

安亭医院延伸护理团队6年为上万名患者提供延伸护理服务

# 用爱疗护,让生命更有温度

**本报讯** 10月12日是世界安宁疗护日,这是一个旨在提高全球对安宁疗护的认识、并呼吁社会关注临终患者需求的特殊日子。在安亭医院有一个延伸护理团队,他们为无数疾病中晚期患者上门护理,减轻他们身体和精神痛苦,温暖生命的最后一程。

“你们不仅是护士,更是我的家人!”10月9日,延伸护理团队再次来到李老伯家中,李老伯的儿子李先生感激地说。李老伯今年85岁,患有房颤和阿尔茨海默病,前不久又经历了一次严重的心力衰竭,可谓与死神擦肩而过。而其老伴沈阿婆患有帕金森病和糖尿病,已丧失自理能力,日常生活全靠62岁的儿子李先生照顾。

安亭医院的延伸护理团队得知这一情况后,主动上门为他们提供免费护理服务,并且已经持续了半年。在为李老伯提供疗护时,护士们用枕头将他的上身垫高,让他呼吸更为顺畅。考虑到李老伯是心衰患者,每次上门,护士们都会提醒李先生控制老人水和盐的摄入量,避免增加身体负担。

“她们像家人一样在照顾我父母。”李先生告诉记者,由于心脏供血

不足,父亲的手常年冰凉,护士们每次上门时,总会把父亲的手放在温暖的手心里,不断为他揉搓取暖。

当天,护士们在为沈阿婆进行日常体检时发现,其血糖值已高到机器无法测出。护士们立即建议李先生带沈阿婆去医院复查,并安排一位护士留在家中照顾李老伯。“家里两个老人都无法自理,一个要去医院,另一个就没人照顾,我每次找她们帮忙,都会第一时间赶过来。”李先生说。

在提供疗护服务的同时,护理团队还会开展心理疏导,让病人及其家

属正视死亡。“人生就像一次旅程,坐在一辆车上,到了站点就要下车。就像打电话,总有一个人会先挂断。”安亭医院主任护师、延伸护理团队负责人曹月琴说,“尤其在面对亲人的临终阶段,我们会帮助病人和家属共同度过人生中最艰难的时刻,以平和的心态迎接每一天。”

据悉,2018年,嘉定区安亭医院主任护师曹月琴发起组建了延伸护理服务团队,将医院各科室的50多名护士聚集在一起。6年多来,团队坚持义务上门为有需要的人群提供院外服

务,涵盖脑卒中瘫痪、癌症患者、失独老人等,累计为上万名患者提供延伸护理服务。

此外,曹月琴还组织了针对癌症患者的各类活动,如教学佳木斯操,帮助患者在运动中感受到身体的积极变化,提升自信心。“我们还开展了叙事疗愈,让康复的癌症患者与正在与疾病抗争的患者分享自己的经历,不仅有助于患者愉悦身心,促进身心健康,还能提升他们的生活质量,使他们生活得更加美好。”曹月琴说。

撰稿 黄骊越(见习)

## 《小青龙科普说》第三季发布

**本报讯** 近日,菊园新区发布《小青龙科普说》第三季,通过聚焦中国科学院上海微系统与信息技术研究所最新技术,以小青龙探索“太阳能”为主线内容,让市民群众零距离感受“嘉”门口的科学。

与前两季相比,这一季的《小青龙科普说》聚焦在具体的科技创新成果,即中国科学院上海微系统与信息技术研究所最新的技术——柔性单晶硅太阳能电池板。“在前期撰写脚本时,我们与微系统所的科学家们反复沟通,确保科普的细节准确无误,过程中也通过他们的介绍获得了不少创作灵感。”主创团队负责人、上海幻悦文化传媒有限公司创始人徐亮表示。

针对传统的单晶硅片容易碎裂的力学问题,中国科学院上海微系统与信息技术研究所提出了一种新的结构设计方案,研制出具有柔软、成本低等特点的柔性单晶硅太阳能电池板,可

应用在手机、新能源汽车、高空飞行器是大家所熟知的领域。“我们将这些应用作为讲述科普故事的载体,帮助大家更好地理解柔性单晶硅太阳能电池板的创新点。”徐亮说。

值得一提的是,目前柔性单晶硅太阳能电池板的技术团队已在菊园新区落地,并成立六智韬新能源科技(上海)有限公司,推动科技成果的落地转化和实际应用。因此,在菊园新区科产办负责人黄海兵看来,《小青龙科普说》不仅是一场沉浸式的科普旅程,还是一次在科普动画中结合产品推广、招商引资的尝试。

“我们将联合其他科研院所,以其科研成果为主线,结合当期科学热点继续打造《小青龙科普说》。”黄海兵介绍,此外,今后还将探索配套的相关漫画书,丰富科普形式,让群众在纸质阅读中感受家门口的科技魅力。

撰稿 奚柔



近日,嘉北郊野公园的60亩粉黛乱子草进入最佳观赏期,花期将持续至10月下旬。此外,为提升游客的观赏体验,公园今年还新增了20余亩的网红绿植“地肤”,预计11月下旬将达到最佳观赏效果,届时又将为公园增添一道别样风景。

摄影 秦建

## 12400余个户外充电口“上岗” 农村电动自行车充电不再难

**本报讯** 10月11日,笔者从徐行镇获悉,该镇已启动农村地区电动自行车集中充电设施建设项目,将安装户外充电口12400余个,预计10月底前完成。

“当心,站稳了吗?”在红星村10组的一户施工现场,村民江老伯一边帮施工人员扶着梯子,一边嘱咐他们作业要小心。“以前电动自行车充电都在自家客堂间,挺危险的。这次村里免费给我们安装电线插座,装好后就能在屋外充电,方便又安全。”江老伯说。

