

纠结的“养老”青年:工资低还要受得了委屈

民生视角

每个人都会变老,期待着能安享晚年。能否达到这一期待,或许将不同程度地取决于养老护理或服务人员。

提起养老服务行业的这个行业,人们脑海中率先浮现的多半是“40”“50”人员,仿佛这一群体和他们的服务对象一样,都自带沉闷感。但随着社会老龄化的加速,养老行业的发展,现在,有更多的90后、95后的年轻人加入到这一队伍中来。

有人来了又走,有人却在坚守。一如有人喜欢迎接朝阳,他们却乐于守护黄昏,以他们的专业技能与素养给年迈的生命注入更多力量,燃烧着自己的青春,让黄昏岁月更有温度。

照顾老人考验人耐心

早上5点刚过,天津某老年

公寓失智护理部主任管敬已经开始忙碌起来,陆续为老人们穿衣、洗漱;7点15分,开始轮流为患有糖尿病的长辈们打胰岛素、协助他们吃药;7点20分,到了早餐时间,开始分餐、协助老人们进食……

毕业于天津职业大学老年管理与服务专业的黎露露,如今已在天津康宁津园养老院工作了6年。在她看来,难度最大的是半自理老人的护理。还有帮老人“翻身”以防褥疮,怎么翻身不会伤到老人或插在身上的各种管子?怎么让身体的肌肉群能得到最大程度地活动?再如帮老人“清洗”,如何高效又让老人感到舒适?还有喂饭,如果遇到噎食的紧急情况如何急救?看似轻松平常的护理中,却有着不少学问。点点滴滴,护理人员心里都要一清二楚。唯有这样,才能降低风险,及时帮助老人。

俗话说“老小老”,人老了就和小孩子一样。对于老人,如何进行沟通以及对他们进行心理、精神上的抚慰同样很重要。比如很多半自理老人,多是小脑萎

缩,爱犯迷糊,有的刚跟女儿视频通话可转眼就忘了这事,还有的突然着急要去买菜、接孩子……“这时候怎么处理就需要些技巧,不能硬顶,得连哄带骗。”有时看着这些老人,黎露露觉得,好笑又心酸。

41名养老专业学生从事养老行业的不足10%

尽管如此,这个职业还是经常被误解,被“逃离”。

经常会有这样的声音笼罩在养老人的身边,“‘养老’不就是给人穿衣吃饭吗?”“没什么技术含量”“年轻人为什么要去做这个”……有人在和老朋友聊天时,对方听到自己是做养老的,上来就泼了一盆冷水,“这个能有什么前途?”甚至,有父母一听自己的女儿要学养老,连学费都不给交了,最后女儿自己办理贷款付的学费。

在黎露露一起的41名养老专业同班同学中,毕业后依然从事养老行业的不足10%。而她现今所在的单位约有400名工作人员,80后、90后仅占其中1/3左右。“很多年轻人都不愿意做

这个工作,觉得和老人打交道时比较辛苦,有的老人脾气比较古怪,有时是观念完全不同很难沟通。”黎露露说,在老人中,各种突发情况不断,有突然闹情绪不吃饭的,有和別人闹矛盾的,甚至有暴力倾向要打人的。

但让年轻人逃离的更重要原因是,在管敬看来,养老行业从业人员社会地位低、待遇低。笔者调研了多位在北京、重庆、天津工作的年轻养老人员,他们的月薪均在4000~5000元左右,比如已工作了3年的管敬每个月拿到手的工资约4000元,“因为很多养老机构盈利很少,甚至是亏损的,所以对人力资源的成本控制力度就很大,一线员工的工资待遇就偏低”。

关注养老就是关注未来的自己

2013年,从北京劳动保障职业学院老年服务与管理专业毕业后,苗培柳也没想到自己一干就是6年,接触过上千位老人。有的是高校退休教授,为航天事

业贡献大,喜欢给苗培柳讲自己年轻时的故事;有的只是普通的老母亲,自己什么都不舍得,但看到子女或孙子爱吃的东西突然就大方了起来;还有失独或“被养老”的老人,一年也不见有谁来看一次……

黎露露这样形容自己护理老人的工作,“每天就像这个人打了你个巴掌,另一位老人给了你一块糖。时间久了,会觉得成就感像珍珠,像糖果,一点一点在积累,会让你觉得在这里,自己被需要”。

“每个年轻的养老人基本上都会经历这样的阶段,从一线护理人员做起,从脏活累活做起,这对我们了解、认识养老行业来说也是种锻炼,对未来走向管理岗位也是种积累。”如今,苗培柳已成为北京市某养老驿站站长,她打算未来也扎根养老行业,因为“看好养老行业的发展前景”。

