



■ 老人们的集体生日



孙华 摄 ■ 全科医生诊室



资料照片 ■ 老人们在老伙伴健康生活馆里做游戏 杨力勤 摄

这里的老人为何“九十笑嘻嘻”？

——浦东新区潍坊街道破解城市养老三大难题

本报记者 宋宁华

随着城市老龄化加剧，日益庞大的老年人队伍和相对稀缺的资源产生的矛盾，已经让养老问题成为城市的“哥德巴赫猜想”，让人们苦苦寻找“解题”思路。

在浦东新区潍坊街道，60岁以上老龄人口高达29%，在这里有一则“段子”广为流传：“六十一甲子，七十古来稀，八十多来兮，九十还在笑嘻嘻”。这里百岁以上老人就有8名，成了名副其实的“长寿社区”。

潍坊打造“长寿社区”的秘诀何在，如何破解迫在眉睫的养老难题？不少本市、甚至外地的政府部门纷纷前来取经，记者也为此走进潍坊社区寻找答案。

● 一大难：看病难，医疗资源“先天不足”怎么办？

○ 破解：家门口享受“家园式”医疗服务

潍坊街道办事处“蜗居”在世纪大道旁的一条支马路上，两幢小楼装潢简单朴素。但是，记者发现，街道在和社区居民相关的民生投入，尤其是养老投入上却很“大手笔”。

记者原本计划走访社区卫生服务中心，却听说那里正在装修，为了给儿保门诊、计划免疫等公共卫生服务提供更好的设施，社区卫生服务中心又“损失”了近300平方米的商业门面出租收入，而街道则投入近30万元装修改建儿保中心。这种损失“赚钱”门面，贴钱为社区居民提供免费公共服务的情况在潍坊街道比比皆是。

潍坊街道的医疗资源其实“先天不足”，除了社区卫生服务中心外，仅有1家二级乙等医院和1家民办医疗机构，但为了让居民们享受到“家门口”的优质医疗服务，近年来，潍坊街道可谓“不惜血本”。2010年、2011年、2012年，仅近三年，街道用于日常养老服务的实际支出就分别达到550万元、790万元、850万元，养老服务的硬件和软件水平不断提升。

——2010年，街道投入资金，帮助社区卫生服务中心完成了防保科的整修改造以及口腔科和五官科的扩建，优化了相关医疗功能。

——2011年，浦东新区首个健康管理家园在潍坊社区设立，居民家门口从此有了“健康守门员”。在医院做个骨密度检查就要花近百



■ “美丽的神话”舞蹈表演



王鸿华 摄 ■ 2013年潍坊社区排舞展演 金国桢 摄

元，而在这个“潍坊社区健康管理家园”里，不用挂号，不用花钱，居民就可以做骨密度检测、视力筛查、听力筛查、中医体检等8大项目免费体检。

——2012年，建立了潍坊街道老伙伴健康生活馆，专门服务于社区60周岁以上家庭困难的失能失智老人，免费为他们提供安全、专业有效的康复训练。目前已有近300名社区老人成为会员，大部分老人在经过一段时间的康复训练后，肢体功能得到恢复或改善。

社区卫生服务中心主任杜兆辉介绍，要吸引社区居民首诊到社区，最关键的是提升社区卫生中心的医疗专业水平，提供居民需要的“贴肉”服务。为此，社区卫生中心在现有医生中培养优秀的全科医生，如被评为浦东新区“十佳家庭医生”的胡冰，为社区居民提供和大医院一样优质的医疗服务，吸引了一批“铁杆粉丝”。

同时，中心也“筑巢引凤”，吸引年轻的优秀人才“加盟”。为了解决医生的居住问题，街道拨出专款作为住房补贴给全科医生，让他们能安心为社区提供好的医疗服务。今年，潍坊社区卫生中心成功引进了8名上海市首批“黄浦一期”的5年制本科全科医生，在全市是最多的。街道还和复旦大学上海医学院签约共建社区卫生服务中心，联手培养一流的社区医生。

● 两大难：“空巢老人”孤单寂寞，谁能“常回家”看看

○ 破解：老年关爱行动演绎“惟爱之坊”

快速到来的老龄社会，老人独自在家不幸身亡，甚至几天后才被人发觉的悲剧一再发生。如何为空巢老人送上精神慰藉，甚至急难相助的“雪中送炭”，已经成为全社会关注的话题。在潍坊街道的户籍人口中，有近四分之一是老年人，十分之一是纯老户，高龄化、空巢化的趋

势尤为明显。

2011年，一块“新沪商社区义工助老服务站”的铜牌出现在潍坊十村(二)等5个居委会的墙上。这不是一个普通的助老服务站，在这个服务站里，首批68名义工经过培训，走进了326位老人家中。

潍坊九村的义工陈福根被老人们亲切地称为“我们身边的‘徐虎’”。受助老人总是亲切地叫他“福根”，“有事找福根，他总是马上赶来。不仅无私地帮助我们调换水龙头、修煤气灶、换灯具，缺了零件就帮我们淘、帮我们配，从不厌烦。”福根说得很实在，“谁没有老的时候，我希望我老了也有人能帮我一把。自己的事情可以放一下，老人的事情不能拖一刻。”

