

# 老年人看病就医遇难题怎么办

## 青岛发布看病就诊小贴士

为更好的方便群众就医,日前,青岛市卫生健康委员会发布《致青岛市民朋友的一封信》和《青岛看病就诊小贴士》,更对市民群众可能遇到的就医问题进行解答和提供帮助。

### 老年人就医可享受哪些优待?

目前可通过“健康青岛”微信公众号、“健康青岛”支付宝小程序、青岛市卫生健康委员会官方网站、“青岛卫生健康”官方微信号、各医院官方微信号、“健康山东服务号”、爱山东APP等途径自主预约挂号和使用其他智慧医疗服务,也可拨打各医院服务热线电话预约。同时,为帮助老人、小孩等不便使用智能手机的人群,线上预约可支持关联绑定家庭成员,为家人服务代办、费用代缴。各医院保留人工窗口和配备志愿服务人员,引导并协助老年人等享受便捷温馨的挂号服务。

青岛市二级以上综合医院都可以为老年人、残疾人等特殊人群提供预约、咨询、分诊、轮椅租借、病历复印、代办邮寄、无障碍就医等服务。

### 大医院专家号挂不上怎么办?

目前部分三级医院通过提前开诊、延长开诊时间、增加专家团队号等措施增加了专家号源,缓解大医院专家号难挂的问题。可以通过查询“各医院重点学科”,选择医院其他专家或其他医院专家就诊。知名专家号源有限,可选择医院科室的普通门诊就诊,各医院普通门诊大都安排具有相当经验的医生进行坐诊。“大病去医院,小病、慢病去社区”,建议合理选择就诊方式。

### 家庭医生签约都有什么服务?

现阶段的家庭医生服务有面向家庭(个人)、社区和功能社区三种服务模式。

面向家庭(个人)的服务以老年人、高血压和糖尿病患者等人群为重点,与个人或家庭签约,家庭医生团队为其提供基本公共卫生、健康咨询、就医指导、个性化服务和家庭健康管理等服务。

面向社区的服务主要在社区网格内做好居民健康状况分析、家庭医生团队信息

和家庭医生服务动态公开,开展家庭医生服务点巡诊服务等。

功能社区服务主要以党政机关、企事业单位、产业园区、商务楼宇等功能社区为服务对象,上门提供健康讲座、健康状况分析、义诊咨询等服务,指导健康环境打造,提升单位职工整体健康水平。

目前全市组建家庭医生团队2411个,家庭医生7020人,每个团队当中都有二级以上医院的专科医生参与,签约家庭医生,可以享受优先预约上级医院专家号、定期的随访、全专相结合的医防融合服务和其他个性化的医疗卫生服务。

### 中医推拿机构多,如何选择辨别?

推拿按摩机构主要分两类,一类是以治疗疾病为目的,在疾病诊断的基础上,按照中医理论和诊疗规范等实施中医推拿按摩,属于医疗活动,必须在医疗机构内由取得相应资质的卫生技术人员实施,此类机构由卫生健康行政部门核发《医疗机构执业许可证》并进行监督管理。另一类是生活类推拿按摩服务机构,该类机构由市场监管部门核发相应的营业执照,通过手法按摩进行养生保健,达到健身的效果。

青岛市卫生健康委已经发布青岛市中医药特色服务电子地图,提供中医医疗质量信誉等级、中医重点学科、特色门诊等信息,指导市民朋友寻医问药。目前,共有3种方式可以登录中医药特色服务电子地图:

一是登录青岛市卫生健康委员会官网,扫描首页底部“中医药特色服务电子地图”二维码进入。二是通过“青岛卫生健康”微信公众号,点击底部栏目“我要查询”“中医地图”进入。三是通过“健康青岛”微信公众号,点击“专项服务”“就医电子地图”“中医地图”进入。

中医药特色服务电子地图不仅提供快捷搜索、精准查找服务,还可以提供驾车、公交、步行等路线规划和在线导航,确保群众方便快捷地到达相应医疗机构获取优质中医药服务。

记者 崔佳佳  
通讯员 宋茜茜



# 退休工资里藏着爷叔阿姨们的整个人生

地球人都知道,工资是个人隐私。但是一到退休,就像打开了魔法结界。可以随时随地讨论,丝毫没有触犯隐私之嫌。在街头采访中,我们曾无数次听到爷叔阿姨主动提起退休工资。“两个人退休工资

万把块,总归够用了。”“退休工资加到5000多,吃不脱的。”要论爷叔阿姨话题排行榜,“退休工资”肯定能高居前三永不下落。他们为什么爱聊,又为何在意?我们在人民公园,和阿姨爷叔们聊了聊。

## 一

高,但工龄少两年,领退休金的时候,发现自己比周小妹少了100多元/月。

“我心里不舒适了,问人家街道办退休的人,人家讲没可比性的。退休工资每个人都不一样。”

