

中美养老社区发展高端论坛在宁举办

如何让专业养老与家庭温暖二者兼得?

退休后,在社区内和邻居们尽享闲暇时光;生病了,下个楼就能和医生面对面;子女不在身边时,将有专人前来悉心照顾……未来,这种起源于美国的CCRC(持续照料退休社区),将在南京逐步普及。近日,“中美养老社区发展高端论坛”隆重举办,银城地产携手江苏省人民医院、美国水印养老社区公司、上海红日养老服务管理集团、清华大学建筑学院周燕珉居住建筑设计工作室、江苏经贸职业技术学院以及江苏瑞华投资控股集团,共绘一幅广大市民期待已久的养老蓝图。

住在养老院,想念老房子里的一草一木

无论是准备入住养老院的老人,还是打算将父母托付出去的子女,都可能存在这样一个疑虑:睡在一张不甚熟悉的床上,吃着不同口味的饭食,面对完全陌生的伙伴,老人会不会不适应?虽然这个问题并不是在选择养老方式及养老机构时的首要因素,但着实让很多人烦恼。

不同于以往几张床、几个护工就能凑合满足老人及家属的需求,现在的养老院,在追求全方位生活配套的同时,在日常护理及医疗保障上下足了工夫。即便如此,仍有不少的老人舍不得离开居住多年的房屋。72岁的张大爷

前不久刚搬进养老院,虽说在那里衣食无忧,有人照顾,但他仍牵挂着位于城南的老房子,“城墙根儿住了几十年,身边的一草一木都成了习惯。”

科学养老,可以不用离开熟悉的环境

百年以前,一种复合式的老年社区——CCRC(持续照料退休社区)在美国起源,在那里,老人除了可以享受园林式的居住环境,在自身健康状况及自理能力发生变化时,还可以享受自理、介护、介助一体化的设施和服务。也就是说,老人们获得与身边状况相对应的照料服务的同时,依旧可以在自己熟悉的环境中居住。

这样人性化的养老模式无疑触动了家庭观念较重的中国人。不久的将来,老年人在“家”中科学养老的愿望将得以实现。CCRC将为人住者解决生活的一切需要。餐厅、超市、洗衣店、银行、邮局、美容美发及各种娱乐活动场所配备齐全;兴趣相投的居民可以结伴参与书画、音乐、棋牌、养生等活动小组;社区医院内的各专科医生,将如同私人医生般,为老人提供预防、医疗、护理、康复等健康服务。

南京人也可逐步入住CCRC

“中美养老社区发展高端论坛”当天,传来又一好消息:南京本土老牌房企银城地产鼎力推出

的养老产业品牌“东方颐年”惊艳亮相,与江苏省人民医院、美国水印养老社区公司等相关单位签订了战略合作协议。据悉,银城地产在城东部署紫金山CCRC项目,由9.5万平方米70年产权老年公寓、6万平方米医护型老年公寓和3万平方米医院构成。

银城地产集团股份有限公司董事长黄清平介绍,银城与上海红日共同投资建设的银城红日养老公寓将在2016年7月亮相,届时,这一位于鼓楼区宝船公园旁的项目,将作为东方颐年第一代社区中心级老年公寓产品正式开业运营。此外,位于江宁蓝溪郡项目内的全龄生活馆,即为东方颐年第一代社区嵌入级全龄会所/居家养老服务中心。

正确对待儿童使用抗生素

南京儿童医院药学部 杨斌

消炎药是老百姓对抗生素的俗称。抗生素的使用问题一直备受社会关注,它是人类伟大的发现,但却不是万能的神药。

在南京儿童医院的临床实践中经常能看到两种极端,一种是坚决抵制抗生素,需要使用的时候也不敢使用,这种情况往往会导致感染加重;另一种则是随意使用抗生素,导致细菌耐药性,造成人体二重或多重感染。要提醒大家的是,合理应用抗生素,方能起到良好的治疗效果。

同时在儿童家庭使用抗生素的时候也存在很多的误区:发热就要使用抗生素;新品种药抗生素比老牌抗生药物好;昂贵的药物比便宜的药物有效;频繁更换抗生素,一天无效就换药,一天有效就停药;静脉输液不一定比口服药物效果好,这些认识都是不正确的。实际上抗生素仅适用于由细菌引起的炎症,而对由病毒引起的炎症无效。日常生活中经常发生的局部软组织的淤血、红肿、疼痛、过敏反应引起的接触性皮炎、药物性皮炎以及病毒引起的炎症等,都不宜使用抗生素来进行治疗。即便是细菌感染引起的炎症也有多种不同的类型,切勿盲目地使用头孢菌素、青霉素类、大环内酯类等抗生素。

如何正确使用抗生素呢?

