

关爱阳光照进生命最后一程

长征镇社区卫生服务中心舒缓疗护让临终病人走得有尊严

“对于癌症晚期患者,医学还能为他们做什么?”面对这一问题,答案并非无解。2012年,作为上海市政府的实事项目,全市17个区县18家社区卫生服务中心设立了“舒缓疗护”病区,专门收住肿瘤晚期患者。在普陀区,作为首批项目试点单位之一的长征镇社区卫生服务中心,日前被中国生命关怀协会评为全国“关爱生命奉献爱心”先进集体,并定为“全国临终关怀培训基地”。实施至今,凭借其细心、耐心、贴心的服务,帮助不少临终患者人生的最后一程走得痛苦少、有尊严。

温暖“住进来”

尽管是寒冷的冬天,晚期肿瘤患者的安宁病房却是温暖、宁静、祥和的。午后的阳光射进粉红色营造的温馨环境中,让人顿感心静。病房里的杨阿婆经过镇痛处理,正沉沉地睡去。赶来陪床的阿婆儿子对这里条件十分满意:“干净又安静,我们很放心。”

杨阿婆从最初的肾癌扩散到了肺部和脑部,经常处于昏迷和神志不清的状态,辗转了几个大医院,医生不建议继续治疗。听说有舒缓疗护服务后,杨阿婆在一个月前住进了长征镇社区卫生服务中心。“之前妈妈的状态已经很不好,又要来回折腾就医,心情和胃口都变得很差,全家人也很焦虑。”来到舒缓疗护病房后,杨阿婆的家人松了一口气,“妈妈住进来以后,医生、护士照顾得很周到和细心。既然病情已经无法逆转,能适当减轻痛苦、舒缓心情,给老人家一个安宁之所走完最后一程,我们子女也心安了。”

住进舒缓疗护病房的主要是肿瘤晚期患者,预期生存期3个月以内,对患者不做针对性治疗,只缓解疼痛、恶心、呕吐等症状,减轻和消除他们的心理负担和消极情绪。“我们的工作重心,主要是帮助病人在

生命的最后阶段能够减少痛苦、有尊严。”病房医生介绍说。

痛苦“降下去”

生命最后一段时间里,患者身体往往出现各种疼痛。对疼痛的恐惧,以及随之而来的抑郁,往往严重影响患者的情绪,加重病情。除了及时给药,医护人员们还得千方百计为患者着想,观察他们的心理变化,尽量把痛苦和不适降到最低限度。

张先生是一名骨肉瘤患者,腹部的转移病灶一直散发阵阵恶臭,但协助理他生活的护士杜芳却从不皱眉头。她拿掉口罩,很自然地和他聊天,轻柔地为他换药,为他盖好被子、打开窗户,还悄悄给他换上一盆能去除异味的植物,让他住在舒适整洁的环境里。随着病情的恶化,张先生的心情变得十分低落,护士们抽空总是陪伴他左右,听他讲讲以前的故事,和他聊聊兴趣爱好,帮助他分散注意力缓解疼痛。

心扉“敞开来”

“有时去治疗,常常去帮助,总是在安慰。”这句刻在美国医生特鲁多的墓碑上的话用于舒缓疗护,是再恰当不过的。

“在这里,我们最重要的工作之一,就是跟病人以及他们的家属聊天。”护士长李颖告诉记者,不少病人更愿意把心里话告诉医护人员,“这是对我们的信赖。”通过谈心,医护人员会把每天观察的情况进行汇总和记录。深入了解病人的一切,正是为了更好地安慰他们。

身患肺癌的何老伯入院几日了一直闷闷不乐。医护人员有空就来开导他,问问他有什么需要。渐渐地,何老伯说出了心里话:小外孙降生了,自己还没能见上一眼……说者无心,听者有意。医护人员及时与何老伯的女儿、女婿沟通,完成了何老伯的心愿。

任莹莹

邓玉平 “新长征精神代言人”