她也希望能有更多的年轻人关注、加入到养老队伍中来,“我们每个人都会变老,关注养老,其实就是关注未来的自己。”(孙庆玲 叶凡)

西安药品集中采购和使用试点成效初显

本报讯(记者 鲜康)6月5日,记者从陕西省医疗保障局获悉,自今年3月25日国家组织药品集中采购和使用“4+7”试点工作启动以来,西安市作为试点城市之一,政策得到落实,总体平稳有序,效果初步显现。

为确保“4+7”试点工作平稳实施,陕西省医保局会同省卫生健康委、省药监局印发《支持西安市落实国家组织药品集中采购和使用试点工作方案》,提出试点工作目标任务、基本原则、实施范围和保障措施。同时,陕西省医保局明确了未中选药品按梯度实行降价的范围和降价规则,明确在“4+7”试点周期内,药品生产企业选择配送企业不受“三统一”有关规定的限制。还围绕“4+7”集中采购和使用工作,深入部分中选药品生产、经营、配送企业和医疗机构了解情况,研究解决实际问题,指导西安市开展试点工作。

自3月25日零时起,西安市辖区357家公立医疗机构按照“4+7”试点中选药品价格进行网采,未中选药品同步实行梯度降价。截至6月2日,25个中选品种40个品规发生采购,采购总数量2585.37万(片/粒/支),占西安地区标的量的595.05%,采购总金额3450.89万元,中选品种采购总数量和总金额分别占同通用名药品采购总数量和总金额的90.79%和64.78%,采购数量、金额及市场占比均超出预期,有效体现出集中采购的优势。同时,参与“4+7”试点中选药品中选价平均降幅达52%,最高降幅达到90%以上,实现了以市场换量、换价,给患者减轻了负担,为医保基金的安全运行创造了有利条件。

目前,陕西省医保局还就“同药不同价”、部分中选药品采购量上升幅度较高、部分公立医疗机构停用未中选药品等问题开展调研,积极研究解决对策,充分发挥省级有关职能部门作用,规范医生诊疗和患者就医行为,防止医疗费用异常增长,维护参保群众正当权益和医保基金安全,确保国家“4+7”集中采购和使用试点在西安落实落地。

新闻直通车

年底全国实现高速公路收费站ETC全覆盖

据新华社 国家发展改革委6月4日称,到2019年12月底,全国高速公路电子不停车快捷收费(ETC)用户数量突破1.8亿,高速公路收费站ETC全覆盖。

根据国家发展改革委、交通运输部近日联合印发的《加快推进高速公路电子不停车快捷收费应用服务实施方案》,到2019年12月底,ETC车道成为主要收费车道,货车实现不停车收费,高速公路不停车快捷收费率达到90%以上,所有人工收费车道支持移动支付等电子收费方式,显著提升高速公路不停车收费服务水平。到2025年,全国ETC用户数量进一步提升,建成技术先进、制度完善、服务优质、运行稳定的高速公路电子不停车快捷收费体系。

西安首批35名“政务服务改革体验官”上任

本报讯(李一博)6月4日,西安市首批35名政务服务改革体验官正式上任,涵盖代表委员、专家学者、媒体记者、个体经营者等多个行业领域。

据了解,为深入推进西安市政务服务改革,西安市行政审批局面向社会公开遴选政务服务改革体验官,采取实地体验和意见言说等形式,站在“用户视角”对政务服务改革工作进行体验监督,全面梳理工作“死角”倒逼改革深化,不断提升政务服务水平。

据西安市政务服务中心副主任赵雪琴介绍,体验官将针对西安市行政审批和政务服务系统的审批效率、服务质量、工作作风、改革进度和改革效果等方面进行监督体验,查找政务服务领域存在的问题和不足,了解企业和群众对窗口服务的满意度,收集企业和群众对政务服务改革方面的意见建议。

况。(本文由北京大学人民医院药剂科副主任丁庆明进行科学性把关。)

谣言七

黄鳝养殖中使用避孕药

市场上,养殖黄鳝个体大、身体肥壮,而野生黄鳝个体明显偏小。这是因为黄鳝养殖过程中使用避孕药可以防止因黄鳝性腺的发育而促进黄鳝生长。

辟谣:中国水产科学研究院长江水产研究所专家何力、陈建武表示,黄鳝养殖中使用避孕药并不能促其明显生长,也不能提高养殖效益。过去部分渔民曾经在黄鳝养殖中添加避孕药等激素,以求提高生产效益,结果是黄鳝存活率降低,产量增加不明显,得不偿失。对于养殖黄鳝为何比野生黄鳝肥大,专家认为良好的养殖环境条件,科学的养殖技术是保证黄鳝快速生长的关键。通过苗期科学驯食,定点定时投喂配合饲料,黄鳝的营养得到全面保障。(本文由大连海洋大学、水产与生命学院教授浦红宇进行科学性把关。)

