

2022年6月13日  
星期一 农历五月十五

国内统一刊号:CN37-0099  
邮发代号:23-207

# 老年生活报



老年生活报

全国助老服务热线  
0532-66610000

## 养老服务体系建设成效明显 青岛获国务院督查激励5000万元

**本报讯** 近日,国务院办公厅下发《关于对2021年落实有关重大政策措施真抓实干成效明显地方予以督查激励的通报》(国办发〔2022〕21号),青岛市被评为全国10个养老兜底保障、发展普惠型养老服务、完善社区居家养老服务网络等工作成效明显的城市之一,成为全省和全国5个计划单列市中唯一获此荣誉的城市,获得中央预算内投资5000万元的专项资金奖励。

据了解,近年来,青岛市高位谋划养老服务体系建设,聚焦老年群体“急难愁盼”问题,制定出台“1+14”养老服务政策体系。截至目前,

全市养老机构达到294家,机构养老床位数4.7万张,其中护理型床位3.29万张,护理型床位占比达到70%。建成街道(镇)级居家社区养老服务示范中心136家,实现城乡街道和镇全覆盖。全市签约完成家庭养老床位2.1万张。青岛养老服务时间银行、青

养老服务综合信息平台、青岛养老机构智慧消防系统、青岛养老服务地图等一批智能化平台相继上线运营,着力在创新养老服务供给上建机制、补短板、扩供给、强质量、兜底线、保基本,形成了独具特色的养老服务“青岛模式”。

(记者 许瑶)

### 特别关注

## 跨越“数字鸿沟”却陷入“数字沉迷” 老年人“手机瘾”现象调查

时至今日,随着移动互联网和智能设备的迅速普及,手机在老年人的生活中扮演起日趋重要的角色。但是,老年人在跨越“数字鸿沟”之后,陷入“数字沉迷”的隐忧也随之而来,最典型的就是过度使用手机引发的各种问题。“数字沉迷”存在哪些健康隐患?如何帮助老年人健康上网?

### 在手机里“退休”

家住杭州的“刘姥姥”(网名)年近80岁,从社交聊天到网络购物,操作智能手机的熟练程度丝毫不逊色于年轻人。她每天用来玩手机的时间超过8小时,并自嘲在手机里“退休”。“刘姥姥”提到,平时孩子上班去了,家里就剩自己,难免孤独寂寞。“在城里邻居往来比较少,亲朋好友都在微信里,只能通过手机联络感情。”

“刘姥姥”的女儿最近对母亲沉迷手机有点无奈。“母亲经常早晨在床上刷短视频,等我们去上班了还没起床。”

中国人民大学老年学研究所2021年12月开展了中老年人短视频使用调查,从24个省份抽取了187位中老年人。

“结果表明,约11%的老年人存在过度使用短视频的情况,他们因

为长时间使用短视频而影响正常生活的比例明显提高。”中国人民大学副校长、中国人民大学老年学研究所所长杜鹏介绍,约16%的老年人经常占用休息时间观看短视频(例如熬夜等),约15%的老年人则表示因为观看短视频而常常忘记时间,严重影响日常生活安排。

### “数字沉迷”的健康隐患

“母亲今年经常颈椎疼、肩膀麻、脖子硬、视力模糊、眼睛干涩。据医生说,这些都是长期玩手机造成的。”“刘姥姥”的女儿很担心。

“数字沉迷”的健康隐患,首都医科大学附属北京同仁医院骨科副主任医师佟刚有着最为直接的观察。

“有一个93岁的老爷子,喜欢在家上网,看新闻、看基金、看股票,我之前给他做过股骨手

术。”佟刚说。“那次,老爷子上网的时候保持一个姿势太久了,不知不觉腿麻了。正好家人叫吃饭,他一起身就给摔倒了,股骨骨折。

在“数字沉迷”带来的骨科疾病之外,眼科疾病也是“重灾区”。“目前我国老年人已成为眼底黄斑疾病的高发人群,这与国内老年人沉迷上网群体比例逐年递增显著相关。”同济大学心理学系教授、博士生导师胡耿丹说。

除了生理层面,老年人“数字沉迷”产生的心理健康隐患也不容小觑。

“比如,无心经营现实生活、慵懒颓废、生活方式不良,继而产生更加强烈的内疚感、无意义感和孤独感,表现为社会适应困难、社交功能下降、缺乏人际支持,以及冷漠、偏执、厌恶、抑郁等负性情绪。”胡耿

丹说,多项研究证实,手机沉迷与抑郁之间存在显著的正相关关系。

### 治愈老年网瘾,药方开给全社会

怎样才能让他们回归健康生活?这个疑问,戳中了老年人“数字沉迷”问题的难点。

湖南省常德市康复医院心理干预科主任陈邦定认为,对于老年人而言,要学会合理利用手机,学会上网,更要学会“下”网,不要被网络所绑架;对于子女而言,要给予老人高质量的陪伴,别忽略,别冷落;对于社会而言,要在城市基础设施建设与精神文明建设方面,多多关注老年人,多给老年人提供活动场所,多组织老年人乐于参与的活动,丰富他们的生活,帮助他们更好地融入社会,远离“数字沉迷”。

肖人夫



## 关注 唐山打人事件

### 热评

## 拿什么严惩行凶暴徒?

6月10日凌晨,河北唐山某烧烤店发生一起寻衅滋事、暴力殴打他人的事件。现场监控视频画面极其残暴血腥,让人义愤填膺,更令人锥心发指,大家不禁发问:一个文明的社会,怎么可以如此人欺人……

依据现行《刑法》直观来看,可以“寻衅滋事罪”和“故意伤害罪”这两个罪名加以定罪量刑,但认真思量后又会发现这两个罪名不足以平民愤。要想真正实现对暴徒的严惩,还受害女性一个公道,我们或许要跳出在这两个罪名中追责的窠臼,而以更严厉的“故意杀人罪”来追究相关人员的刑事责任。

在上述案件曝光的视频中来看,我们有理由怀疑并认为这几名男子的行凶行为,实际上是属于企图致人死命的“故意杀人”。相关视频显示,暴徒之所以没能“杀人致死”,并非源自心慈手软,而是旁人干预的结果。

因此,对该案件的施暴暴徒,可不妨以“杀人未遂”来追究刑责。若按“杀人未遂”定罪量刑,即使从轻或减轻处罚,实际上也远比寻衅滋事罪的最高“五年以下有期徒刑”,“轻伤”情况下故意伤害罪的“三年以下有期徒刑”量刑要更严厉得多,这不仅更有利安抚民情民愤,也更有利让人们在该案中感受公平正义。若夷

### 侦办

## 公安部统一部署

据新华社电 河北省廊坊市公安局广阳分局12日通报,经廊坊市广阳区人民检察院批准,陈继志等9名犯罪嫌疑人已由廊坊市公安局广阳分局执行逮捕。此前,据河北省公安厅指定管辖,发生在唐山市路北区某烧烤店的寻衅滋事、暴力殴打他人案件,由廊坊市公安局广阳分局侦查办理。

10日凌晨2时40分左右,唐山市路北区一家烧烤店发生一起多名男子群殴女性事件。该事件引起舆论持续关注,网民对打人者的嚣张态度和凶狠手段感到震惊。

此前警方调查显示,案发后,犯罪嫌疑人迅速逃离现场,其中几人外逃至江苏。10日,警方成立专案组展开广泛调查取证研判,随后展开抓捕。在公安部、河北省公安厅统一部署和河北、江苏警方合作下,9名涉案人员于11日被全部抓获归案。