

廊下积极打造老年认知健康支持中心

为认知障碍老人提供欢乐空间

“听听讲座看看电影,打打莲湘愉悦情操。动动脑筋做做手工,笑口常开延年益寿。”日前,在廊下镇景钱路1688弄特色民居666号的老年认知健康支持中心,健康干预志愿者孙丽娟正带领老年人唱自编歌谣《忆路友你真是战》。

今年7月,老年认知健康支持中心启动,当时不少认知障碍老人对此很排斥。“我跟他们说,你们到这里来,就会收获一份快乐。后来,他们在这一待就是一下午。”71岁的孙丽娟成就感十足地说。像孙丽娟这样的志愿者,中心共计有5名。他们各有所长,比如手工、乐器等。

廊下镇现有60周岁以上老年人10589人。本着早发现、早预防、早干预、早治疗的宗旨,在首轮老年认知障碍排摸中,志愿者入村入户,筛选了2000名老人。通过上海市老年认知障碍风险自测系统检测及相关医务工作者诊断,最终,30名老

人成为第一批服务对象。原本性格开朗的蒋阿婆因老伴的离世变得沉闷寡言,在镇老年认知健康支持中心志愿者的帮助下,积极融入这个大家庭,和老伙伴们一起动手做手工、做运动,心情好了不少。

为更好关爱老人,志愿者们还对其家属开展家庭照料者增能培训。此外,中心坚持每月在社区开展深度的认知症专题宣讲,定期开展健康教育科普讲座、社区活动宣传,为老年认知障碍患者及其家庭构建全方位的支持。

据悉,该中心占地面积150平方米,分设“快乐和美”站、“吉祥如意”站、“温馨回忆”站、“多寿幸福”站和“‘忆’路有你”总站等五站。通过加强五站一体化阵地建设,运用手工疗法、音乐疗法、怀旧疗法和运动疗法等非药物的干预方法,预防和减缓老年认知功能衰退,建立健全老年认知障碍友好社区支持网络,在实践中积极探索符



老人在老年认知健康支持中心开展手工活动

合廊下传统文化特色的新路径、新方法。

作为金山首家老年认知障碍友好社区,廊下镇将努力开展3年的试点工作。“我们将尽力总结经验,逐步形成可持续、可复制的模式,打

造成金山认知障碍友好社区建设的示范样板。”廊下镇老龄办负责人陈丽红介绍说。未来,我区还将新增朱泾镇、吕巷镇、张堰镇、石化街道和金山工业区等5家试点单位。

记者 鲁学静

颐和苑颐丹护理院二期新大楼投入使用
为“幸福养老”创造更好条件

本报讯(记者 杨惠聪)10月28日,颐和苑颐丹护理院二期新大楼正式投入使用,老住户王老伯得知这一消息,立马就赶来其中的康复中心体验尝鲜。

据了解,颐和苑颐丹护理院二期新大楼共有7层,面积超11700多平方米,涵盖中医科、老年康复科等数十个医学科室,配备了B超房、药房、康复大厅等区域,能够为院内的老人提供专业的全方位的医疗保障。“二期护理院跟上海市第七人民医院进行对接,通过引入他们中西

结合的特色来拓展我们中医治疗的项目,缓解老人更多的病痛,助力实现幸福养老。”上海颐丹护理院业务副院长沈玛丽说。

值得一提的是,颐和苑颐丹护理院二期还包含面积超500平方米的康复中心,配备100多件为老人量身定做的康复设备,能够为老人提供作业疗法、物理治疗以及其他功能锻炼,缓解老年常见病的一些功能障碍以及因身体衰老导致的病痛症状。

不仅如此,颐和苑还打造了面

积达8825平方米的记忆家园,该区域为颐和苑老年人认知症康复治疗中心,拥有200张床位,是上海目前最大规模的认知症照护区域。上海颐和苑老年服务中心副总经理周菊贤介绍说,整个护理团队还接受了认知症专业培训,并按照丹麦执事家园的护理标准开展个性化服务。

而在记忆家园中,还专门设计了一个独特的时光花园,营造一个温暖、充满力量和希望的“家”。除园艺疗法外,记忆家园内还摆放着

不少老物件,能勾起长者年轻时候的回忆。

去年10月28日,颐和苑二期正式启用,共新增了床位数1900张,其中,1400张约560套是养老公寓。同时扩充了休闲会所面积,新增大型排练厅、琴房和手工教室等功能区。本次颐和苑颐丹护理院二期新大楼以及记忆家园的正式启用,是又一次养老服务上的较大完善,能够更好地为院内长者提供全方位的照顾,真正打造“医养结合”的养老服务模式。

