

# 大杂院

鲍智泉

上世纪七八十年代,我曾经住过两次大杂院。1978年,我刚结婚时,自己没有房子,只能住在岳父家。岳父家的房子就在一个住着十几户人家的大杂院里。

这个大杂院就像一个小社会,各行各业的人都有。有老师,孩子学习遇到难题,有老师指导;有医生,有个头疼脑热不用出院子,有人给治;有理发师,若来不及外出理发,晚上可以到理发师傅家里去理,还能省下一角五分钱;有饭店厨师,学习烹调有人指导;有缝纫师傅,只需在商店买块布,做衣服就不用出院子……虽然当时物资十分匮乏,生活比较艰苦,但是这个大杂院始终充满了欢声笑语。

我在这个大杂院里住的时间不长,却与这个大杂院的人们结下了深厚的友谊。40多年过去了,至今,我仍跟一些邻居保持着联系。

1980年,我家从泊头搬到沧州市区。单位专门拨款2200元,在当时的地区轻化工业局后面的东营子街买下了4间旧平房,又花了2000元在原址翻盖了4间新房。4间房子分给了三个家庭,我住里边两间,其余两间住的是我的两个同事。我们三家人住在一起,和睦相处,其乐融融。

我在这里住了8年,与前邻唐家、宗家,后邻吴家、蔡家、岳家,左邻王家,右邻胡家、赵家,都很熟悉。邻里间甭管谁家有事,大家都会放下自己手里的活儿,争先恐后地来帮忙。我从来不用担心突然到来的暴风骤雨,淋湿院子晒的东西——会有邻居帮忙收拾。我下班晚了,更不用惦记孩子放学后没地方去,邻居们会把孩子领到他们家去写作业。每逢春节,我回老家过年,都能放心地把我家的钥匙交给邻居,让他们帮我喂养家中的猫狗。

自从搬进宿舍楼,再也找不到在大杂院里的温馨。大杂院给我留下了难以磨灭的念想,至今挥之不去。



资料片

## 居家养老服务中心、社区嵌入式康养中心、公建民营福利院——

### 福利院

# 新型养老机构让养老变“享”老

一座城市养老服务体系的系质量的高低,关系着老年人的晚年幸福。如何建立健全“居家养老”“社区养老”“机构养老”,让老年人“老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安”?近年来,湖北省咸宁市咸安区持续构建养老机制,不断提升养老服务质量与效率,推进医养结合,让老人养老有“医”靠,养老变“享”老的目标正在逐步实现。

### 居家养老服务中心:社区老人最爱的“打卡地”

上午9点多,在咸安区长安社区新华清苑小区老年人日间照料中心,老人们三三两两地坐在一起拉着家常,不时传出阵阵欢笑声。

每天早上,许多在附近居住的老人将孙辈送到学校,再买菜,就陆续来到这里。这里每天开放,可为老人们提供生活照料、文化娱乐、健康讲座、居家养老政策咨询等服务,逢年过节还组织老人一同开展庆祝活动。

在这个中心,记者看到,一楼大厅充当了“小超市”,里面摆放着各类日用品、农副产品,方便老人就近购买。二楼是社区老人活动的“大本营”,有练歌室、娱乐室、休息室等;老人若是累了,还可以在舒适的床铺上午休或享受足浴。

“我们的要求并不高,只要能有个遮风避雨的地方,和姐妹们唠唠嗑就行了。”75岁的晏金娥说,她独自一人生活,几乎每天都要来这里“打卡”。

咸安区民政局党组成员黄辉宇介绍,这栋日间照料中心属于公共服务用房,小

区业主共同拥有产权。2020年改造后,委托给专业公司运营,是专门为居住在小区及周边的老年人设立的综合老年服务中心。这里规模

很方便。

与此同时,中心内设有棋牌室、亲子活动室、手工室等功能区域,还开设了剪纸、涂鸦、手工制作等娱乐活动,



咸安区社会福利院里,老人们围坐在一起剪纸、画画。

虽小,但功能齐全,设施完备,非常切合老年人居家养老的实际需求。

### 社区嵌入式康养中心:家门口的养老乐园

在长安社区,悦华长安康养中心同样办进了社区老人的心坎里。

这家康养中心位于长安社区卫生服务站内,整个建筑面积2000余平方米,外观显得十分气派。与常规居家养老服务中心不同的是,这里集特色照护、医疗康复、便民服务等为一体,配有专业医疗团队照料老年人。

据介绍,康养中心三楼特设“老小孩成长中心”——认知症照护专区,可为有照护刚需的家庭缓解照护压力。卫生服务站就在一步之遥的地方,老人们平日取药、看病也

定期组织志愿者团队开展文艺表演等多种活动,丰富老年人的精神生活。

悦华长安康养中心自今年9月底开始正式运营,目前接待有4位失能老人。朱从华老人是这里的第一位“客人”。因家族遗传疾病,上了年纪后,朱从华的小脑功能开始失调,行走困难,从此坐上了轮椅。朱从华的家距离悦华长安康养中心只有几百米,得知中心运营的消息,便抱着试一试的心态住了进来。