1. 使用抗生素需要有用药指征。在用药前需要进行相关检查,并由医生选择适宜的抗生素使用。
2. 抗生素用药针对性强,能够使用低级的尽量不使用高级,能够使用一种尽量不联合用药。
3. 抗生素使用剂量要足,疗程要够。既能保证疗效,又能防止病菌产生耐药性。
4. 掌握既往用药反应,主要是了解有无药物过敏史以及家族遗传史等。
5. 按照医嘱用药,不能自行随意更改药物剂量,不能随意更改服用药物时间。临床医生会依据人体生物钟和时辰药理学,选择最为适宜的服用药物时间,增强疗效,提高药物的生物利用度和血浆峰浓度,减少毒性和规避药品不良反应。比如说有时医嘱一天服药3次,不等以早、中、晚饭后各一次,而是每8小时服用一次。如果连续服用可能会造成体内药物浓度较高,对身体造成损害;如相隔时间太长,药物浓度不足,抗生素对细菌的抗菌能力就会减弱,且易使细菌产生耐药性。

还有提醒大家的是,抗生素是把双刃剑,在使用过程中应坚持“四不”原则。首先不随意买药;第二不自行选药;第三不任意服药;第四不随意停药。最重要的应该还是先去正规医院看病,由医师对病情做出相应的判断,凭医师处方在正规医院药房、药店购药,谨遵医嘱用药。若在药品使用方面有疑问,也可以咨询药师。

刘丹 整理

“暖心价 即刻种” 双重惊喜再掀年前种牙热潮

韩国进口种植牙5980元/颗(含种植体+基台+牙冠),拨打58057280即刻预约

新年来临之际,许多老人都希望与儿女们开心地吃一顿团圆饭。而对于缺牙老人而言,许多食物想吃吃不动,让他们感觉缺失的不仅是牙齿,还有与儿女共享团圆的幸福。

迎新年送口福,即刻种植受追捧

在康贝佳口腔医院的候诊大厅里,很多缺牙患者正在排队等待种牙。来自秦淮区的刘先生表示,自己年轻时忽略了牙齿保健,现在不到60岁,就有多颗牙缺失或松动,本想退休后安享晚年,但是牙不好,幸福就像一句空话。“我们牙好身体好,才不会给晚辈添乱,我下决心来种牙,就是想用一口好牙开启幸福的大门!”他激动地说。

为让更多的缺牙患者吃好新春团圆饭,康贝佳推出了韩国进口种植牙感恩回馈价的同时采用了微创无痛即刻种植技术。据该院种植科专家介绍,“即刻种植”采用数字影像系统对患者牙槽骨进行扫描定位,根据相关数据制作定位导



康贝佳感恩钜惠引爆全城,缺牙患者纷纷预约种牙

向板,因为又快又准,手术过程中患者几乎不流血,微创技术的运用更减轻了患者的痛苦。尤其是半口、全口牙缺失,将根据患者牙槽骨密度、高度、宽度,自动避开血管和神经,以1微米的精度精准种植牙根,做到即拔即种,一次完成手术。

做种植牙为健康投资,越活越年轻

俗话说“有钱买不来健康”,中老年群体的这种心理感受尤为强烈,因此“投资健康”成为他们偏爱的选择。不久前刚在康贝佳种完牙的孙阿姨坦言:“做了种植牙后,我不但重新拥有了一口好牙,

看起来好看,而且想吃什么就吃什么。吃得好,整个人精气神都好多了。很多人都说,我现在看起来年轻了好几岁呢!投资健康,真的比投资什么都划算!”

康贝佳口腔医院种植科专家提醒,种植牙是口腔医学中的“塔尖”技术,对种植的位置、角度、深度有着严格的要求,同时,受到患者张口度的限制,医生要在口腔的方寸之间开展手术,更增加了操作难度,差之毫厘,就会谬以千里。要让种植牙达到最佳的效果,患者应前往有资质的专业口腔医院问诊,寻求经验丰富的种植医生的帮助,评估一个适合自己的方案。

活动链接

为让爱牙人士展现健康、自信的笑容,让缺牙患者“种好牙过好年”,爱牙直通车携手康贝佳推出:

2016康贝佳国际美齿盛宴 即日起至2月29日

1. 种植牙:韩国进口种植牙5980元/颗(含种植体+基台+牙冠);
2. 牙齿矫正:材料费全线8折;隐形矫正:特价20000元(专属品牌),提供免费试戴,再送配套清洗器一个;
3. 牙齿美容:“美加”超薄全瓷贴面惊爆价4998元;
4. 牙齿美白:360度彩光美白,做一次送一次。

另:活动期间,老顾客带新顾客来院消费,送500ml番茄红素玉米胚芽油各一瓶。(详情请见院内公告)



雪地湿滑,老年人谨防跌倒

上周三,“2016年的第一场大雪”,终于下下来了,人们在欣赏银装素裹美景的同时,却也带来了安全隐患。昨天,南京市第二医院骨科就接诊了几起由于雪地湿滑而跌倒导致骨折的老年人。对年轻人来说,跌一跤或许

没什么,但对老年人,可能就是生死攸关的大事。该院骨科李亮亮医生介绍,“跌倒”已成为造成老年人伤害的罪魁祸首。老年人由于视力弱、听力差、肌力下降、平衡力不好等原因,容易发生跌倒,而老年人又多患有骨质疏松,一

旦跌倒更易发生髌部骨折,病后需长期卧床,容易引发肺部感染、泌尿系统感染和下肢静脉血栓等疾病,给自己和家人带来极大的不便。

李医生提醒广大老年朋友,平时要根据自身情况进行适当的

运动,以锻炼平衡、肌力和关节灵活性;平时着装应简单合体,减少因裤腿肥大、鞋子过大、鞋带繁复等外因造成的跌倒。当然,雪天等路面湿滑的天气,老年人则最好尽量少出门。

褚旭东 朱诺