谣言八

樱桃核能毒死人

患者小刘吞下整个樱桃核后不久便腹痛、头昏脑胀。专业人士解释称因为樱桃核中含有氰甙,它与胃酸结合发生反应会产生剧毒氰基离子,从而导致了氰化物中毒。

辟谣:樱桃核很难消化,核中所含的氰甙无法释放,也就无法和胃酸发生反应产生剧毒物质氢氰酸。此外,单个樱桃中的氰甙含量非常低,每克樱桃核中的氰甙折算为氢氰酸后大约只有几十微克,而氢氰酸导致人中毒的剂量,约为每公斤体重摄取2毫克左右。(本文由科信食品与营养交流中心业务部主任阮光峰进行科学性把关。)

直言

中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平近日对垃圾分类工作作出重要指示。强调,实行垃圾分类,关系广大人民群众生活环境,关系节约使用资源,也是社会文明水平的一个重要体现。推行垃圾分类,关键是要加强科学管理、形成长效机制、推动习惯养成。(6月4日央视网)

垃圾分类是对垃圾收集处置传统方式的改革,是对垃圾进行有效处置的一种科学管理方法。人们面对日益增长的垃圾产量和环境状况恶化的局面,通过垃圾分类管理,最大限度地减少垃圾处置量,实现垃圾资源利用,改善生存环境质量。正因为意义重大,所以引起了党和国家领导人的高度重视,各级各部门自然也应该高度重视,不可等闲视之。

对于垃圾分类处理的好处,很多群众也不是不知道,也不是不拥护支持,却为何总是难以推广、难以持久,其效果难以让人满意呢?依笔者之见,开罚单、通报曝光、网络点名固然需要,但更需要的是各部门的齐抓共管、整个社会的责任分清。否则,各吹各的号,各打各的锣,甚至你怪我没有自觉,我怪你没有监管,相互扯皮,张推李卸,自然无法顺利实

做好垃圾分类,全社会都要行动起来

施,也自然难以落实见效。其实垃圾分类工作涉及很多环节,不单是垃圾产生的单位和个人的事,更是全社会的事。首先,宣传部门要做好垃圾分类的舆论宣传,讲清意义、作用和价值,让全体市民思想上有意识、工作上有认识、行动上有所共识,营造一种浓厚的氛围和良好的环境,为垃圾分类提供舆论支持和民意基础。

其次,城管、环卫、环保等职能部门,要通过培训、示范和提供咨询等多种形式,普及垃圾分类的基本常识和操作办法,让市民群众知道怎么分类、怎么处置、送到何处,同时配备好相关的设施,提供方便条件,将职能服务和监管处跟进到单位、社区和家庭。

其三,各级政府、机关单位和有关社会组织,要主动做好宣传发动、组织协调和指导服务,制定好方案和细则,落实好任务和职责,开展好服务和监督,让广大市民有共同遵循的标准、有统一的工作行动、有信赖的组织依靠,确保垃圾分类的整体联动和顺利推进。

当然,各垃圾产生单位和家庭,更要自觉遵守规范,服从管理规范,按照垃圾分类的要求和标准,自觉做好分类处置工作。只要人人动手,个个行动,处处负责,时时监管,垃圾分类就一定会形成自觉自愿的

行动,也就无需开出重罚单和进行严厉惩处了。(舒朗秋)



的人。而网上也流传着这样一种说法:倒着走既能锻炼身体,又能治疗腰椎病。

辟谣:中国人民解放军第306医院中医骨伤科副主任医师王光涛表示,倒着走能治疗腰椎病的说法缺乏一定的科学依据,不够客观。首先,倒着走确实是一种运动方式,但这项运动过于简单,任何一种运动都有其两面性,长期重复单一运动会带来一定副作用;其次,不同疾病需要匹配不同的运动方式进行

风险,例如,长期服用维D和钙片会致癌。

辟谣:该自媒体把美国该方面的研究结论“过量摄入钙与癌症死亡风险增加存在相关性”夸张解读为“长期服用维D和钙片会致癌”。此外,中国人均每日膳食钙摄入量仅339毫克,因此美国研究结果对大多数国人来说并不适用,我们反而应该想办法增加钙的膳食摄入量。(本文由北京大学人民医院药剂科副主任丁庆明进行科学性把关。)

