

家有老人失能失智,如何周全呵护?

跟随现代快报健康养老行出发吧,热线96060等你来报名



有这样一对矛盾对立体。失能老人比例不断攀升,老人对医疗、康复、护理的需求十分迫切。然而,儿女们多数不懂医护知识,除了吃药外无法护理到和进行科学的康复训练。据悉,“患”难家属多数希望能找到一家合适的养老机构,既不委屈了亲人,也能有助于大病后的全面修养。6月18日,现代快报健康养老行启动,此次养老行地点是南京国悦祖堂山,如果你正在为搜寻专业的护养院,赶快拨打现代快报96060读者热线,搭车一起开启健康养老行吧。

失能老人的生命质量提升

102岁的刘奶奶患老年痴呆症,已有20年之久,同时还患有中风。老人的儿女几年前就离开了人世,现在照顾她的是孙子们。从刚开始的记忆力下降、日常生活能力产生障碍,现在奶奶卧床不起、大小便失禁,完全需要依赖家人的照顾。孝顺的孙子们像呵护婴儿一样对待奶奶,一点点教她唱儿歌,学习简笔画等,细心地照顾给了她安全感。奶奶一次次中风复发,孩子们就更加揪心,寻找专业的护理机构已经是当务之急。

或许你觉得它离你很远,或许你以为这种病不过是记忆力下降而

已,其实不然。据估计,我国现有1000多万老年性痴呆患者,数量居全球之首,占全球总患者的1/4,而且每年平均有30万新发病例。目前只能通过药物缓解大脑萎缩,还没有治愈的方法,确诊后的平均生存期为10年。然而,如果早期介入治疗,得到家人和社会的关爱,寿命就能延长到20年以上。

教你鉴别护养院是否够格

南京国悦祖堂山护养院环境优美,风景秀丽。它是经民政局批准的非营利性养老康复机构,集疗养康复、医疗护理、文化娱乐于一体的多功能高档医养结合的护养中心。据了解,对于失能和半失能医护需求,

尤其是一些脑中风的患者,护养院提供了医护方面的特殊需求和康复治疗,包括运动治疗、理疗、作业治疗、言语治疗等,中风后的气管切开护理,鼻饲老人的护理,瘫痪老人的卧床护理,及各种瘘管的护理等。

记者获悉,为了便于老人家属和院方的及时联系,护养院还启用了现代化的微信、QQ平台,让家属随时知道老人的动态,也让老人随时与家属交流。如果您对本期的健康养老行感兴趣,欢迎拨打96060热线报名,报名时留下您的联系方式,以便工作人员及时通知和回复,由于此次健康养老行为公益活动,每个家庭限两个名额,以便留出更多的机会给他人。

专家教您选燕窝,品食疗经典!

6月13日下午,现代快报“燕窝品鉴会”启动

燕窝是极具营养价值的滋补品,不仅能滋阴养颜还能提高人体免疫力,那么你知道燕窝是怎么形成的吗?日常生活中燕窝的食用方法有哪些吗?燕窝怎么炖才不会失去它本身的营养价值呢?6月13日,现代快报“燕窝品鉴”活动将为读者带来一场声势浩大的原装进口燕窝品鉴展,届时现场不仅提供优惠售卖,并有优劣燕窝现场对照鉴别等环节,欢迎热衷食疗养生的朋友亲临现场,咨询品鉴。

燕窝为雨燕科动物金丝燕及多种同属燕类用唾液与绒羽等混合凝结所筑成的巢窝,形似元宝。因采集时间不同,燕窝可分为三种:白燕是金丝燕为产卵育雏做的第一个窝,完全用唾液组成。此类雪白透明,个大壁厚,涨发率高,为燕窝上品。毛燕是金丝燕做的第二个窝,由于唾液已消耗较多,金丝燕只好用身上的绒毛和唾液筑窝,品质较次;血燕:金丝燕做的第三个窝,窝中夹杂着血丝,个小壁薄,毛多,质地最差。

届时,专家为您一一依实物解说。

品鉴会上,专家燕窝分享选购四大妙招:一看、二闻、三摸、四烧。纯正的燕窝无论在浸透后或在灯光下观看,都不完全透明,而是半透明状。燕窝有特有馨香,但没有浓烈气味,有鱼腥味或油腻味道的均为假货;取一小块燕窝以水浸泡,松软后取丝条拉扯,一拉就断的为假货;烧:用火点燃干燕窝片,如果是真燕窝就绝不会产生发出剧烈声响的飞溅火星。

