

织就“家门口”的银龄生命线

这家养老服务机构有新探索

□ 记者 殷志军 李瑾琳 陆翔

近日,位于徐汇区的上海中鹊养老服务有限公司“物业+居家养老”服务工作人员在社区开展养老服务需求摸排时,了解到76岁的金爷爷患有多种慢性疾病,不仅有脑梗病史,还伴有左侧肢体偏瘫,日常生活需要专人照料。更让家属陆阿姨揪心的是,金爷爷近期右下肢无力,行动愈发不便。

了解到金爷爷的状况之后,工作人员立即启动“物业+养

老”服务响应机制。中鹊公司派出专业医护团队上门对金爷爷的健康状况进行全面评估,初步判断老人疑似新发脑梗,建议家属尽快送金爷爷就医。但陆阿姨年事已高,无法独自陪同金爷爷就医。中鹊公司即刻委派下属机构内专业陪诊师小汪,陪同金爷爷和陆阿姨前往医院。

在就诊期间,陪诊师小汪不仅协助完成挂号、取药、与医生沟通金爷爷的情况等工作,还详

细记录医嘱,耐心安抚老人情绪。检查结果显示,老人两侧基底节区多发腔隙性脑梗塞,伴有肺部炎症,需住院治疗。陪诊师全程帮助家属办理住院手续,妥善安置金爷爷到病房。次日上午陪诊师到医院回访时,金爷爷精神明显好转,沟通过程愉悦,脸上洋溢着安心的笑容。陆阿姨紧握着陪诊师的手感慨道:“小汪,多亏有你,不然我都不知道该怎么办,住进来总算安心了,谢谢

你的帮助。”

次日午后,陆阿姨打来电话,肯定陪诊服务的同时,主动提出希望金爷爷出院后,转入中鹊旗下的养老机构。机构团队积极与老人对接,为他们详细介绍机构环境、服务内容等,还为金爷爷提供了个性化的饮食方案。

据悉,上海中鹊养老服务有限公司于2017年11月8日成立,位于徐汇区华建路。其运营范围不仅有机构养老服务,还提供

社区托养、居家照护等社区养老服务。面对上海日益严峻的老龄化挑战,他们积极探索“物业+养老”服务新模式,“物业+养老”服务模式以社区为依托,以物业为纽带,整合优质养老资源,为老年群体提供居家养老、社区养老、机构养老等全链条整合型的养老服务,构建“机构+社区+居家”的养老服务体系,实现居民“老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安”的美好愿景。

『石矶娘娘』在胃里做窝？ 胸科医院为八旬老人取出巨大胃石

□ 记者 吴会雄

“石矶娘娘”竟在八旬老人胃里做窝！近日,上海市胸科医院胸外科食管内镜室成功用内镜下取石术,治愈了一位饱受胃石症折磨的八旬老人,帮她解除了身心病痛。

最近一个月,刘阿婆经常感到上腹部疼痛、饱胀不适,还时常恶心、呕吐。来到上海市胸科医院后,经胃镜检查发现,她的胃内竟然长有一个巨大的胃石,占据了胃腔的大部分空间,通过药物等方法都无法消融排出。老人高龄又有基础疾病,精神和身体饱受双重折磨。

上海市胸科医院胸外科食管内镜室章宏医生在详细评估病情后,决定为刘阿婆实施内镜下碎石取石手术。在麻醉科医生的协作下,章宏通过胃镜将取石器械送入胃内,慢慢地、细致巧妙地将胃石击碎,再耐心地一点一点取出。手术顺利完成,取出的石头竟然装满了整整一个饭盒。术后,刘阿婆恢复良好,现已康复出院。

据了解,常见的易引发胃石症的食物包括柿子、山楂、黑枣等。这些食物中含有大量的鞣酸、果胶等成分,在胃酸的作用下,容易与蛋白质结合形成不溶性物质,进而逐渐凝聚成胃石。

预防胃石症要从日常饮食入手,章宏建议,要避免空腹食用易形成胃石的食物,比如柿子、山楂、黑枣。要控制食用量,上述食物不能一次性大量进食。在食用易形成胃石的食物时,可以搭配一些富含纤维素的食物,如蔬菜、水果等,促进胃肠蠕动。如果结石刚刚形成,可以尝试喝可乐等碳酸饮料,有助于解决胃石症。

近日,斜土街道“公益有约356”在康巨居民区党群服务站举办了一场别开生面的“冰雪运动”主题便民活动。此次活动将冰雪运动与便民市集相结合,吸引了社区楼组长、优秀志愿者及众多社区居民的积极参与,共同宣传体育精神、弘扬志愿者精神,现场气氛热烈非凡。

