普陀首个适老化改造样板间亮相

近日，普陀区首个适老化改造样板间在石泉路街道陆一居民区亮相。

在陆一居民区党群服务中心，30多平方米的适老化改造样板间宽敞明亮、窗明几净。样板间充分考虑到老年人的特殊需求和日常生活习惯，依次按照卧室、厨房和洗手间这三个老年人高频生活场景和生活动线精心打造，为老年人呈现一个真实、舒适的样板间，帮助他们更好地了解产品和需求。

在卧室样板间，主要展示的产品是智能医疗床，主要给行动不便、长期卧床的老年人使用，具有起身、抬腿、翻身的辅助功能，还设有便孔，方便有需要的老年人如厕。在厨房样板间内，则着重考虑了老年人储藏、洗涤、操作、烹饪等行为的空间需求，为老年人进行烹饪操作消除空间障碍。例如，灶台不像以往平板式的柜子，还额外做了凹进设计，便于使用轮椅的老年人推入；而吊柜也设计成感应升降，不用起身便可拿取物品。

而被居民咨询次数最多的洗手间区域，在改造上也有不少巧思。石泉路街道服务办工作人员介绍道，老年人在生活中最常遇到的困难和安全隐患就藏在洗手间中，要最大程度消除老年人摔倒的空间诱因，因此对它们的适老化改造尤为要谨慎。“我们在所有老年人需要起身或坐下的活动处，例如马桶和淋浴区域都安装了扶手，让老年人可以借一把力；而浴室镜子的角度则向下倾斜，便于坐轮椅的老人使用。”

样板间位于陆一居民区党群服务中心

工作人员介绍适老化改造样板间

在市民关心的售价方面，相关产品的品牌和售价均按照区民政局下发的产品目录提供，“肯定没有中间商赚差价，这点居民可以放心。能进入到改造目录的肯定是品质好的产品，售价亲民，目的就是满足居民更幸福的日常生活。”

除了售价亲民外，为了最大程度提升老年人的生活便利性，在样板间亮相后，相关产品均可以单项订购，实现家居“微更新”。以往不少适老化改造项目可能需要对家居环境大尺度改动，不仅工程耗时久，总开支也让居民“望而却步”，现在陆一居民区在适老化改造样板间内选中最符合家庭需求的某个产品，可单独订购，也可成套购买。“适老化改造就像在餐厅点菜一般简单，有可以满足老年人基本生活需求、安全和生活便利需要为主的基础型改造，还有能提供丰富居家服务供给、提升品质为主的全面型改造。”

吴阿婆是居民区首批享受适老化改造升级的家庭之一，已年近七旬的她三代同堂，丈夫视力残疾，家中洗手间的面积空间有限，这让年事已高的吴阿婆感到不便，在获悉居民区提供适老化改造项目后，她萌生申请改造洗手间的想法。在吴阿婆家中，适老化改造后的洗手间更换了智能马桶、恒温花洒、电热毛巾架，添置了厨房抽拉龙头、适老椅等设备。在使用了一段时间后，吴阿婆说她十分满意，“虽然空间没有变大，但是增加的设备让洗手间用起来更整洁和安全，真的很舒服。”

同样在适老化改造中受益的还有72岁的徐阿婆。她和老伴的年龄大了，在生活中会遇到诸多不便，尤其是从马桶上或者淋浴后起身很费力，曾遇到险些滑倒的危险情况。此前家人也曾咨询过装潢公司，想要对家中部位进行一下改造，但因为都是局部更新，装潢公司不乐于接单，获悉居民区有适老化改造后她便提出申请，没过几天便有专业单位上门进行现场勘查，了解她的生活习惯和实际需求，“从改造开始至投入使用，前后不过约1周的时间，让我们老两口感到很惊喜，感谢居民区的实事工程。”

陆一居民区党总支书记介绍，这次党群服务中心辟出地方打造适老化改造样板间，不仅考虑到小区建成于20世纪80年代，房龄较老，并且居民区60岁以上的老年人占比已超46%，是一个典型的老龄化社区。样板间，旨在解决适老化产品展示区不够贴近居民们真实生活场景的痛点，让老百姓能摸、能躺、能切身体验到适老化改造后为生活带来的便利性。

目前，通过“政府补一点”“企业让一点”“老人出一点”的项目理念让具有本市户籍且居住在本辖区内的年满60周岁及以上的低保、低收入、高龄独居、纯老家庭、长护险2级及以上、无子女等老人，在申请改造时均能享受到一定金额的补贴。街道服务办表示，截止到今年6月底，辖区内已完成签约36户。未来，街道方面将继续优化升级改造过程和环节，保证改造工程质量，并做好后续跟踪服务。根据老年人的实际需求，量身定制“一户一策”，全力满足老人的改造需求，让他们享有专属的居家环境。进一步调整适老化改造样板间的展示空间，尽可能提供受老人们欢迎的沉浸式适老化体验。

来源：上海民政

社区服务·专题
责任编辑：郭 爽
微博：http://txinmin.cn/guoguo11
邮箱：9773859@qq.com
热线电话：22897276

江浦路街道“圈”出幸福密码

为践行人民城市重要理念，杨浦区江浦路街道作为杨浦区“15分钟社区生活圈”行动试点街道，高起点推进“15分钟社区生活圈”规划编制，打造“品质江浦、华彩滨江”2.0版本。

