



## 体医融合,杨浦区率先探索“运动处方”进医保

## 试点人群近半年医保支出降八成

创新发展 勇毅前行  
新年开新篇

试点短短半年后,杨浦区殷行街道40名糖尿病前期患者中的35人血糖值下降至正常范围,月均医药费支出减少八成;长白新村街道30名卒中患者中,23人的肢体功能显著提升,月均康复费用减少高达九成。

在昨天举行的杨浦区社区(运动)健康师“体医融合”2022年试点项目启动仪式上,记者获悉,杨浦区在上海率先推动健康端口前移,探索从“以治病为中心”向“以健康为中心”的转变,构建全社会共同参与的促进健康新模式,试点取得明显效果。下一步,“运动处方”有望在杨浦率先落地并进入医保,以每张处方低至数十元的亲民价格,为市民带来节省数百元甚至数千、数万元医药费支出。

在率先试点的殷行、长白新村、长海路、新江湾城等四个街道,通过对医保大数据的筛查,家庭医生首先确定了糖尿病早期、老年人卒中后遗症、老年腰痛、办公室(久坐)人群脊柱亚健康、运动损伤等五类试点人群,由社区(运动)健康师制定专业的健康运动干预方案,为150人开展了1800人次的持续性健康干预,效果十分明显。

卒中患者开展的“老年人防跌倒”项目,也通过精准的运动干预,帮助30人中的23人获得明显改善,每人月均用于康复的医保总费用从原先的2000元下降至200元。

2022年,“为230名慢病居民和职业人群提供持续性社区(运动)健康师服务”已纳入杨浦区政府实事项目。杨浦区医保局局长刘欣宇表示,将继续探索从“以治病为中心”向“以健康为中心”的转变,组建社区(运动)健康师+社区卫生服务中心家庭医生+社区居委干部的“三驾马车”,构建社区健康治理的长效机制。

同时,非医疗性质的“运动处方”也将覆盖更多人群。据介绍,今年,社区(运动)健康师试点项目将以精准干预的手段,推出“精准运动处方”,针对家庭医生筛查出的8类疾病或亚健康人群,通过科学运动帮助干预对象改善身心健康水平,预防和改善疾病。同时,这也将为探索“运动处方”正式进入医保打基础。

### “运动处方” 精准干预效果显

据上海体育学院运动科学学院糖尿病早期人群健康干预研究团队的刘向云教授介绍,在前3个月,社区(运动)健康师利用运动处方精准干预,在后3个月的自我管理阶段,家庭医生辅助做好督导促进。

半年下来,40名试点居民中的35人血糖值稳步下降至正常范围,有关糖尿病的医药费支出从原先的每人月均逾500元下降至100元以内。同时,在长白新村街道面向脑

## 静安区成片二级旧里 全部完成旧改收尾

今年再启动6个“零星地块”旧改

本报讯(首席记者 潘高峰)记者昨天从静安区获悉,2021年,静安区共实现19幅地块旧改收尾,创历年之最。今年,还将启动6幅零星地块旧改,全力改善百姓居住条件,提升生活品质。

2021年12月31日,随着宝山路街道31、149、150、152街坊地块完成旧改收尾,静安区成片二级以下旧里彻底成为历史。据统计,“十三五”以来,静安区共完成洪南山宅、宝山路街道“四合一”项目等26幅成片二级以下旧里地块旧改工作,改造面积达34.67万平方米,受益居民26837户。

此外,2020年下半年,静安区提前启动零星地块旧改工作,经多轮排摸梳理确定了零星二级旧里地块。在各方推动下,静安区2021年共启动11个零星地块征收,完成12个零星地块收尾(其中有3个地块为2020年底启动),实现“拉开即收尾”的高质量征收。

据静安区建管委副主任凌斌介绍,零星旧改工作是重大民心、民生工程,但很多零星地块非常小,无法通过土地出让来推动旧改。为拓宽筹措资金渠道,静安区除了区级财力投入外,还积极探索区属国企参照市地产模式参与零改,积极争取公建配套收储零改地块的市级财政补贴政策、申请政府专项债券等,从资金上确保地块旧改的推进。

据悉,静安区通过细致群众工作,提高零星地块签约生效比例,50证居民以下项目尽量做到“三个百分百”,即一轮征询百分百、二轮征询百分百、搬迁百分百,不让一户居民因旧改留有遗憾。下一步,静安区将按照因地制宜、分类推进的原则,坚持多措并举,从风貌形态、功能使用、社区结构等角度,探索重建改造、零星改造、历史文化保护性整治相结合的旧区改造模式,最大限度地保持历史文化的承接、转换和脉络延续。

## 豫园新春游园会 打造最年味

本报讯(记者 杨玉红)逛一逛豫园,走一走九曲桥,去湖心亭喝元宝茶……2022年豫园新春游园会将于本月18日启幕,持续至2月18日。

作为国家级非物质文化遗产项目,豫园新春游园会将以“虎跃东方”为总主题,串联豫园中心广场、九曲桥广场和黄金广场,打造特色主题贺岁街区、最具上海年味的新春目的地。

在新春游园会期间,将联动老字号、非遗匠人以及特色门店,呈现年味字号、梨园好戏、民俗课堂等板块内容,融年礼、年俗、年味和年趣于一体,结合线上线下、内圈外圈,借助科技手段打造沉浸式的游园体验。