施工过程中,也有不少村民前来询问自家何时能安装户外充电口。徐行镇应急管理部门负责人高家伟介绍,此次红星村将为400余户安装户外充电口,目前正处于起步阶段,后续

将不断增派安装人手,尽快完工。

值得一提的是,安装前,红星村工作人员还提前带领作业人员挨家挨户上门,征询村民意见,并请村民填写安装申请书,确认安装位置。选用的室外充电插口均能满足防雨、防尘的需求,具备短路、过电压及漏电等保护功能。

与此同时,伏虎村的充电口安装工作也在稳步进行中。村民王慎行家的户外充电口已安装完成一段时间,“使用起来很方便,装在屋檐下,刮风下雨也不怕。”王慎行说。

下阶段,徐行镇将继续加强电动自行车充电的安全宣传,进一步完善各村、社区的基础充电设施的建设,提高安全防范能级。

通讯员 闵慧翀

## 相“愈”集市,共筑心理健康防线

**本报讯** 10月10日是第33个“世界精神卫生日”。当天,嘉定区“世界精神卫生日”主题活动“健康公益集市”在安亭镇举行,将多元化的健康服务、心理服务带到居民“家门口”,共筑心理健康防线。

睡眠障碍、心境障碍、心理专科……活动现场,来自嘉定区精神卫生中心、安亭镇社区卫生服务中心等科室的专家现场义诊,为市民解答关于睡眠、情绪管理、家庭关系、压力缓解等方面的问题。

“很多人有心理健康问题却羞于启齿,不愿踏入医院大门。今天这场健康公益集市,让我们在家门口就能卸

下防备,学到实用的心理健康知识。”市民莫非的一番话,道出了不少参与者的心声。

记者注意到,现场还放置了一台“心情加油站”心理健康智慧终端,吸引不少市民驻足体验。“部分患者觉察到自己存在一定的心理健康问题后,可能首先会在网上查询自测量表,但其实这并不专业权威。”嘉定区精神卫生中心教育培训科科长卢艳介绍,这台智慧终端具有心理测评、心理课堂预约、放松训练等功能,目前全区12个街镇均已配备,“有了这台机器,市民可就近享受到免费的专业心理测试。”

不仅如此,活动现场还穿插着“趣味套圈”“注意力大挑战”等寓教于乐的心理减压游戏,让市民在欢声笑语中释放压力,驱散负面情绪。

“过去,许多人对心理问题持有偏见,但这几年,我们明显感觉到大家对心理健康问题越来越重视,主动进医院寻求专业帮助的患者越来越多。”嘉定区精神卫生中心精神科副主任医师张燕华告诉记者,焦虑、抑郁、睡眠障碍是当前常见的心理健康问题,“面对这些问题,无需恐惧,早期预防和干预至关重要。一旦影响到正常生活,请务必及时就医。”

撰稿 席凌燕

增设公共艺术装置、融入丰富文化活动……

## “归来有光”让安亭老街再迎焕新

**本报讯** 近日,震川之光——“归来有光”文化街区项目在“杏荟安亭·智驾未来”2024安亭·上海国际汽车城文旅嘉年华开幕仪式上发布。该项目以明代文坛巨匠归有光为主题,通过灯牌、雕塑等装置,详细介绍归有光的生平故事和传世名作,让市民游客能够更全面、深入地了解这位文化巨匠,为安亭老街增添文化魅力。

10月9日,记者走进安亭老街看到,在昌吉路入口不远处便是归有光的墨香文韵。短短一篇《畏垒亭记》将

归有光闲居安亭、读书度日的情志与意趣刻画尽致。不仅如此,老街南段还设有一个雕塑装置艺术《印记》。该艺术装置以卷筒为形,采用金属激光切割文字内容讲述归有光的生平事迹。白天,市民朋友可抚摸卷筒,仔细阅读上面的文字;夜晚,装置内置的灯光穿过镂空文字一圈一圈映射在地面上,自带年轮状光影。

此外,老街还设置有氛围装置《治水功效》《成就背后》《科举之路》和散文诗装置、投影装置,将归有光的生平

典型事迹或作品与现代艺术装置巧妙地融为一体,为市民游客带来不一样的体验。

“今天和家人一起来安亭老街游玩,发现老街多了不少归有光的文化元素,这也是和其他老街不太一样的地方。”市民滕先生表示,“老街将传统文化用一种现代手法进行表达和展示,让人印象深刻。”

震川先生归有光在安亭讲学二十余年,对嘉定及周边地区文坛影响深远,对教化嘉定的形成与发展也起到

了至关重要的作用。“为了让市民游客更全面、更深入地了解归有光,更好地感受‘有光’文化的魅力,我们在安亭老街设置了一系列公共艺术装置,旨在打造一个融合历史、文化、艺术、休闲于一体的特色文化街区。”上海国际汽车城旅游发展有限公司副总经理李定愉表示。

除归有光文化展示外,震川之光——“归来有光”文化街区还融入了较为丰富的文化活动。市民游客可在街区体验上海市非遗“安亭药斑布”的制

作,感受传统文化的独特魅力;还可以参与银杏主题的各类手作活动,享受动手创作的乐趣等。

“安亭老街已经历了两次翻修改造,改造内容为植入银杏IP、引入‘演’昆曲的马头墙、设置公共艺术装置、修缮永安塔等。”李定愉告诉记者,今后,将继续多元地创编“有光”文化的表达形式,通过雕像、漫画、动画等形式,让“归来有光”文化街区更加生动鲜活地呈现在人们的面前,让安亭老街焕发新活力。

撰稿 李品