“护理员随叫随到,把我当家人一样照顾。”朱从华缓缓地说。有时,她想起了,康养中心还会专程将她送回家去。

“把养老服务嵌入社区,意味着老人不必离开原来熟悉的生活环境。”黄辉宇介绍,这种创新养老模式,集中了居家养老、社区养老和机

构养老三者的优势,有效解决了群众接送、跑腿的难题,俨然成为老人们家门口的养老乐园。

### 公建民营养老:医养结合,养老变“享”老

“这里就像家一样,我享清福啦!”自从今年7月住进咸安区社会福利院,76岁的杨开健老人没有回过一次家。

咸安区社会福利院位于咸安区向阳湖镇宝塔村,距离市中心城区仅约1.5公里,总建筑面积约12000平方米,设有医养床位294张。政府投资建好后,交由养老服务公司运营,面向全社会收住失能、半失能及其他有需求的老人。

福利院共有三栋综合大楼,分别用于医疗服务、行政办公和老人个性化养老等。记者采访时,杨开健正乐呵呵地和室友晏国和一起在活动室下象棋。杨开健患帕金森疾病十余年了,退休后,由于女儿难以时时陪护,他主动住进了福利院。他表示,他的退休金足够支付每月3000余元的护理费用,每天做做室外活动、唱唱歌、下下棋,非常惬意。

77岁的晏国和是今年8月住进来的。原本对离家居住还较为抵触,现在也改观了,“吃得好、住得好,一切都值得。”

数据显示,咸安区常住人口60.8万,其中60岁以上人口占两成;全区失能、半失能老年人约2080余人。近年来,咸安区通过新建、改建、改造、资源共享等方式,夯实医养基础条件,不断提升养老服务质量。

据中新网

## 帕金森病的病因与治疗方法

沧州中西医结合医院 杨云梅



帕金森病是一种慢性神经系统退行性疾病,通常在中年或老年人中发生,特征为肌张力增高、静止性震颤、运动减少等症状。

### 帕金森病的发生机制

帕金森病主要是因脑部特定区域多巴胺能神经元的进展性损伤所导致的。这些神经元负责控制运动,而多巴胺则是一种神经递质,参与调节动作和情绪。在帕金森病中,这些神经元逐渐退化,导致多巴胺水平下降,从而影响了身体的动作和控制能力。研究表明,帕金森病可能与多种因素有关,包括遗传、环境、氧化应激、线粒体功能障碍等。此外,与老年人氧化应激及炎症相关的细胞损伤,也被认为可能与帕金森病的发病机制有关。

### 帕金森病的治疗方法

1. 药物治疗 药物治疗是目



前帕金森病主要的治疗手段之一。多巴胺促动药(如左旋多巴)可以补充多巴胺,从而缓解帕金森病患者运动功能障碍的症状。抗胆碱药物则可减轻帕金森病患者的遗忘和认知缺陷等非运动症状。此外,混合多巴胺和非多巴胺药物(如多巴胺受体激动剂)以及COMT抑制剂等也被广泛用于治疗帕金森病。这些药物的使用可以帮助改善患者的

多巴胺水平,减轻运动障碍的症状,提高生活质量。  
2. 深部脑刺激(DBS) 深部脑刺激是一种相对较为成熟和有效的帕金森病手术治疗方法。该手术通过在患者特定的脑部区域植入电极,并将电极连接到植入在胸部下方的脉冲发生器,从而模拟或调节大脑的活动,从根本上改善帕金森病患者的运动功能障碍。深部脑刺激的临床应用已经在某些符合条件的帕金森病患者中取得了显著的疗效。对于那些对药物治疗反应不佳或出现药物副作用的患者,深部脑刺激可以被视为一种替代或补充的治疗方法。通过精

确刺激特定的脑区域,深部脑刺激有望减轻帕金森病患者的运动症状,包括震颤、肌肉僵硬和运动缓慢等,提高他们的生活质量。

3. 物理治疗 除了药物治疗和手术治疗外,物理治疗也扮演着重要的角色。运动疗法、言语治疗以及职业治疗等物理治疗手段可以帮助帕金森病患者维持或恢复日常生活技能,改善姿势和行走困难,促进肌肉协调能力,促进肌肉力量的增长。这对帮助患者保持功能独立性和生活自理能力至关重要。

4. 营养治疗 营养治疗对于帕金森病患者的康复和健康起着重要作用。合理的膳食和营养补充对于维持患者整体健康是至关重要的。一些研究表明,维生素E和辅酶Q10等营养素具有一定的抗氧化和抗炎作用,可以帮助减轻氧化应激和炎症反应,从而有望延缓帕金森病的疾病进展。此外,适当的膳食结构

也可以帮助提高患者的免疫力,减轻疲劳感,促进身体康复。

5. 社交支持 社交支持对于帕金森病患者的心理健康和整体康复同样至关重要。帕金森病不仅对患者的身体产生影响,还可能对患者的心理健康产生负面影响。寻求心理咨询和参加社交活动可以帮助患者和家庭更好地面对疾病带来的挑战和困难。通过与其他患者和家庭成员的交流,患者可以分享经验,互相鼓励和支持,找到新的生活意义,并更好地适应疾病的影响。心理咨询也有助于患者处理焦虑、抑郁等情绪问题,建立积极的心态,提高生活质量。

虽然帕金森病目前无法根治,但是针对症状进行综合治疗可以帮助患者更好地控制症状,维持生活质量,延缓疾病进展。希望未来科学家们能够不断深入探索帕金森病的病因和治疗方法,为患者提供更多更有效的干预手段。