社会各界作长征讲座 100 余场,被媒体称为“新长征精神代言人”。她曾在塘桥社区党员服务中心举办“追寻红军足迹,传承长征精神——邓玉平重走长征路纪实图片展”,参观的观众络绎不绝,接待参观者达 7000 余人。

邓玉平是浦东塘桥街道志愿者、退休历史教师、红军后代。她曾十次拄杖重走各条长征路,拜访 220 多位老红军,为沿途贫困学校捐献书籍,与少教所学员结成帮教对子,为社

会各界作长征讲座 100 余场,被媒体称为“新长征精神代言人”。她曾在塘桥社区党员服务中心举办“追寻红军足迹,传承长征精神——邓玉平重走长征路纪实图片展”,参观的观众络绎不绝,接待参观者达 7000 余人。

裴志成 推荐

侯淑英 社区“健康义务顾问”



是五官科专家,她资格虽老却无半点架子,平时只要轮到她义务为居民量血压,她总是早早地来到居委会,无论刮风下雨,从未缺席。侯医生多才多艺,擅长弹琴,她常常告诉居民,放松心情,精神愉快,健康就有保障。

每个星期日上午,黄浦区南东街道振兴居委会总是人头攒动,小区的“义务顾问”正轮流为居民义务量血压,年龄最长的顾问是 80 多岁的侯淑英教授。侯医生

是五官科专家,她资格虽老却无半点架子,平时只要轮到她义务为居民量血压,她总是早早地来到居委会,无论刮风下雨,从未缺席。侯医生多才多艺,擅长弹琴,她常常告诉居民,放松心情,精神愉快,健康就有保障。

振成 推荐

把爱织进毛衣送给边疆孩子

长宁区妇联举办新春爱心传递行动

长宁区妇联日前举办“放送新年的爱·传递姐妹的情”新春爱心传递行动,通过市、区、街联动送温暖,传递真善美,此次活动拉开了全市“放送新年的爱”活动序幕。市儿童基金会理事长杨定华,市妇联主席徐枫等出席会议。

长宁区妇联积极响应市妇联“恒爱行动——百万家庭亲情一线牵”对口援疆毛衣编织公益活动,依托 10 个街镇妇联、186 个居民区妇女之家,组织发动百余名爱心妈妈加入行列,编制毛衣,把这份爱传递给远在新疆的孩子们。活动现场,爱

心编织妈妈们编织毛衣、展示成果,同时接受恒爱行动赞助商恒源祥公司现场捐赠的毛线,继续编织爱心围巾,将爱心传递下去。会上还宣布成立长宁区妇联“慈母手中线”爱心编织队,编织队代表为敬老院老人赠送了帽子、袜套、围巾等爱心织品。

长宁妇联始终致力于建成联系和服务广大妇女的温暖之家,并凝聚一批优秀女性社会组织,把更多的关爱送进家庭。女性社会组织喜雅爱心社区服务中心负责人在现场为长宁“五老户”赠送物业维修《贴心服务卡》,市十佳示范性家

政服务站捷邻家政公司总经理为老三八红旗手赠送保洁服务《家政服务卡》,长宁区妇联副主席向社区困境家庭赠送《菜园果园进家园爱心卡》。

长宁妇联在全市率先启动了“放送新年的爱”老少公益互助结对活动,通过发动 10 个街镇,为 50 位“小义工”和 50 位“五老户”(老先进、老海归、老科学家、老教师、老文艺工作者)牵线搭桥,开展结对互助。会上“小义工”们为结对的“五老户”赠送了爱心大礼包。

本报记者 袁玮

“电瓶车慢充服务点”亮相凉城新村街道 市民花 1 元可享 5 小时应急充电

在日常生活中,不少人都遇到过电瓶车电力不足无法行驶的状况,这时如果路边能有一个应急充电站就会省去不少麻烦。日前,一家“电瓶车慢充服务点”在虹口区凉城新村街道亮相,市民只需花费 1 元就可以方便地为座驾补充电力,如果凭市工会服务卡还能享受免费充电服务。

