

银龄 外科技术祛病 陪伴照顾贴心

面对老龄化社会日益突出的老年慢性疼痛难题,太原康养集团纺织医院以“医养护老”为核心理念,率先探索出一套融合专业外科干预与全程康养照护的创新模式。他们用精准的外科技术和温暖的人文关怀,致力于为长者卸下疼痛枷锁,重塑自在、尊严的晚年生活,真正实现“让爱无痛,让孝有声”。

病痛困扰老人

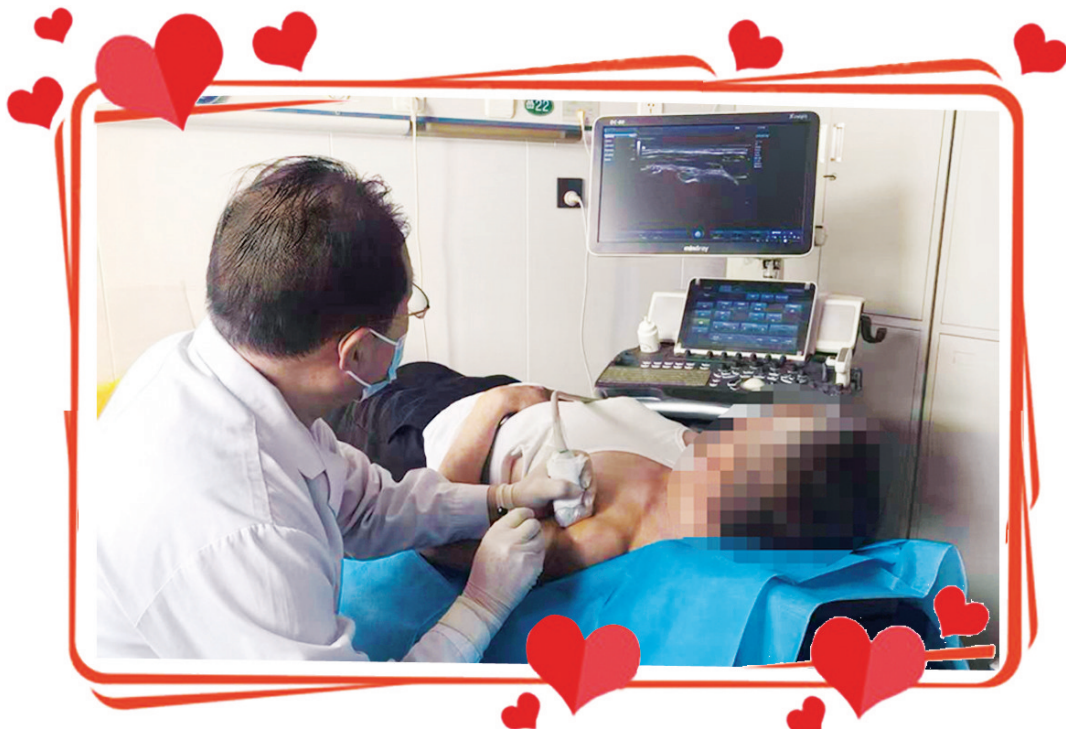
岁月无声,白发渐生。肩周炎、颈腰酸痛、关节不适等慢性疼痛,常被误读为衰老的自然现象,为许多长者晚年生活带来沉重负担。这不仅降低了他们的生活质量,更易引发焦虑、抑郁与功能衰退的恶性循环。

与此同时,传统养老服务往往缺乏专业的医疗干预能力,而普通医疗机构又难以提供持续的康养支持。面对老年人“医院不能养,养老院不能医”的困境,太原康养集团纺织医院疼痛外科精准洞察了这一核心痛点,决心打破藩篱。

技术驱动医养

医院疼痛外科的创新实践,核心在于构建了以外科专业能力为驱动、深度融合康养服务的全新体系。在院领导的谋划与支持下,科室形成了“外科医疗技术+全程养老服务”的双轮驱动。

精准评估与外科诊断先行:团队为每位长者进行全面评估,其外科视角能更深入地探查疼痛的解剖学与病理学根源,为制定真正个性化的干预方案奠定坚实基础。核心技术——外科微创介入:科室的核心优势在于运用B超引导可视介入神经阻滞镇痛等现代外科微创技术。在精准可视化条件下进行操作,将药物或治疗手段直达病灶,实现高效镇痛。这种创伤小、恢复快的外科干预方式,尤其适合身体机能



图为医生为老年患者诊断病情。 图片由受访者提供

减弱的老年患者。

康复与照护无缝衔接:在外科干预有效缓解疼痛后,配套的康复训练与物理治疗随即跟上。更重要的是,科室提供全程陪伴式照护,将外科治疗期的专业护理自然延伸至日常康养,确保长者从治疗到康复的每一步都得到专业支持与情感关怀。

