



打造“皖美康养”新标杆,造福安徽老人

——对话安徽静安健康产业集团副总裁蔡梅

记者祁琳

安徽静安健康产业集团(以下简称“静安集团”)作为我省健康养老行业领军企业之一,近年来积极响应国家及省委省政府有关“老龄化政策”部署,勇担社会责任,创新发展,用大爱构建“静安养亲苑”系列为老服务产品,打造“皖美康养”新标杆,助力推动安徽健康养老事业和产业发展,造福安徽老人。

静安健康养老事业建设成果,离不开静安健康产业集团副总裁蔡梅的倾力付出。10月10日至12日,记者走进静安健康集团,对话蔡梅,全面了解“静安养老”的发展密码。



因为热爱,愿为养老服务奋斗一生

安徽静安健康产业集团深耕养老事业十四载,2011年,安徽静安养亲苑和静安中西医结合医院同步成立,以“医养结合”为标准,高质量建设发展健康养老产业;短短十多年时间,静安养老在合肥、六安、黄山、安庆、阜阳等地已建设及运营床位4000余张,并形成“医、养、学、研”一体化的健康养老集团。先后荣获国家智慧健康养老应用试点示范企业、全国养老服务机构标准化建设试点单位、安徽省现代服务业企业30强、安徽省医养结合示范项目机构、安徽省养老服务业长三角康养基地等荣誉称号。

“我很喜欢和老人相处,这也是我从事养老行业的主要原因。10年来一直奋斗在养老一线,支撑我干下去的信念就是热爱老人。”蔡梅说。

蔡梅是位知性管理者,端庄美丽是她给人的第一印象。“她不仅是静安养老的大管家,更是老人们的贴心小棉袄。”这是静安养亲苑护理人员的一致评价。

蔡梅介绍说,“用满腔之热爱,致力将

‘静安’打造成安徽乃至全国高品质健康养老品牌”,这是她追求的梦想。

在养亲苑担任院长时,只要不出差,老人们的房间她一天都要巡查数次,问候老人、服务老人,每天忙得像陀螺一般,但看到一位位幸福的老人,自己的心就是甜的。

从养亲苑院长到静安集团的负责人,她肩上的担子更重了。

蔡梅说,静安健康产业集团秉承“以健康实业,造福百姓安康”的发展宗旨,建设有温度、有爱心的养老机构。我们现已组建静安养亲苑、静安养亲春晖护理院、静安中西医结合医院、静熙健康科技公司、静安社会工作服务中心、静安职业培训学校等实体单位,构成了具有内生动力的产业链条。

在做好自身为老服务的同时,静安积极开展各类公益助老、救助等活动。目前形成2家基金会、5家社会组织、100多个社会企业和爱心人士参与,开展医疗救助、健康管理及护理等个性化救助,充分满足困难群众多样化、层次性、多方面的需求。

因为热爱,她成养老行业重量级专家

“养老行业是一份长线投资、低回报的半公益事业,没有足够的热爱、情怀,是很难做好的。”在采访中,蔡梅反复和记者说这句话。蔡梅是一位学习“狂魔”,她致力于学习,学习养老领域各种知识充实自己。一年中至少有两个月在外专职学习,复旦大学、国家民政部举办的养老人才培养班,她每年都参加。如今蔡梅已经成为国内养老人才培养的重量级专家。

据蔡梅介绍,运营知识和智慧建设规范化、标准化、个性化的静安养老服务体系,为60岁以上老年人提供医、养、康、护、食、居、娱、学等八大服务。经过10余年的服务践行与模式探索,业已形成静安养亲+的养

老服务品牌,以“养亲苑”为机构养老品牌,“养亲里”为社区居家养老品牌,构建了机构、社区、居家养老和旅居康养等全领域一站式服务。

说到这些成果,蔡梅脸上露出幸福的笑容。

征途漫漫,让夕阳更红。蔡梅说,“随着我国人口老龄化程度的不断加深,每一位养老人肩上的担子更重,我们静安养老人将更加自觉地投入到养老服务这一伟大事业中,不断拓展产业规模、拓宽经营领域,严把服务质量关,大力培养创新意识,努力打造一支团结、敬业、高效的团队,提升专业养老服务技术水平,增强市场竞争力,共创老龄美好生活!”

