老人左侧上肢肌力0级,下肢肌力2级,鼻饲管进食。

“老人入院后,我们对他进行了肌力训练、坐站立平衡训练及吞咽功能训练等手法治疗和针灸理疗等康复治疗。一个半月后他出院时,已能在拐杖下独立步行,并顺利拔除了鼻饲管,实现了经口进食,日常生活大部分都能自理了。”钱湖医院相关负责人介绍。

为了让老年人能够享受更优质的康复服务,钱湖医院开设了康复门诊,成立了800平方米的康复治疗中心,并将慢性病康复融入医养结合服务。对于行动不便的老人,医院提供居家入户康复服务。2021年到2023年,该院康复门诊就诊人次年平均增长率17.73%,康复病床出院人次年平均增长率126.56%。目前,宁波越来越多基层医疗机构能提供像钱湖医院这样的老年康复服务。

此外,自2016年成为长护险国家试点城市以来,我市多措并举推进长护险制度的落地实施,让长护险的“阳光”照进越来越多失能老人的生活。

89岁的陈奶奶,因骨病长期卧床,属于重度失能人员。两个多月前,她开始享受长护险待遇,由来自定点护理服务机构的魏阿姨为其提供居家护理服务。随着魏阿姨的定期上门,陈奶奶的笑容多了,家庭的负担也变轻了。

据了解,近年来,我市优先支持老年医疗、康复、护理等机构建设和床位资源配置,全市老年医院、康复医院、护理院(中心、站)逐年增长,以医疗护理为主、兼顾长期照护的医疗机构康复护理床位9243张,达到每千名老人约5.5张。全市长护险参保人数达800.59万,累计享受待遇人数24264人。

### 3 安宁疗护“更有方” 中医疗法、心理关爱 护航人生“最后一公里”

62岁的赖阿姨,一年前确诊“乳腺恶性肿瘤伴全身多处转移”,后经一系列治疗,仍回天乏术,最后陷入了意识混乱。三个月前,她住进了象山县中医医院的安宁疗护病区,通过止痛、抗炎、中药调补气血、解毒化痰、中医穴位敷贴等一系列治疗支持,加上心理安慰、人文关怀以及行动上的帮助,赖阿姨的神志逐渐恢复清晰,身心痛苦均大大减小。

在病区住了三个月后,赖阿姨安详地离开了。“在她生命的最后阶段,我们一直都陪在她床边,医护人员无微不至的照顾,让她没有遭受太大的痛苦,这一点让我们非常欣慰。”家属这样表示。

象山县作为省级安宁疗护试点,近年来着力打造社区居家、医养签约、医养结合、医疗机构四个类型的安宁疗护服务模式。除了在医疗机构开设安宁疗护病区,各级医疗机构还通过设立安宁疗护家庭病床、在敬老院或老年公寓建设安宁疗护病床等方式,为老人提供安宁疗护服务。据统计,目前象山县累计建成各类型安宁疗护病床44张,开展安宁疗护各类服务8600余人次。

为了守护好老人们人生中的“最后一公里”,我市正在全面推进各地安宁疗护工作的落实。截至目前,全市已有55家医疗卫生机构开设安宁疗护病区或床位,共有安宁疗护病床345张;10个区(县、市)均有医院建立安宁疗护病区;44家社区卫生服务中心(乡镇卫生院)开展安宁疗护服务,服务网络初步形成。此外,我市目前已成立市级安宁疗护指导中心及培训基地。

### 4 聚焦全周期健康需求 奋力打造 幸福颐养“重要窗口”

近年来,我市全力推进医养结合的全周期老年健康支撑体系,大力推进康复、护理、安宁疗护等老年医疗相关机构和学科建设。目前,全市二级及以上公立综合医院设立老年医学科比例达100%;53家医养结合机构和医养签约合作机制实现居家、社区、机构医养结合服务全覆盖;建设老年友好型社区50个,其中21个获评全国示范性老年友好型社区;老年友善医疗机构达224个,占比88%。

宁波市卫健委老龄妇幼处相关负责人表示,未来,我市将坚持健康优先、方便可及的宗旨,继续着眼于老年人全方位全周期健康服务需要,加快补齐老年健康服务资源短板。计划通过实施老年健康促进工程、提升老年医疗服务水平、全市域开展安宁疗护服务、深化医养结合等举措,进一步完善老年健康支撑体系,奋力打造与高质量发展建设共同富裕先行市相适应的幸福颐养“重要窗口”。

记者 吴正彬