专业重塑“享老”

“敬老于心,爱老于行”在这里具象化了,疼痛外科的工作,已超越了单纯的疾病治疗,升华为对长者生活品质与生命尊严的守护。

当一位因肩周炎病痛导致无法梳头的长

者,在外科治疗后重获抬手自由;当一位因膝痛困于家中的老人,重新迈出轻盈的步伐……这些疗愈的背后,是外科技术的强大支撑,更是医者仁心的温暖体现。医院通过专业的外科疼痛管理,显著提升了长者的自理能力与幸福感,减轻了家庭照护负担,让“老有所医、老有所养、老有所乐”切实落地。

太原康养集团纺织医院疼痛外科的探索表明,专业外科力量深入老年健康管理,能够有效破解“医养分离”难题。他们的愿景,是让更多长者摆脱疼痛困扰,安享晚年。这一“医养护老”的创新实践,不仅为养老行业提供了借鉴,也向社会发出了关爱老年人、重视生命质量的强音。

记者 张慧

退休再就业 公益伴我行

2023年5月,我告别了耕耘数十年的岗位。初夏的风带着暖意,却吹不散心头的迷茫:难道退休就只剩含饴弄孙、游历山水?无数个深夜,我对着月光彷徨,像个迷失在人生十字路口的人,攥着过往阅历,却找不到未来的清晰路标。

转机在同年10月悄然降临。经挚友推荐,我抱着姑且一试的心态,加入了山西省福利养老机构联合会海联康养分会。谁承想,这个偶然的選擇,让我踏上银龄时代的浪潮。从啃读政策文件到走访养老机构,从与专家深谈到和老人闲谈,我渐渐发现,“养老”从来不是单一的赡养议题,而是关乎千万家庭幸福的温暖事业,这里藏着我苦苦寻觅的人生新坐标。

2024年11月,当我接过分会会长的聘书时,心中百感交集。从迷茫参与者到责任担当者,短短一年多,我在老年事业中完成了自我重构。这不是简单的“发挥余热”,而是一场全力以

赴的全新远征。在这里,我遇见了一群志同道合的“银龄战友”:有昔日的企业管理者、教师;也有医生、工程师……我们带着半生沉淀的智慧,为养老公益重新集结。每周二的例会,我们为会员单位纾困、为老人需求献策。

金融搭台文化唱戏、智慧养老社区守护安全、银龄志愿队服务基层、国学大讲堂滋养心灵、互助小组传递温暖……每一分努力,只为让养老关怀落到实处。年龄不是终点,而是转换赛道的起点。为老人排忧解难时,我实现了被需要的价值;在与人真诚联结中,我抵御了岁月孤独。这份退而不休的坚守,让晚年生活愈发饱满。如今,回望2023年那个彷徨的自己,心怀庆幸,现在从事的这份公益事业,让我深感肩上责任重大,但我更坚信,与银龄伙伴并肩前行,定能攻克一道道难关。

我愿与我的“银发战友”们继续为社会编织温暖的养老安全网,以己之力,点亮他人的晚年时光。我心目中的银龄风采,是不恋过往、不惧衰老,在人生金秋依然奔赴热爱,用责任为岁月增温。未来,我仍将步履不停,让银龄之光,照亮更多长者的前行之路。

温丽荣 口述
记者 李晓琳 整理

春节将至,面对美味佳肴,老年人拥有一副好牙齿,才能度过一个“吃嘛嘛香”的春节。1月23日,太原市第二人民医院老年科主任李旭红给老人提出诸多建议。

老年人保护牙齿首先要从“会吃”开始。李旭红说:“比如年夜饭常吃的排骨、年糕等硬的和糯的食物,不要直接用牙啃或撕扯,可以先用小刀切成小块再吃。吃鱼的时候也要小心,尽量选择刺少的部位,细嚼慢咽。”

李旭红特别提醒,春节期间家里准备的零食多,老年人要少吃甜食和黏性大的食物,比如软糖、汤圆等。“这些食物容易粘在牙齿上,如果清理不及时,很容易引起蛀牙。吃完甜食后最好马上漱口。”据她介绍,去年春节期间,他们就接诊了一位老大娘,因为吃年糕把假牙粘掉了,还划伤了牙龈。

此外,李旭红还分享了几个护齿小窍门:“第一,早晚刷牙不能少,最好选用软毛牙刷,温水刷牙,避免刺激牙龈;第二,饭后记得用温水漱口,有条件的话可以使用冲牙器冲洗牙缝;第三,如果戴假牙,每天都要取下来清洗干净,不要让食物残渣留在口腔里。”希望每位老人都拥有一口好牙,吃嘛嘛香,身体健康!

记者 周利芳

爱护牙齿 吃嘛嘛香

