

青岛银龄驰援菏泽 医疗帮扶首周见效



王冀粤(右)与工作人员一起完成患者检测。

6月13日,“青荷携手”银龄行动的志愿者们抵达菏泽对口帮扶点。本周是志愿者们开展工作的首周,他们马不停蹄地投入支援。让我们一起来看看,这些来自青岛的银龄专家们,为菏泽颐养院带来了哪些实实在在的帮助……

1 “一起把活儿干得更好”

影像科,张明刚到岗就察觉到一些实际困难。菏泽颐养院的设备不算多,工作人员对设备操作和性能了解得相对较少,再加上平时来看病的人少,主要是养老院的老人为主,机器利用率相对低。他想着既然来了,就多跟大家一起想办法,把这些问题解决好。

工作时,张明喜欢拉着同事们一起研究设备。从机器怎么组装、零件有啥用,到怎么根据病人情况调整参数,他都掰开了揉碎了讲。

聊起每天CT、DR拍多少片子、常见啥病时,张明特别认真地说:“机房的温湿度可得盯紧了,差一点儿都可能让片子不清楚。”说着就和大家一起探讨设备怎么使用更好,并结合以前遇到的病例,琢磨怎么把操作流程改得更顺手。

6月16日,给一位古稀老人拍胸片时,张明在旁边一边帮忙操作,一边提醒注意事项,和年轻技师顺利完成检查。事后大家围在一起复盘,他说:“我也就是多干了几年,咱们互相学习,有啥想法尽管提,一起把活儿干得更好。”



张明(右)与工作人员一起探讨检测设备性能。

2 宝贵质控经验倾囊相授

在检验科,王冀粤刚踏入科室就忍不住赞叹:“你们这工作规范程度,好多做法都超过二级医院标准了,从流程到执行,挑不出毛病,我们青岛的二级医院真得跟你们取取经!”菏泽颐养院虽然是二级医院,但很多方面都做到了超出二级医院标准的范围,而且执行到位。

王冀粤详细梳理科室现有检验项目,对照临床需求寻找缺口,并提出增设特定检测项目的建议。在设备评估中,她更关注试剂性能与设备稳定性,并亲自参与四位患者的肝功能、肾功及电解质检测,在实

践中将宝贵的质控经验倾囊相授。“希望这些建议能为后续检验效率与精度的提升铺一块基石。”王冀粤说道。

看着墙上贴着手写检验单,王冀粤语重心长地说:“要是能把这些信息电子化,不仅存档方便,以后调阅、分析数据也能快不少。还有危急值项目,咱们要是能完善起来,每次检查和用药都有迹可循,对患者和咱们医护人员来说,都是多一份保障。”科室主任连连点头:“您这些建议太实用了!”王冀粤笑着摆摆手:“这都是大家一起琢磨出来的,咱们互相学习,肯定能把检验科做得更好。”

3 传道授业聚焦护理一线

在病房区域,有着丰富急诊经验的姜业青一到岗,就聚焦于护理一线。她很快发现,病房里大多是养老院的老人,护理工作琐碎又责任重大。作为从三甲医院退休的护士,姜业青心里清楚,二级医院和三甲医院情况大不一样,自己那些书本上的理论,不一定都能派上用场。她笑着跟护士长说:“咱们得抛开那些大道理,就盯着日常护理里最头疼的事儿想办法!”

“咱们记着,处理急症得快,但更得稳,多留意老人的反应,这些经验可比书上的字儿管用。”从老年患者常见突发状况的应急处置到舒缓长期卧床老人的情绪,姜业青的经验分享如春雨润物,悄然提升着护理团队的应对能力。护士长由衷感慨:“前辈带来的不仅是经



姜业青(左)向护理人员了解工作情况。

验,更是沉甸甸的安心。”

“青荷携手”银龄行动首周,医疗方面的志愿者们迅速融入,以“传帮带”方式精准支援。这些经验丰富的银龄专家,在影像、检验、护理等关键环节,既填补了技术空白,更成为两地医疗协作的情感纽带。他们用专业热忱点亮了菏泽基层健康之路,也为后续深化青荷协作书写了温暖序章。

记者 王镜

“守住钱袋子”进社区 为老人撑起“保护伞”



本报讯 6月12日下午,由青岛市民政局、市委社会工作部联合中信银行青岛分行主办的“守住钱袋子·护好幸福家”防范非法金融活动主题宣传,在市北区辽源路街道南京路社区党群服务中心开展。

案例讲解接地气 老人直呼“超实用”

“阿姨您看,这种号称‘稳赚不赔’的养老投资项目,往往都是骗子的惯用伎俩。”中信银行反诈专员通过真实案例,向在场居民详细剖析了当前高发的几种诈骗手段。76岁的李阿姨听得格外认真:“上个月就有人向我推荐过这种‘养老理财’,说一年能赚10%,要不是今天来听课,差点就上当了!”

活动现场,工作人员还特别针对冒充公检法、虚假中奖等常见骗局进行了情景模拟。“接到自称是公安局的电话要求转账,一定要先挂断,直接拨打110核实!”工作人员反复强调。居民王大爷感慨道:“我老伴去年就差点被这种电话骗了,今天学到的知识太实用了。”

互动问答气氛热烈 防骗口诀简单易记

“陌生电话要警惕,转账汇款需谨慎……”在互动环节,工作人员将防骗要点编成朗朗上口的顺口溜,居民们跟着大声朗读。有奖问答环节更是将活动推向高潮,答对问题的居民获得了定制反诈宣传品。

社区居民张先生表示:“以前总觉得诈骗离自己很远,今天才知道骗子的手段这么多变,这样的活动应该多办几次。”

建立长效机制 筑牢社区反诈防线

市民政局老龄工作处相关负责人表示,此次活动是响应市级宣传月要求,强化“党建+防非”协同模式,构建“政府-金融机构-社区”三方联动的防非宣传网络的重要举措。通过针对老年群体等易感人群普及非法金融活动的风险特征、常见套路及防范技巧,提升了社区居民的防非意识与识别能力,增强了社区居民的幸福感和安全感。“下一步将继续联合金融机构,在更多社区开展常态化宣传,切实守护好老年人的‘钱袋子’。”

活动结束后,工作人员还为居民提供了面对面的金融咨询服务,并发放了图文并茂的防诈宣传手册。

(记者 尚美玉 孙利峰)



扫码观看精彩视频

老人做家务 注意姿势

适当的家务劳动有一定锻炼效果,但错误的做家务姿势也可能损伤筋骨。

晾晒衣物 谨慎仰头

有几类人群需要在晾晒衣物等过程中谨慎仰头。

一是是颈椎椎体不稳的人群;二是没有明显颈椎病症状的正常人群,过度仰头容易导致颈椎小关节的压力过大,长此以往可加快颈椎关节软骨和椎间盘的退变。

洗衣擦地 减少弯腰

腰痛也是老年人生活中的常见病症,与直立时相比,弯腰状态下脊柱负荷会明显增多,长时间弯腰拖地、洗衣等会有罹患腰椎疾病的风险。

在日常洗菜、洗碗、洗衣服时,同样首选抬高操作平台,如果无法改变客观条件,只能弯腰清洗的时候,可保持腰部直立,两脚开立微弯膝盖,用“站桩”的姿势降低身高,以减少弯腰。

拖地时可以将腿前后错开,放低身体的重心,达到减少脊柱前倾的效果,同时加大肩部和肘部的活动幅度,每隔2-3分钟就可以变换前后脚、调整手部动作等,及时活动放松腰背部和手部,避免长时间用同一个姿势拖地导致肌肉僵硬。

健时