亭梅线莲张专线上线营运

完善我区市通郊线路 方便沿线居民出行

本报讯(记者 杨季峰)10月29日,我区新开的两条市通郊线路,亭梅线和莲张专线正式上线营运。

据了解,这两条线路的始发站分别设置在亭林大居和中侨职业技术大学附近,完善周边地区市通郊线路,为沿线居民、学生以及企业上班族提供直达市区的出行途径。

当天上午7点,在亭林汽车站,

已有不少市民前来乘坐亭梅线。家住亭林镇的夷老伯经常需要前往市区,开通前夕就曾多次了解线路情况,这次亭梅线的开通对他来说,又多了一个选择,等车时间大大缩减。

亭梅线起讫站分别为亭耀路林安路和梅陇汽车站。亭耀路林安路首末班车时间为早上5点至晚上8点,梅陇汽车站首末班车时间为早上

6点至晚上21点。该线路全程约为46.5公里,班次间隔为20至25分钟,票价为8元。站点方面,金山巴士在部分人流较多或居民集中的区域设置了停靠站点,从而方便周边居民出行。

另外,同一天开通的还有莲张专线。该线路起讫站为德贤路中侨大学和莲花路地铁站(北广场)。德贤

路中侨大学站首末班车时间为早上6点至晚上7点,莲花路地铁站为早上7点至晚上8点。线路全程为53公里,班次间隔为40到60分钟。而莲张专线的开通,旨在方便中侨职业技术大学学生和周边居民直达莲花路地铁站。

接下去,这两条市通郊线路还将不断优化,进一步方便老百姓出行。

枫泾猪获评2021

上海地产优质猪肉金奖

本报讯(记者 鲁学静)10月28日,由上海市农业农村委员会主办的2021上海地产优质猪肉品鉴评优和宣传推介活动在西郊国际农产品展示直销中心举行。

此次评优活动采用专家评委、市民评委共同打分的形式。评测时,专家评委从猪肉的颜色、气味、弹性品质及品牌认证与基地管理等方面进行综合测评,市民评委通过“观”猪肉外形、“品”猪肉风味进行评分。最终评出上海地产优质猪肉金奖1个、银奖1个、铜奖1个,另设最受市民喜欢奖5个。经过角逐,我区上海沙龙畜牧有限公司获得金奖和最受市民喜欢奖,而参评猪肉品种为枫泾猪。

枫泾猪,因原上海市金山县的枫泾镇为苗猪集散地而得名,具有繁殖率高、母性好、泌乳力强和繁殖性能稳定等优良性状,是经济杂交的优良母本,是我国乃至全世界中繁殖率最高、仔仔数量最多的著名地方品种。同时,枫泾猪也具有肉质鲜美、细腻等特点。

上海沙龙畜牧有限公司位于张堰镇建农村,是一家集地方品种猪育种、杂交母猪培育、商品猪生产于一体的生猪养殖企业。公司是国家级生猪农业标准化示范基地、国家生猪储备库、枫泾猪繁育中心、全国价格测定点单位、无害化产品(生猪)产地。

山阳镇开展医美用械
违规行为专项检查

本报讯 近期,山阳市场监督管理所在万达、世纪城等商圈,对美容美发行业违规开展医疗美容的行为进行专项执法检查,进一步规范整治行业乱象。

此次检查主要针对无证从事医美活动、违法采购使用医疗美容类药品和医疗器械、使用不符合国家规定的药品和器械等违法行为。为更好地排摸情况,山阳市场监督管理所邀请金世纪居委会和海皓居委会的干部作为“社会监督员”,为执法工作提供线索。

检查中,执法人员发现部分美容美甲店打着美容嫩肤等名义,运用医疗器械开展医疗美容,当场对这些设备采购凭证和使用记录进行检查,对不符合医疗器械安全标准的产品现场查封,并对相关负责人约谈,确保店内所用的医疗器械来源合法,产品合格。此外,山阳市场监督管理所还联合卫生监督所,对万达海汇街多家美容院进行联合执法,以所用产品和经营行为两方面为抓手,进一步规范美容美发行业市场。

飞越眼镜

配戴眼镜五不宜

不宜
不验光就买眼镜戴

配眼镜有严格的度数要求,每个人使用多少度数的眼镜只有经过眼测才能确定。不经验光,就随便买眼镜戴,是十分有害的做

不宜
乱戴别人的眼镜

即使两个人的屈光度完全一样,还有镜框大小,瞳距差异,镜腿长短等都可能不合适,若勉强戴上,必然会对眼睛有害。

不宜
乱擦、乱放眼镜

养成爱护眼镜的良好习惯,放置眼镜时不可将镜片直接碰触桌面。不建议用衣服、手绢擦拭眼镜,应使用洁净的专用镜布,不戴时眼镜要放入镜盒中。

不宜
戴使用过久的眼镜

眼镜使用一年以上后,会产生划痕、老化、泛黄等问题,不但影响视线而且会出现杂散光,会使人发生头晕、视力疲劳等。

不宜
戴镜框过大的眼镜

过大的镜框和镜片势必增加眼镜的重量,压在鼻梁和眼眶下缘,可能会使眶下神经受压,出现脸部皮肤麻木、感觉迟钝等症状。