特别关注

活动主题:现代快报燕窝品鉴会
活动时间:6月13日(周六)14:30-16:00
活动地址:洪武北路55号置地广场现代快报8楼大会议室(南京文化艺术中心旁)
市内交通:2、26、46、30、60路至青石街站下,68、27、29路至长江路站下,地铁1号线、2号线至新街口站下,沿7号出口步行到置地广场即可。

心动价格抢先看

燕窝品鉴会优惠券

编号	等级	会员价(元/克)	市场价(元/克)
1	5A	39元/克	80-120元/克
2	2A	19元/克	59-69元/克
3	燕条	16元/克	39元/克

记得提醒老人,假牙也要定期更换

市民朱先生从去年开始,口腔溃疡总是反复发作,吃了不少药也不见好转。到南京市口腔医院检查,才知道原来是自己的假牙出了问题。医生检查发现,朱先生除了有严重的牙周炎外,全口义齿也已经基本被磨平,假牙已全部变色,口腔还有浓重的异味。沟通之后,医生才知道,原来朱先生的假牙装了近20年,其间很少取下来清洗维护,后来假牙变得不合适,他也从没到医院复诊过。

南京市口腔医院口腔修复科副主任刘小宁表示,如今的假牙制作技术以及材料都非常好,所以很多人认为,假牙没有使用期限,镶了牙后就可以一劳永逸。有些老人,一口假牙,能用个十来年,即使有些不适,也忍住不考虑更换。这么做,其

实是不科学的。

不同种类的假牙,寿命也不尽相同。固定假牙一般情况下可使用很长时间,如果没有出现大的缺损或不合适,一般不用更换。但在特殊情况下,其寿命也会迅速缩短。如烤瓷牙在咀嚼过程中咬硬物受力过大,很容易发生瓷裂而损坏。而活动假牙,如果长期使用,又缺乏科学维护和保养,导致假牙功能下降。患者在咬东西时不得不加大咬合力,直接导致假牙与牙龈黏膜的过度摩擦,极易引发创伤性溃疡。所以,装了假牙应该定期复查。一般半年至一年就应检查一次。

刘小宁主任提醒,当你的假牙出现下面这三种情况时,无论之前装的牙有多昂贵,你都应考虑是否该更换它们了。首先,观察上下牙之间的直线距离,通俗说,鼻底到颈部

的距离,约等于轻松的嘴唇闭合距离。使用假牙几年后,尤其是全口义齿,牙槽骨的吸收、牙齿磨合面的磨损,均可能造成垂直距离的改变,当这一切发生时,曾经准确地就位,固位力良好的假牙变得松散和不稳定了。由于这一现象的发生,垂直距离的变短是一个缓慢的、渐进过程,患者可能已经逐渐适应这些变化。但是病人可能发现的征象是面容的改变,表现在嘴周的皮肤皱褶改变(增加)。另外,还可能出现颞下颌关节受到不良影响,并可能成为影响病人的张口活动能力。此外,全口牙齿拔掉后,牙槽骨便发生进行性吸收,全口假牙的基托与口腔黏膜之间会产生较大的空隙,密合度降低,容易脱落,影响咀嚼,此时应及时考虑更换新的全口假牙。 周炳荣 史张丹

未来养老机构发展大趋势是什么?

医养结合,给力幸福晚年

“医”和“养”都是老年人口的基本需求,对于失能或者半失能老人更是势在必行。近年来,“医养结合”也是养老领域一个流行语,但是流行不代表践行,到底现状如何呢?据悉,配备有专业医护设施并全面践行医养结合服务的养老服务机构在南京范围内,尚不足百分之十。南京国悦颐养康复中心配备专业医护人员及康复师团队,并无缝对接南京医科大学第二附属医院,专家实时会诊与全程陪护送诊相结合,真正营造高龄老人的温馨养老家园。

医养之现状 流行不等于真正践行

随着失能老人比例不断上升,老人对医疗、康复、护理的需求十分迫切。一位失能或半失能老人大多身患严重疾病或者多种疾病,必须有专业医护人员进行医疗、护理。由于医疗资源的限制,医院床位紧缺不能久住,通常情况下,急性期过后医院就要催促出院、回家吃药、进行康复训练。但是,儿女们多数不懂医护知识,除了吃药外无法护理到和进行科学的康复训练。长期雇佣保姆或者护工费用太高,普通家庭难以负担。