关于帕金森病,这些知识要知道!



家庭医生

记者 马冰璐

据了解,我国有超过300万帕金森病人,65岁以上中老年人发病率为1.7%,患病人数约占全球患者总数的三分之一。一起来听听合肥市二院神经外科主任医师王少华为大家讲讲帕金森病的预防和治疗。



专家介绍

王少华,主任医师,医学硕士,从事神经外科临床科研教学二十余年,擅长颅内肿瘤、脑血管病、椎管内疾病及颅脑损伤等的微创手术治疗,尤其擅长对帕金森病、三叉神经痛、面肌抽搐及癫痫等颅脑功能性疾病研究。

帕金森病的老年高发特性

帕金森病,也常被称为“震颤麻痹”,是一种神经系统退行性疾病。目前认为是脑部的黑质及黑质-纹状体通路神经元变性所导致,可能与遗传、环境因素及神经系统老化等多种因素有关。公认的是,衰老是帕金森病发生的最重要因素,疾病具有显著的老年高发特性。

王少华表示,帕金森病起病隐匿,病程进展缓慢。疾病会导致患者的活动障碍逐渐加重,生活质量持续下降,甚至难以自理。

帕金森病的症状

帕金森病的典型症状是静止性震颤、肌强直、运动减少、姿势步态异常。通俗来讲可以用三个字概括:“抖”“僵”“慢”。

“抖”是指手、胳膊、小腿、下颌和面部不由自主地抖动。

“僵”是指肌肉紧绷,四肢活动时僵硬、沉重、不灵活。

“慢”是指动作缓慢,在日常生活中穿衣、刷牙、洗脸等动作变慢,写字越写越小,走路时无法迈开脚步,而以小碎步前进,且维持身体平衡困难,易摔倒。

此外,帕金森病还伴有嗅觉减退、便秘、睡眠障碍、抑郁等非运动症状,可早于帕金森病的运动症状而出现。

帕金森病的早期识别

王少华表示,帕金森病起病比较隐匿,初始进展缓慢,患者和家人难以及时发现,前期可以使用国际通用的帕金森病筛查量表,进行自我筛查:

- 1.面部表情是否没有以前丰富?
- 2.声音是否比以前小了?
- 3.手脚有抖动吗?
- 4.系扣子是否存在困难?
- 5.写的字是否比以前小了?
- 6.从椅子上起立有困难吗?
- 7.走路时脚拖着地走小步?
- 8.脚有时突然像粘在地上,抬不起来?
- 9.走路容易跌倒吗?

王少华提醒,关于帕金森病的识别,以下认知误区要注意避免。

帕金森病的预防

王少华表示,帕金森病的发病原因多与环境、饮食、疾病等因素有关,因此,市民需做到:

- 1.按时体检。特别是有家族史或类似症状的中老年人,早发现,早诊断,早治疗。
- 2.改善环境。尽量避免接触一些有毒气体、杀虫剂、重金属和一些化工原料,远离辐射。
- 3.规律饮食。尽量以清淡饮食为主,多吃蔬菜、水果,少喝咖啡、茶等刺激性饮料,戒烟酒,多喝水。慎用吩噻嗪类、利血平类及丁酰苯类的药物,防止发生药物性帕金森病。
- 4.重视老年病的防治。包括高血压、高血脂、高血糖、动脉硬化等,增强体质,延缓衰老。
- 5.积极参加体育锻炼。比如散步、慢走、骑车等,对预防帕金森病均能起到一定的积极作用。