作为社区的闪亮名片,楼组长和优秀志愿者们在此次活动中发挥了重要作用。活动现场,他们身着统一的志愿者服装,带领居民们参与各项冰雪运动体验项目,一同感受冰雪运动的魅力,他们的身影成为了活动中的

冰雪运动遇上“便民市集” 这场社区活动主打惠民

□ 记者 解景昇

一道亮丽风景线。

活动现场设置了多个冰雪运动主题项目,吸引了居民们的广泛关注。冰雪运动知识问答环节,瞬间点燃了爷爷奶奶们的答题热情。他们在欢声笑语中探索冰雪运动的精彩世界,不仅增长了知识,还收获了乐趣。照片拼图与运动图标连连看项目,则生动展现了冰雪运动的精彩瞬间,同时锻炼了居民们

的记忆力与手眼协作能力。在桌面冰壶球的竞技场上,大家更是力巧结合,体验策略与力量的较量,精准击中目标后,现场欢呼声此起彼伏。

除了主题项目外,活动现场还设置了多个便民服务摊位,为居民们提供实用的生活服务。

此外,健康体检项目也是此次活动的一大亮点。自我保健互动区,志愿者们耐

心指导居民如何有效缓解节假日过后的身体不适,传递健康生活的智慧。在口腔义诊区,志愿者们为居民们普及口腔健康知识,专业解答关于种植牙等问题的疑惑,让居民们受益匪浅。测血糖、量血压等健康服务更是贴心入微,志愿者们逐一为社区居民进行细致检查,用实际行动守护着大家的健康。

在“老爸厨房”,品味传统与创新的融合

□ 记者 殷志军 李瑾琳 陆翔 徐詒珩

在徐汇区南洋1931一楼,有一家已经开了七年的“老爸厨房”。整家店装修得清新雅致,以绿色为主色调。四处点缀着养眼的绿植,生机盎然。大约十年前,一位上海人出于对美食的热爱,以及和家人、朋友分享美食的愿望,在莘庄开了第一家“老爸厨房”,如今,老爸厨房在上海已经拥有了12家分店。

老爸厨房主打的是“好吃不贵的上海菜”,“本帮·创意·私房菜”是其特点,特别讲究食材的新鲜和精细。算是本帮菜的重要食材,为了找到新鲜好吃的笋,老爸厨房还特意在盛产竹笋的浙江安吉开设了一家分店,确保能将脆嫩可口、新鲜美味的安吉竹笋带给上海的食客。

在老爸厨房的菜单上,有很多上海人喜欢的、从小吃到大的家常美食。“招牌红烧肉”,

色泽枣红,味香飘逸,油润适口;“老爸秘制酱鸭”“老爸秘制熏鱼”,都是江南特有的酱卤风味,浓油赤酱、引人垂涎;葱油拌面香气十足,面条韧劲滑爽;自制的八宝饭甜香软糯;甜品有酒酿小圆子和红豆沙小圆子两款,还要撒上金黄的干桂花。这些菜品都有着浓浓的“家”的味道,就像是家中老爸精心烹制的菜肴。对于想品尝正宗上海本帮味道的外地食客,这里也是不错的选择。

作为招牌菜之一的“老爸自制养生黑豆腐”,看起来平平无奇,但烹饪这道菜所用的黑豆腐,都是厨师把新鲜黑豆现泡现磨,再制成豆腐的,保存了黑豆浓醇的原味,外酥里嫩,更兼具养生功效,深受食客的喜爱,尤其是老年人和小朋友的喜欢。

据老爸厨房的行政负责人林浩介绍,虽然老爸厨房主



打的是上海本帮菜,但上海是一座海纳百川的城市,老爸厨房在菜品创新方面,也做了很多积极的探索。创始人本身也是一位热衷美食的老饕,每当他寻觅到一款美味佳肴,他会带上厨师长和厨师去品尝、学习,并加入店里的菜单,用来丰富店里的菜品。因此,店里有很多别具特色的菜品。如椒麻妙龄乳鸽,和传统的椒麻乳鸽的做法不一样,采用活杀的新鲜乳鸽为原料,屠宰时不能破皮,将乳鸽在料汁中充分浸泡以后再进行烹饪。做出来的乳鸽皮肉光滑,泛着微微的嫩红色,看似清淡却十分入味,

皮香肉鲜,融合了麻、辣、香等多种口味,与鲜美的鸽肉相互融合,令人回味无穷。

据了解,老爸厨房现有的菜品有近百种,每个月还要研发推出新品。有些新品成了店里的常规品种,也有些菜肴因为食材具有时令性,便成了时令菜。

遵守传统,把老百姓喜欢的家常菜做到极致,也在菜品的推陈出新上不断追求,把更多质优、味美的佳肴带给顾客,林浩说他们不仅仅是在做美食,也是在做自己喜欢的事情,让更多的朋友“乐”在其中。