通过社区座谈会征求群众意见，江浦路街道集各方智慧力量，把“15分钟生活圈”谋划与全过程人民民主相结合，着力解决在社区公共服务上存在的短板，重点打造“一环一带两街”特色空间和“1+4+X”服务设施空间布局、“5+3+X”的服务内容。

“一环一带两街”特色空间：规划形成以辽源西路—双辽路、杨树浦港、昆明路、打虎山路连通的活力环。其中，杨树浦港为南北向区域生态休闲带，营造历史地标人文景点；辽源西路—双辽路为社区生活大街，延续生活烟火气；昆明路为工业人文街，通过沿街的工业遗迹、风貌街区更新，集中展示江浦工业人文内涵。

“1+4+X”空间布局：“1”即一个政务服务中心，主要是行政和社会事务服务；“4”即4个片区，以周家嘴路、许昌路为界，将江浦2.39平方公里划分为4个片区单元，在中心位置打造核心节，主要是打造形态集聚、功能复合、全龄友好、便捷惠民的一站式、一门式社区综合服务中心；“X”即因地制宜打造若干家门口的服务网点。

“5+3+X”服务内容：每个片区要有“5(标准件)+3(叠加件)+X(选配件)”的公共服务设施内容。5个标准件为一老一小+文体中心+卫生站点+社区食堂+睦邻中心；3个叠加件为叠加党群服务分中心+精神文明实践分中心+社区学校分校；X个选配件为美丽家园、美丽街区、健身步道、菜场或菜店、生活性便民服务网点、居委会沿街设置、口袋公园。

未来，江浦路街道将秉承系统性、复合型、多元性的规划原则，绘就“15分钟社区生活圈”美好蓝图，让江浦社区成为杨浦城市更新的新亮点。

来源：上海杨浦

胡海：胆石病防治应坚持人性化、个性化、艺术化

上海东方医院胆石中心主任：胡海

胡海教授作品

由于饮食结构和饮食习惯的改变，近年来，我国胆囊结石的发病率逐年增高，但其作为常见病和多发病往往被人们忽视，最终导致并发症，甚至威胁到生命。同济大学附属东方医院胆石病专科胡海及其带领的医疗团队，通过精湛的医术和创新的理念，为困境中的患者带去了希望。

专注胆石防治40年

胡海教授是上海东方医院胆石中心主任，同济大学附属东方医院终身教授，博士生导师，同济大学医学院胆石病研究所所长。他专注胆石病防治及治疗工作近40年，是我国最早开展微创保胆临床实践的领军人物。胡海教授诊疗技术的不断创新始终围绕患者的需求而研发，众多胆石病诊疗的技术研发均出自他的团队，并获得多个发明专利。胡海教授根据每位患者的不同情况，制定出个性化的治疗方案。他提倡人性化、个性化、艺术化的治疗理念、并始终贯穿术前、术中、术后的整个诊疗过程。

理性保胆让患者受益

胡海教授提倡理性保胆，据他介绍“理性保胆有两个前提条件：第一是，保有功能的胆囊。第二是，保不易复发的胆囊，有较好的功能且不易复发，这种胆囊需要保。”

目前东方医院胆石病专科拥有3个病区，118张床位，为众多胆石病患者提供良好的环境。从2004年至今，胡海教授团队经手的胆囊腹腔镜手术，已破6万例。其中不乏有各种复杂的案例，如孕妇、老年人、患有脊椎骨严重畸形，有严重手术创伤的患者。东方医院连续13年位居上海市腹腔镜胆囊手术单病种前茅。为全国各地慕名而来的患者带来了健康和希望。

胡海团队创新性地提出术中二次谈话制度，即通过治疗反馈和手机临床资料，更好地服务患者。未来他还计划成立“胆结石博物馆”，以便更好地研究胆石形成原因，并进行胆石病的科普教育。

近年来，胡海教授先后荣获全国五一劳动奖章，国务院特殊贡献津贴专家称号，第二届国家名医、上海市首届医德楷模、上海市科学技术进步奖等众多奖项，获得国家专利100余项。胡海教授带领的胆石病专科还连续3年获得中国医院互联网影响力排行榜前三的成绩。每一次的成功与突破，都离不开团队的精诚合作与院方领导的大力支持，更离不开“爱在东方”的文化精魂。

东方医院胆石中心主任胡海教授和他的团队

玖玖颐康医养集团 99 Medical & Elderly Care Group
“您身边的护理家”
长期慢病管理 生活起居照护
特色服务
长、短期生活照料
医养结合
各种术后康复
认知症(老年痴呆)照护
400-821-3793
上海闵行区-玖玖江南养护院
地址：闵行区顾戴路3333弄
电话：13764221486
上海青浦区-玖玖青盈护理院
地址：青浦区淀湖路10号
电话：15901929279
上海嘉定区-统嘉护理院
地址：嘉定区环城路2222号
电话：13801646457
扫一扫关注微信公众号

亿大口腔八周年庆典
社会信用评价AAA级单位
医疗质量服务能力评价五星级单位
①九院专家一对一 ②瑞士高端种植体：2799元
③到院免费领取千元爱牙礼包（口腔护理礼包、抵用券等）
活动时间：2023年8月10日
上海亿大口腔门诊部有限公司
口腔科：牙体牙髓病专业、牙周病专业、口腔粘膜病专业、口腔修复专业、口腔种植专业。
嘉医广（2022）第11-16-C033
垂询热线：021-32200089
地址：上海市静安区万航渡路83号金航大厦16楼