

桃园二巷北社区：

我们暖心的“家”

梁姨今年87岁了，因长期患腿关节疼痛，儿女们又都不在身边，家里就由我照护她的日常生活。

梁姨在家靠助步器，出门要坐轮椅，生活有许多不便，尤其入厕和洗澡，稍不留神就可能滑倒摔跤，很不安全。一天，我们居住的桃园二巷北社区赵泽坤主任前来看家访，得知这些情况后，很快派人来，在浴室安装扶手，这样再不用担心老人发生意外了。

每天下午，我都推着轮椅送梁姨到小公园和老太太平静地唱歌自娱。这样的活动甚至在天冷时大家也都坚持着。这样的情形被社区领导看在眼里，那寒风中飘拂的白发让社区干部们很是心疼，他们一致同意，将会议室腾出来，让老人们享受着融融暖意，坐在柔软的沙发椅上尽情欢唱。

前段时间，新冠肺炎疫情发生后，到指定地点定期核酸检测成为常态，社区领导考虑到梁姨行动不便，就领着医护人员一次次来家里做。有时，晚上八九点钟了，她们顾不上吃晚饭赶来。梁姨深受感动，她让我端出水果、点心招待，可她们太忙了，根本顾不上吃，说声“谢谢”就走了。梁姨感慨地说，过去印象中社区干部就是一群戴着红袖章查卫生的邻家大妈，现在才知，他们是真正工作在百姓生活第一线、实实在在为居民办实事、送温暖的亲人。

从此，梁姨的观念变了。过去有事，她找原工作单位的老干科解决。现在遇到办不了的事，就找她的新“靠山”——社区寻求帮助。因为，这是退休后她的另一个暖心的“家”。

有一天晚上，我们正看着新闻联播，电视突然没有图像了。我不懂也不会弄，邻居们也是老人众多。这可怎么办？梁姨眼睛一亮：“小晋，快去社区找人。”对于常年关心国事大事的梁姨来说，新闻是她一天不落的必修课。我赶紧来到社区，这里还是灯火通明，他们忙啊！我不好意思地说明情况，立即有两位大学生志愿者随我到家，不到10分钟，电视调好了。原来是我早上打扫，触碰了电源线。梁姨连声道谢，志愿者说有事找社区就对了！

梁姨的儿子在天津工作，想回来看妈妈。但疫情期间，出入太原不知有什么规定和手续，梁姨说还是找社区。电话里，杨秀杰副主任非常热情又耐心地讲解详细出入太原的程序。梁姨说我年龄大了，记不住。能不能把你的电话给我儿子，让他和你们直接说。杨主任说没问题。又说，我加上家中阿姨的微信吧，以后有事打电话或是微信找都可以，有事我们办。梁姨的儿子顺利回来了，带着满满的感激，他专程到社区，去感谢老妈那些温暖的“家人”。

梁姨称赞社区是她的“家”，这话一点不错。这不，最近社区的营养师小郭又到我们的小院，了解梁姨的饮食情况，指导我日常三餐怎样才能让梁姨吃得更营养、健康。梁姨跟我说，社区干部很辛苦，很敬业，有能力，有担当，是全心全意为群众服务的身边人。



晋淑英



“三美”家园

王之保

近来，我们坝陵南社区的老人们在聊天场谈论最多的话题是赞扬社区的“三美”，即环境美、家园美、心灵美。大家在诉说着新时代的幸福甜蜜生活，个个笑逐颜开。

我是住在坝陵南街原太原大学宿舍区的老住户，周围有中小学、幼儿园，街道整洁，坐公交十分方便。如今，坝南路原来的一段百米窄路拓宽了，晋府小区对面的条形花园整修一新。原小北门坝陵北街街面干净整洁，文道巷道路两旁古色古香的建筑鳞次栉比。

我们所住的家园共7栋楼，每栋楼6层，住着近500户人家。近年来，政府为住户全部免费更换了崭新的铝合金门窗，新刷的墙体光彩闪亮，各种管线有条不紊埋于地下，地上万千砖石铺设平展，自行车、小轿车停放有序，新建的几间平房成为居民健身娱乐场所。