这个新设立的“电瓶车慢充服务点”位于凉城新村街道车站南路 297 号门口,服务点共设有 6 个充电口,只要在投币式充电器

上投入 1 元,就可享受到 5 小时以内的充电服务。这项便民服务的推出源于虹口区总工会、凉城新村街道工作人员对日常生活的观察。充电服务点地处凉城社区的人流密集场所,周边不仅有大卖场、商街,还有居民区和办公区。平时,有不少居民骑电瓶车来这里购物、办事,常遇到电瓶电力不足的尴尬。

为了让这项便民服务更到位,区总工会和街道还发动服务点周边的商家共同参与,商家负

责人给居民备了不同型号的充电器,如果前来充电的居民没有随身携带充电器,可向店家借用。

凉城新村街道相关工作人员表示,凉城社区地形较为狭长,如果仅仅设立一个点无法满足所有居民的需求,因此,他们将继续和区总工会联手,寻觅一些比较合适的人流密集的地方,多设“电瓶车慢充服务点”,为更多的居民服务。

通讯员 万彦 本报记者 袁玮

大宁路街道为老人检查用电安全

闸北区大宁路街道邀请大宁社区内有多年电力工作经验的志愿者,近日为 50 户低收入高龄独居老人开展用电安全检查服务,通过对老人家中电器设施、电线线路等进行专业的检查和指导,消除安全隐患。

此次检查内容主要包括电气设备绝缘有无破损、设备裸露带电部分是否有防护、安全间距是否足够、保护装置是否正确、电气设备安装位置是否合理、电气设备或电气线路是否过热等。

罗玉迎 江跃中

“智慧城市投资发展高峰论坛”举行

“新常态下的城镇化投资机遇——元亨祥智慧城市投资发展高峰论坛”日前在上海举行,与会嘉宾就“城镇化建设路径”、“城市的升级改造与再城市化建设”、“城市基础设施升级的空间有多大”等话题开展头脑风暴:认识新常态、适应新常态、引领新常态,是当前和今后一个时期我国经济发展的大逻辑。在“新型城镇化”战略实施的大趋势下,城市发展基金作为新的投资模式应运而生,将有效对接社会资本与城市发展领域。

言莹

讲述在石库门里阅读的故事

明复图书馆举行『悦读悦生活』系列活动

岁末年初,黄浦区明复图书馆“悦读悦生活”读书系列活动闭幕式暨“阅读‘石库门’”征文活动颁奖会举行,获奖读者与读书团队代表欢聚一堂,共同分享阅读带来的快乐和收获。

作为 2014“悦读悦生活”重要项目的“阅读‘石库门’”征文活动,得到区域内图书馆读者、社区居民以及共建读书团队的广泛参与。评选期间,收到社会各界征文 130 余篇,读者们以自己的生活经历,讲述在石库门里阅读的故事,谈谈有关石库门的生活体验,儿时石库门弄堂的记忆,或者评论有关石库门的书籍。“悦读达人”在颁奖现场朗诵了获得征文活动一等奖的作品,朗诵者生动演绎这篇带有上海方言的文章,展现了石库门里朴实、鲜活的生活。

本报记者 姚丽萍

1月10日晚,由市文联指导,上海音乐家协会、虹口区文联主办,上海音乐家协会合唱专业委员会和虹口区文化馆共同承办的第四届上海无伴奏合唱比赛颁奖典礼暨2015新年合唱音乐会在上海东方艺术中心音乐厅举行。

为打造虹口文化品牌,2010年起虹口区开始与上海音协合作主办无伴奏合唱比赛(第二届),迄今已连续举办三次。本届无伴奏合唱比赛自10月27日开幕以来,共吸引了 75 支合唱团,4000 余名合唱团员参加,分别来自全市各区的学校、企业和社会团体。由虹口区选送的虹口区文化馆合唱团、四川北路街道军之声合唱团荣获金奖。

本报记者 袁玮

无伴奏合唱打造虹口文化品牌

七十五支合唱团唱响新年音乐会