本月谣言和流言多发于食品安全医疗健康领域,微信为其主要传播渠道。近期谣言主要为食药危害性造成的人身伤害,如喝绿茶导致急性肝炎,布洛芬用药致永久伤害,乙烯利催熟的蔬果导致小孩性早熟等。同时,部分谣言产生是医学知识普及及缺失所致,如肿瘤标志物升高意味着患癌,倒着走能治疗腰椎病等。以下是综合大数据热度值分析,梳理的5月份科普流言、谣言榜单。

科普流言、谣言榜单来了

谣言一

肿瘤标志物升高意味患癌

肿瘤标志物检测是常见的防癌筛查手段之一,很多人在看到检查报告中一些标志物的数值升高时就认为自己得了癌症。

辟谣:中国医学科学院肿瘤医院病理科主任医师建明表示,不是所有肿瘤标志物升高都是患癌的征兆,有些炎症或者良性病变也可以引起肿瘤标志物的升高。同时,肿瘤标志物阴性并不代表没有肿瘤,因为肿瘤标志物的敏感性目前只有50%至60%,还有大部分的肿瘤患者并没有肿瘤标志物升高现象,因此不能仅凭这项指标就判断是否得了癌症。(本文由新桥医院血液科副主任医师刘耀进行科学性把关。)

谣言二

喝绿茶导致急性肝炎

据《英国医学杂志》病例报告,一名16岁女孩饮用了中国产的绿茶,三个月后患上了急性肝炎。同时,女孩告诉医生,她没有服用任何可能致该问题的非处方药。

辟谣:据Live Science报道,该女孩并不是饮用了中国产的绿茶,而是饮用了中国产的绿茶减肥产品,一些减肥产品中有大量的绿茶补充剂,高浓度的绿茶补充剂对身体健康可能有潜在的危險。女孩停止喝此种产品后,很快就从肝炎中康复了。美国国家卫生研究院(National Institutes of Health)表示,目前没有发现饮用绿茶本身会引发问题。普通绿茶并不会对身体造成不良影响,但需警惕市面上含有绿茶补充剂的产品。(本文由科信食品与营养交流中心业务部主任阮光峰进行科学性把关。)

谣言三

使用布洛芬可致永久伤害

近日,朋友圈里大量出现对布洛芬的讨论,称该药可以引起永久性伤害,甚至死亡,国外已经有厂家进行紧急召回。

辟谣:布洛芬仍是目前公认的相对安全的

真相

退烧药,留言中提到的召回,事实是美国某制药公司某批次浓度超标而被召回,同时,中国并未进口该批次的布洛芬。是药三分毒,药品的浓度过高就等于相同体积下,剂量偏大,那就容易使人产生不良反应和毒性损害。不过因为布洛芬本身安全性较高,所以发生安全事件的风险较低,一直深受WHO和全球的推荐。(本文由北京大学人民医院药剂科副主任丁庆明进行科学性把关。)

谣言四

倒着走能治疗腰椎病

近年来,倒着走路锻炼在中老年人群中非常流行,清晨的公园里,随处可见倒走锻炼

谣言五

长期服用维D和钙片致癌

自媒体文章《维D和钙片跌下神坛,被曝长期服用致癌! 华人都懵了》称,一项来自美国的新研究显示,营养补充剂不仅对人体健康无利,还可能会引发各种疾病,增加死亡

辅助治疗,要科学、合理地选择。另外,王光涛提醒,生病后不要盲目、自行选择运动方式进行辅助治疗,要根据医生的判断、疾病的特点以及个体的差异来选择运动方式,达到辅助治疗疾病的目的。(本文由中国医学科学院广安门医院骨科主任医师谢利民进行科学性把关。)

辟谣:中国疾病预防控制中心营养与食品安全所研究员范志红表示,长期服用维生素D和钙片并不会增加患癌风险,反而有助于降低患癌风险。对于骨质疏松患者,长期服用维生素D和钙片有助于改善骨密度,降低骨折风险。(本文由北京大学人民医院药剂科副主任丁庆明进行科学性把关。)

谣言六

吃乙烯利催熟的蔬果导致儿童性早熟

果农违规使用乙烯利等催熟剂的情况很普遍,乙烯利将香蕉等蔬果催熟后,儿童吃后会性早熟。

辟谣:正常情况下,乙烯利被植物吸收后,在细胞液的作用下缓慢放出乙烯气体,它的半衰期很短,容易降解,所以不会对人体健康造成危害。此外,人体中并没有植物生长调节剂的受体,所以植物生长调节剂对人体不可能起到调控作用。无论是乙烯利还是乙烯利都不能在人体内产生作用,也不会导致人体出现“性早熟”“发胖”“内分泌失调”等情