为建设美丽的家园，建筑工人付出了辛勤的劳动。他们在烈日下挥洒汗水，两人肩扛两丈多长的黄色钢管往来穿梭，为铺设管线，在一米多深的渠道中爬行。今天的房屋里三层外三层抹得锃光瓦亮，那楼院周围平地全用一个个砖块砌成，水泥路面平整，整个家园旧貌换新颜。

我爱我的家园，大家都深深感到幸福生活来之不易，一定要珍惜。老人们谆谆教育子孙要爱护家园的一草一木、一砖一石，并以身作则守规矩，做文明人、办文明事，邻里和谐互相帮助。



生前预嘱：预约有尊严的告别

任跃君

2017年，台湾作家琼瑶公开发表了一封属于她“人生中最重要的封信”，她告诉家人，不论生了什么重病，不动大手术，不进“加护病房”、绝对不插鼻胃管、尿管、气管插管等各种只能用于维持生命的管子。因为比起千方百计让她痛苦地活着，她更愿意没有痛苦、有尊严地死去！这就是生前预嘱。

开国大将罗瑞卿的女儿罗点点也倡导尊严死，建议成年人尽早考虑生前预嘱。从医多年的她与几个医生朋友聚在一起谈起人生最后的路，一致拒绝在ICU病房“赤条条的，插满管子”，像台吞币机器一样，每天吞下几千元，“工业化”地死去。她提倡让死亡过程尽量有尊严，死得要漂亮点儿，不那么难堪！中国人一向对死亡讳莫如深，但死亡却是每一个人

不能回避的话题。那如何才能有尊严、无憾地离去？很庆幸我们找到了答案——生前预嘱。

生前预嘱是指在健康和完全清醒的状态下，由本人自愿签署的、说明在不可治愈的疾病处于终末期时需不需要或需要哪种医疗护理的指示性文件。生前预嘱的本质是公民对自己生命权的处置，是立嘱人本人对自己临终的安排，它能使立嘱人按照自己的意愿，有尊严地走完人生的最后一程。

生前预嘱文件包含：我要或不要什么医疗服务；我希望使用或不使用生命支持治疗；我希望别人怎样对待我；我想让我的家人和朋友知道什么；我希望谁来帮助我。

40多岁的张某已经与病魔抗争了6年，经历了手术、化疗、放疗，

或许真是天妒英才，他的肿瘤在今年复发了，全身多处转移，预计生存期只有6个月。他拒绝了继续治疗的治疗方案，签署了生前预嘱，家人也尊重他的意愿。他每天陪孩子读书、写字，他希望自己留给孩子的依旧是体面的、有尊严的父亲的形象。最终他在孩子朗朗的读书声中安然离世。

英国的桑德斯医师有一句名言：“你是重要的，因为你是你！即使活到最后一刻，你仍然是那么重要！我们会尽一切努力，帮助你安然逝去；但也会尽一切努力，让你好好活到最后一刻！”这就是人性的尊严。生前预嘱是给予人最后尊严的最好方式，是逝者安详、家属安宁的最好方式，是让温暖延续的最好方式。

及时听劝莫侥幸

朱睿

前一阵，母亲因病住院。我在陪床过程中，发现有些老人由于怕给家人添麻烦，遇到伤害、病痛总觉得“靠一靠就过去了，没啥大不了的”，从而贻误了最佳治疗时机，徒留后患，结果事与愿违，悔之晚矣。

其中位大叔的经历是这样的：节假日儿女来到家中，他准备做一顿丰富的午餐，在处理鱼的过程中，由于没戴手套，也没有任何防护措施，不小心手指肚扎进了鱼刺，疼痛不已，但他又担心扫了大家的兴，忍住没说，私下用针挑刺，奈何自己眼花手抖，因此无济于事。又过了半个月，老伴儿终于发现了端倪，告知了儿女们。大家都劝他去医院就诊，而这位大叔心里却想，自己什么大风大浪没见过，这点儿小伤算什么？仍旧不以为然。不料，三个月后，伤口扩大，红肿胀至鹌鹑蛋大小，还流脓，大叔疼得彻夜难眠，这才松口去了医院。被医生严肃告知：由于他患有糖尿病，伤口本来愈合就慢，再