至于我们好奇的,为什么老年人之间的退休金都不是秘密,周家姐妹是这么说的。

“退休工资几钿就几钿。徐小青都在岗位上,就不一样了,不大好问。”

“工龄一算,大概都晓得的。现在缴金多少有点搭界了。(但)阿拉退休辰光,都没(差异)。”

三姐今年68岁,她原先在永生笔厂工作,也经历了早退。后来经小妹介绍,三姐去文具批发店打工,一直到58岁才“不做”。

她50岁刚退休的时候,看到自己的退休工资是900多元,现在一路涨到4000多元。

因为工作时遇到过很大波动,临到退休一刻,两人感到的不是不舍而是开心。

“肯定退休开心,讲也不要讲的。”三姐用了一句上海人的经典句式。

“阿拉现在想到啥地方去,就到啥地方去。”小妹说。

感情不错的一家人今年已经出去玩过好几趟了。今年5月,他们刚花了21天,走了十三四个省市。

年龄到了可以享受半票/免票的三姐,这一趟花费大约在5000多元,比她的退休金高。但是三姐告诉我们,退休工资“勿要算”。

“天天算,日脚(日子)太难过了。用了再讲,多下来就多下来。”

“老年人靠格点(退休工资)筹要筹多久(指攒钱难)?”

这时已经占好吃饭位置的二姐打来电话催促。于是三姐搀扶起有眼疾的小弟,小妹搀扶起大姐,一起走去吃饭了。

## 二

坐在周家姐妹一张长椅之外的刘莉(化名)戴着口罩,正在看报纸。

对于周家姐妹在意的企业和事业之分,刘莉看得很开。

“企业(退休的人)特别欢喜问,有点心态不平衡,(实际上)就这回事体。企业和事业总归有区别的,但这区别在国家尽量在拉平。”

2015年随着《国务院关于机关事业单位工作人员养老保险制度改革的规定》的颁布,养老保险制度的“双轨制”将退出历史舞台,即事业和企业未来将实行一样的基本养老保险制度。并轨过程中有十年过渡期,过渡期到2024年结束。

刘莉今年75岁,退休20年了。她日常不喜欢问他人的退休工资,只要自己的退休金一直在涨就行了。

“不去问人家,对我自家来讲,总归在发展,就好了。”

她能心态平和地看待企事业单位,当然也源于她的职业路径。

刘莉一直在房地产系统工作。最开始她在企业工作,当时企业福利不错,薪酬不高但发的东西多。后来她调到了系统内的事业单位。

“我运道好。之前的企业倒闭了,

坐在碰碰车附近长椅上的盛叔叔和徐阿姨很显眼,爷叔穿一件红色POLO衫,阿姨的染发略带红色。面相年轻的他俩却已退休20多年了。

“我纺织厂退休,刚退休辰光3000多块工资……”

“哪里有3000多,是1000多。”爷叔提醒说。

“哦,对,我一九九几年退休的,老多年数,忘记了。”

提醒了老伴之后,盛叔叔介绍自己的退休情况:“我2002年退休,上班时工资拿3500,退休拿1500。我在厂办工作,做翻译,会英文、越南文,厂里后来聘用到65岁,退休之后工资拿1500,两样加起来和上班工资差不多,

## 三

(原先)的同事,交关都下岗了。”

而到了事业单位后,她55岁才退休。“伊拉跟我比起来,(退休金)就低了。我比伊拉多做5年味,(退休金)就高点。”

刘莉2003年退休的时候,退休工资是一千多元。

现在的退休金她没有透露,但觉得吃吃够用了,其余用度都从简。她指了指自己的花布衫:“像这种衣裳,都古代衣裳了,商场里的衣裳,依讲适合阿拉穿啦哦?”

刘莉现在的生活是早上到公园溜一圈,锻炼身体,然后找张椅子,把帆布袋里的4、5份报纸翻一翻。

不知道是不是因为报纸看得多,刘莉在退休问题上格外看得开。

“报纸上讲到的呀,有些人刚退休不习惯。我觉得没啥不习惯,到了一个地方,就要适应一个地方,不要想老多。”

她也坚持用发展的眼光看待问题。“格辰光进(单位)还是小鬼头的人,现在也四五十岁了,伊现在工资肯定比阿拉高。”

“依去想伊做啥啦?时代在变呀。总归是越来越好。”

## 四

不过人舒服了,什么都不用管。”

他们明确地知道和事业单位退休朋友的差距,盛叔叔有一个朋友在文化馆工作,前几天刚退休,“好拿1万多。”

徐阿姨评价道:“这有点不公平。”即使同在企业,也存在差距:“阿拉纺织厂最推板,伊拉(指盛叔叔)造船厂好。”

盛叔叔做了总结:“同一个学校毕业出来,一个分在事业单位,一个分在企业单位,最后退休工资就是不一样,就像投胎投在哪里,这是命运。”

虽然会横向比较,但从自己纵向来看,两人又挺满意的,“每年加工资,加到现在一个5000多,一个6000多。”