图为昨天起,豫园商城临近福佑路的2号门门头上,三只怀抱年货的生肖虎,以“庆丰收”的姿态迎接四方来宾

杨建正 摄



(上接第2版)李强认真倾听记录,同大家深入交流讨论。他说,过去一年,各民主党派市委、市工商联和无党派人士为上海统筹疫情防控和经济社会发展、加快国家战略任务落地见效积极建言献策、有效发挥作用,感谢大家为上海实现“十四五”良好开局付出的努力、作出的贡献。新的一年,要传承优良传统,坚守合作初心,更好携手前行。

李强在介绍2022年市委重点工作安排时指出,今年将召开中共二十大,上海将召开市第十二次党代会。我们要把中共中央

## 变“蓄势待发”为“厚积成势”

决策部署和习近平总书记对上海的重要指示要求一以贯之贯彻好、落实好,坚持稳中求进工作总基调,保持经济平稳健康发展,强化国家战略的牵引力,挖掘新动能的巨大潜力,推动“五个新城”发力,调动各类人才的创造力,激发市场主体的活力,打好发展“组合拳”,使各领域“蓄势待发”变为“厚积成势”。要持续推进人民城市建设,不断改善人民生活品质,深化全过程人民

民主的探索实践,把最好的资源留给人民,把群众的智慧力量更好凝聚起来。

李强指出,要把事关上海发展的全局性、长远性、根本性问题看清楚、想明白,尤其需要集思广益、群策群力。各民主党派、工商联和无党派人士人才荟萃、智力密集,希望大家发挥各自优势、积极履行职能,深入调查研究、积极建言献策,共同做好凝聚共识、凝聚力量、化解矛盾、维护稳定等工作,为实现全年目标任务营造良好环境。

(上接第2版)要进一步突出精准,持续精简优化审批,处理好放什么、向谁放、怎么放的问题,把基层有迫切需求、企业和群众高频办理的审批事项放出去、放下去,通过信息技术和管理创新再减环节、材料、时间、跑动、费用等,把经济管理权放到离市场最近的地方,把社会管理权放到离百姓最近的地方,尽可能做到企业和群众眼中的“一件事”同步放,减少上下跑、反复跑。要进一步突出公平公正,全面加强事中事后监管,着力解决好谁来管、管什么、怎么管的问题,夯实主管部门、相关部门和属地的监

## 最大限度激发市场活力社会创造力

管责任,制定具体、完备、管用的监管措施,充分利用信息技术,建设覆盖市、区、街镇三级的全市统一综合执法系统,推进监管执法数字化转型。要进一步突出体验感,加快提升政务服务效能,坚持标准引领,完善全方位服务体系,推进同一事项及其办事指南规范统一,着力重塑办事流程,打造更多“一站式”“一窗式”服务及“一件事一次办”等标杆应用。要进一步突出规范,着力健全法治保障,优化制度供给,提高决策

质量,监督权力运行,让法治成为最好的营商环境。要进一步突出整合,强化多主体协同联动,强化责任落实,鼓励比学赶超,发挥市场和社会力量,促进共建共治共享,形成上下左右、内外各方同心同向的强大合力。

会上,市领导吴清、舒庆部署相关工作。市领导彭沉雷、宗明、陈通、张为出席。市规划资源局、市市场监管局、普陀区作交流发言。



## 新民随笔

## 失智老人呼唤专业化居家照护

金雷

前一阵,一位朋友说起家里老人近期的变化,很是无奈:耄耋之年的父亲患有阿尔茨海默病,最近一年退化很快。家人累,老人更是迷茫,他是个一辈子都不愿给人添麻烦的老实人。

当时有人跟朋友提议,不如送老人去养老院吧,他犹豫不决,想起有次去养老院,看到一个老太太躺在角落的床上,空洞的眼神,枯槁的身形。老人即使虚弱得抬一下手都困难,仍一次次地敲打墙壁,似呼救,又似反抗,那块指骨触到的地方,坑坑洼洼一大片。护工告诉朋友,如果不把老太太约束起来,她就会拉扯纸尿裤,把大小便弄得满床都是。朋友清楚,养老院有自己的难处。一个护工要同时照顾七八个老人,时常顾此失彼。

暂不考虑养老院后,朋友申请长护险,但因父亲未至失能卧床状态,达不到申请的条件,无奈作罢,只能自己继续心力交瘁地照护。

据统计,目前中国平均每年新发30万阿尔茨海默病例,患病率随年龄升高呈显著增长趋势:75岁以上达8.26%,80岁以上高达11.4%,女性多于男性。100个认知症患者就有100种症状,有人是记忆障碍,有人是视空间障碍,有人是语言障碍,有人是理解判断障碍……又因为病程的逐渐变化,护理要求也不断升级。实际上,很多失智老人家属和朋友一样,都面临类似的困境,他们希望能有切合家庭实际情况的解决方法,既能让做子女的安心工作,又能让老人尽可能得到专业的一对一照护。

具体到朋友的情况,能不能在他上班期间,有专业的护理人员到家为他父亲提供陪伴和居家照护,同时避免老人用水用电用煤气的风险,如果可能的话,还提供一些干预服务,帮助老人尽可能地维持生活自理能力,延缓病情发展,在家里安度晚年?

期待有更多相关的专业力量参与进来,共同承担起这份社会责任。失智老人家庭的矛盾缓解了,养老风险降低,生活质量提高,老龄化城市的幸福指数也会进一步提升。