加上延误，造成创伤感染恶化，结果又是住院、又是手术，大叔才保住了那根手指。他自己后来想想，也禁不住摇头苦笑，到头来，还是为自己的侥幸心理买了单。

另有一位七十多岁的阿姨，在家发生了低血糖现象，甚至一度产生晕厥，可她却认为，头晕不算病，歇一会儿就好了。知晓这一情况后，儿女们立即开了个碰头会，坚持合力将她抱上了车送往医院，医生诊断后，感叹道：幸亏来得及时，否则有生命危险。

这两位老人都有医保，而且住处附近就是正规医院，可他们却心存侥幸，对病情估计不足，总是顾虑到，怕给家人添麻烦。

如今，我国已进入老龄化社会，在“老有所养”方面做了很多卓有成效的工作，因此，在日益关注老年人权益的今天，希望老人们都能正视自己的身体状况，防微杜渐，及时听劝，莫侥幸。



“摄像头照护空巢老人”利大于弊

郭元鹏

新闻回放▶

“我能够感受到政府对我们老年人的关照，社区工作人员前前后后花了很多功夫，心里还是蛮感动的。”6月17日，家住南通市市区尚海湾小区的68岁老人江淑荣在接受记者采访时表示，家中安装的智能摄像头让她感到自己的安全又多了一重保障。这是“智慧看护设备呵护独居老人”工程实施带来的可喜变化。（6月19日《江海晚报》）

“智慧看护设备呵护独居老人”工程，简单来说就是借助摄像头载体对独居老人等进行照护，能够第一时间发现问题、解决问题。老人如有需求可以第一时间呼救，社区工作人员则能够迅速采取不同的救助措施。

但是，对于这种“摄像头照护空巢老人”的做法，也有一些人有另外的看法和解读。比如，就有人说“摄像头照护”很可能变成“摄像头监控”，一方面来说，这种做法会侵犯老人的隐私，另一方面来说，让老人时时刻刻生活在摄像头之下，是不是会产生心理压力？

应该说，部分网友的担心是有道理的，理论上来说确实有这样风险。但是，我们看待“摄像头照护空巢老人”需要衡量利弊，也就是说看看是利大还是弊大？

随着社会多元方式的存在，以往的那种儿孙绕膝的晚年生活越来越少了，不少老人的子女并没有条件和父母生活在一起。一个原因是，不少老人的子女在外地就业居住，只有逢年过节的时候才能“回家看看”，子女虽然也担心父母的安全，怎奈是“鞭长莫及”“有心无力”。另一个原因是，即便是生活在同一个城市的父母和子女，也不是传统意义上的“同一屋檐下”了，老人居住在老房子里，子女居住在自己的小家里，至多是双休日的时候能“回家看看”。

在这样的现实中，老人一旦发生危险，子女很难第一时间知道，即便第一时间知道了，也不能实现第一时间的救助。老人的身体不好，会出现各种各样的风险，尤其是独居老人、空巢老人、留守老人的风险更大。

而有了“摄像头照护老人”之后就不同了。社区会组织专门人员，在摄像头的终端大屏上，时刻关注社区空巢、独居老人这一特殊群体的居家安全情况，通过在空巢、独居老人家中安装智能摄像头，实现老人与异地子女、老人与社区网格员的在线对话，以便及时掌握老人身体、生活、安全等方面的情况。可以实现“子女安心工作”“老人安全保障”“社区及时帮助”。

当然，老人也是需要保护隐私的。只不过是，这个隐私保护完全可以“摄像头位置的合理设置”来实现。总之，“摄像头照护空巢老人”利大于弊，要给“智慧看护设备呵护独居老人”的做法给出不断改进的空间和时间。