“当然,家里如果有啃老族的话就不够了。”他们两人补充说。

## 五

看到赵杰友(化名)的时候,他正端着相机在荷花池边拍荷花。相机是尼康D810,配上镜头总共要3万多。当然,玩摄影的爷叔,一个相机和一个镜头是绝对不够的,“白相两年调一只。”

赵杰友三年前刚从单位退休,上班时摄影是他的工作,“作为工作来讲老艰苦,有压力的。”退休后作为爱好白相就很轻松。

赵杰友的退休工资是万把块,“如果没啥其他情况,1万块退休工资老好谈不上,但是不愁吃不愁穿,生活无忧,出去白相拍照买张飞机票不是要考虑的事情。”

赵杰友发现在阶段较少出去采风,因为家里还有90岁的老人要照顾,“老人退休工资和我没差别,他不是经济上有问题,而是要花时间和精力。”

即使在同龄人中已算退休工资较高的那一拨,但赵杰友还是看到了差距的鸿沟。

“同学聚会不谈退休工资的,我算当中比较差的。有的同学很高大上,谈的东西和我们不一样。会说我昨天到重庆去白相,看到景区别墅蛮灵的,买一套。还有同学说长路老洋房买两套,装修装修老好的。他们这样的财富积累不靠退休工资的,年薪百万千万,还在乎那些退休工资?”

## 六

在人民公园绿树成荫的小道上,我们听到了退休工资的参差。

数值有不同,但心态是统一的。不断谈论,是因为在意,毕竟这是他们能看得到的仅有的收入来源。

年轻人或许很难理解,当一个人工作一生,历经时代沉浮,终于可以“躺着”也能拿钱的同时,也意味着办不出信用卡;丧失了年轻人客观上无限的可能(年轻人虽然主观上“丧”,但他依旧拥有未来);被消费社会定义为缺乏消费能力的人。

这些都是相辅相成的。而能有一份退休工资,是他们安全感的来源,也是他们价值感的源泉。那一份退休工资的数值里,也藏着他们过往所有人生的秘密。

时代给予每代人的命运是不同的。

上山下乡、下岗、买断,他们的职业生涯没有太多主动的选择权。

在漫长的季节里,领到退休金的那一刻,他们终于可以过上自己的生活了。

姜天涯

由于种种原因,市场上海参价格上涨,且随着天气转凉,价格还可能会继续走高。杨小兵珍品海参行,价不涨、质不降!老人们的买点存放,以备中秋、国庆双节和今冬明春进补食用,强身健体保平安!

# 老年生活报 健康生活馆 杨小兵珍品海参行

特别推出下列四款质优价廉特价海参,惠顾新老客户 另有多款:不同规格价位的长岛和大连刺参及即食刺参

本市免费送货 全省全国免费包邮 货到付款满意付款

买海参好礼相送

疙瘩头咸菜好吃,用海参汤熬制的好上加好,拌成炒口感更鲜美,是家庭餐桌上的一道美味佐餐小菜。前两年曾送过,受老人们欢迎。另送益生茵、绿茶、优质虾皮任选其中一磅。



|                               |  |                                      |                                      |
|-------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------------------------|
| 长岛大连即食刺参<br>220元/1斤<br>买5斤送1斤 | 长岛优质刺参<br>1200元/1斤<br>买3斤送1斤<br>买2斤送半斤 | 长岛刺参<br>1950元/1斤<br>买3斤送1斤<br>买2斤送半斤 | 大连刺参<br>2350元/1斤<br>买3斤送1斤<br>买2斤送半斤 |
|-------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------------------------|

时间:9月13日-9月23日 电话:131-0515-3320 135-0532-1980(杨小兵) 地点:市北区胶州路12号观象山庄大门一侧 市立医院马路对面公交车站旁地铁1号线观象山市立医院站或中山路站A口下车

# 益生菌限时团购 每天只需1块9

随着年龄的增长,进入老年后,人体代谢功能就会降低,影响食物的吸收。此外,老年人食道蠕动和胃肠到排空速率减低,大便通过肠道时间延长,经常发生便秘,实际上是肠道内的有益菌逐渐减少甚至消失,腐败细菌则大量增加,容易导致肠道内菌群失衡。中老年人应及时补充益生菌,维持肠道微生态系统平衡。黄金搭档益生菌富含多种维生素和微量元素,帮助你把肠道活动起来,每天服用守护肠道健康,特别适合中老年人一年四季长期饮用。黄金搭档益生菌维护肠道有动力,健康添活力。

黄金搭档益生菌粉,半价团购半年量,加1元再加送半年量,每天只需1块9,非常超值划算!

0532-80632815 400-6179-028

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁) 125.206.218.220.25.32到延安三路南九水站下车即到;225.232.314.125.206.218.220.25.32.104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁;地铁2号线芝罘路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

# 李沧皮肤病研究所 李沧金山皮肤病门诊

健康热线:0532-686 2222 地址:青岛市李沧区金水路2357号(重庆中路与金水路交汇处)