在这些义工中，多数都是退休后的“年轻老人”，或者说是“准老人”，他们虽然多数时候做的都是些小事，和高龄老人聊聊天，每天问候一下老人，帮老人做点力所能及的小事。但往往对老人起到莫大的精神安慰，有时甚至“救人性命”。

义工刘永妹至今对去年6月惊险的一幕心有余悸。“那天，我和孙月瑛一起去探望陈发奎，在门外叫半天没有回应，推门进去，发现老人晕倒在地，急忙打‘120’急救电话。”幸亏发现及时，陈老伯才转危为安，他醒来说：“是义工救了我的命。”

这样的“危难之处显身手”的情况在新沪商助老站已经多次发生。一次，一位义工发现小区里定点联系的独居老人一直到中午也没有出来买菜，询问送餐员，说老人没有出来取饭。义工不放心，又找老人常去的理发店等地方寻找，都不见老人的踪影，上门敲门没人应答。义工连忙找来锁匠把反锁的门打开，发现老人摔伤骨折躺在床底已经一天多了，奄奄一息。老人的亲属不在上海，义工和居委干部一起将他送往医院，天天给他送骨头汤等营养品，直到老人的家属从外地赶回来才放心离开。

心离开。

还有许多老人在感谢义工帮助的同时，也由一名受助者转化成为助人者，自愿加入到互助互爱的行动中。现在，在潍坊社区的25个居民区，已经形成了一支247人的低龄老人义工队伍，为1253名高龄老人提供精神慰藉、急难相助服务，居民们也亲切地将潍坊社区称为“惟爱之坊”。

去年，时任中共中央政治局委员、上海市委书记俞正声专程到潍坊社区调研养老服务工作。潍坊街道党工委书记李国弟将这一新做法总结为：“企业家心意，志愿者乐意，带来老人满意。”俞正声则高度评价这一做法是：“为老服务的新创意”。

● 三大难：养老院床位一床难求，高龄老人居家养老怎么办？

○ 破解：为高龄老人提供居家养老护理服务

上海作为人口密度极高的大都市，由于资源紧缺，养老院建设成本高，床位一床难求，加上多数中国人居家养老的理念，让社区养老注定要“多条腿走路”。

在潍坊社区，“管老人”的机构不单是原来传统的敬老院，而是“品种”很多。街道办事处主任蒋蕊说，如今的养老需求正日益多样化，不同年龄、不同健康状况、不同家庭背景和经济状况的老年人需要不同的养老服务，因此要结合实际，探索不同的养老服务形式，“让社区成为老年人的养老大院”。为此，潍坊街道将大量原先商业出租的房屋收回，改建成老人需要的日托所，数量在全市街镇居首位，而且全部交给社会组织管理。

“海归”杨磊在英国学习老年康复护理专业，留学归来带来了西方发达国家的养老理念。潍坊街道为她的大胆想法提供“土壤”，她所在的伙伴聚家养老服务社负责源竹

“日托所”的管理，其专长在于康复。社区里有一位患骨质疏松和帕金森病的老人，服药没多久就出现肌肉萎缩，服务社护理人员帮他找出原因，原来这两种药互相抑制。纠正用药习惯后，老人恢复了正常。伙伴聚家很快在居民中赢得好口碑，其他街道老人也慕名前来。

黄卫平的“手牵手”公益组织承接下潍坊二村老年服务中心的管理后，做的头件事是“空间改造”。通过植物治疗、绘画音乐治疗、情绪管理等“艺术疗法”来“年轻”老人身心。在300多平方米的活动室里，五彩生命的律动处处可见：照片栏最显眼的当月“寿星”照；彩绘图画述说着动人的生命故事，宣传册上的标语也耐人寻味：“觉知自在，欢喜人间”。许多老人在这待上一个月，血压等指标就有改善，心情也慢慢转好。

最近，潍坊街道又成为本市高龄老人护理保障计划的首批试点街道。不少老人因中风、痴呆等重症难以走出家门，却亟需康复训练和护理。根据护理保障计划，将由专业医护人员上门服务，护理费用医保承担八成，老人只需自费支付两成。据透露，目前已经有12名老人在申请后通过评估，护理人员已经为他们提供包括失智训练、手指按摩、洗澡等护理服务，老人和家属都表示非常满意。

为了把实事办得“实实在在”，潍坊街道专门制定了“社区养老服务‘十二五’规划”“社区公共卫生和健康管理三年行动计划”。记者看到，在这个2012年到2014年的行动计划中，明确了今后几年潍坊社区加快公共卫生和健康管理的主要内容，更多惠民的硬件软件服务将走入社区。其中包括拓展“社区健康管理家园”服务功能，建立覆盖全社区重点人群的健康档案，为特定人群提供免费健康体检，继续引入优质医疗资源进社区开展服务，每年建设一条健康步道，每月开设一场健康讲座等。一桩桩实事都在为居民的健康“加油”，寿命“加分”。