另一项不争的事实,相当一部分养老院、敬老院等养老机构未能很好地升级为医养结合型。根据调查,南京医养结合型养老机构占比不足10%。这样以来,失能、半失能老人就无法享受到专业医护服务以及生活照料、康复医疗、护理、紧急救援等。

医养之特色 有医有护医保报销比例高

在南京,医养结合型养老机构不多,独具特色的更是少之又少。南京国悦颐养服务中心率先将医养相结合的理念付诸实践,起到了很好的示范作用。国悦梁丽梅院长介绍说,国悦这几年建设了一系列针对脑梗、中风后需要康复、离休疗养,寄养日托的老人、及残障人士专业医护设施。2011年,国悦向医养结合的方向迈出了坚实的一大步,拿到护理院资质以后,国悦拥有专职医生20人,主要涉及临

床内科、老年科等科室,护师、康复治疗师及营养师,护理员经过专业培训,熟练掌握护理技术。2014年3月,经南京市医保中心的审批,成为医保定点单位。

谈及医养特色,梁丽梅院长补充说,国悦双向对接南京医科大学第二附属医院,大医院专家每周至少两次亲自查房,实时会诊。如需送诊,专业医护人员全程陪护,负责一切生活起居。此外,入院老人参保起点更低,约为三甲医院的四分之一。同时,无论职工医保还是居民医保,病人可以享受的报销比例也更高。

医养之成效 让晚年生命质量得以提升

“单纯的养老机构已经跟不上形势的发展,过去,一些重症老人在从养老院护送到医院的路途中就去世了。现在将医疗与养老融合起来,老人们可以得到及时抢救,有效延长生命长度,提升生命质量。在国悦疗养的老人,平均年龄约为83岁,都患有一种或者多种基础病,如脑梗、中风、心血管、病残疾等。”梁丽梅院长介绍。

走进康复区,84岁的王奶奶精神矍铄,据了解,她还能一个人爬中山陵呢,根本看不出一年前她曾经是个中风的病人。王奶奶告诉大家,去年她刚来时,只能躺在床上,无法起身。作为王奶奶的护理医师,国悦的徐医生为奶奶定制康复计划,每天定时按摩、针灸、推拿。王奶奶激动地说:“住在这里蛮好的,不论医生还是护工都随叫随到。各个地方都很干净,也没有异味。”

关注骨关节健康 重启人体健康“晴雨表”

钙尔奇首牵天猫国际 骨关节健康新品全球首发

别人只关心你在朋友圈走没走到一万步,有谁关心过你的腰腿是否酸痛?关节是人体骨与骨之间最重要的连接,是反映人体健康状况和生存质量的晴雨表。而“骨节眼儿”上的软骨,就是关节的保护垫,针对关节问题,修复软骨是关键!

来自美国的国际钙质补充剂领导品牌钙尔奇,始终致力于骨骼和关节健康事业。2015年6月2日,钙尔奇首次选择在天猫平台,以线上媒体发布会的形式,为全新钙尔奇骨关节健康营养片完成全球首发。现场,上海瑞金医院的资深骨科主治医生王碧波介绍,对于关节问题,核心在于关节软骨的破坏受损,人们通常采取的补钙、按摩等物理治疗方式对此无济于事。梅小排、徐蕴芸、范庭略等多名运动达人也与媒体来宾分享了自己的运动心得以及养护骨关节的个人经验。

发布会上,钙尔奇正式宣布,设于天猫国际平台的惠氏健康生

活海外旗舰店正式推出将专利成分UC-II与钙、维生素D和多种矿物质结合的全新一代产品钙尔奇骨关节健康营养片。

主打成分UC-II是天然II型胶原蛋白,也是软骨的重要组成部分,可以生成诱导的调节性T细胞,进入血液和淋巴系统,直达关节,参与人体免疫系统调节,直接作用于关节损伤处,减少关节疼痛;并帮助免疫系统识别并清除受损的软骨组织,清除受损;及促进关节生成软骨组织,制造更多软骨胶原,显著增强膝关节伸展性,以延缓关节退变,修复软骨,促进关节的灵活和健康。与氨糖相比,UC-II对软骨的修复作用更加明显,为氨糖使用者提供了一个更完美的选择。

此外,钙尔奇对健身运动爱好者人群中关节过分磨损情况同样能帮助养护关节软骨,预防骨关节炎。