

# 吃得方便实惠 玩得丰富多彩 文成因地制宜办好“邻里食堂”

本报讯(记者 陶悦清 通讯员 吴美琴)中午11时30分,温州市文成县巨屿镇孔龙村“邻里食堂”飘出阵阵饭菜香。

与城市相比,农村地区人口居住相对分散,不利于集中供餐,老年食堂运营有难度。今年,文成县持续探索以政府保障、村社让利、企业参与、社会捐赠等方式助力农村老年食堂持续性运营,拓展“党建+”邻里中心服务功能,用心办好农村老人的“暖心灶”。

走入孔龙村“邻里食堂”,可视化厨房、餐标菜价上墙展示,一目了然,宽敞明亮的就餐空间可同时容纳150人用餐。食堂负责人介绍,食堂为全体村民、企业职工服务,优先保障高龄老人、特困人员、低保人员、困难残疾人、重度残疾人等五类特殊群体。60周岁以上低保户与80周岁高龄老人每餐只需支付两元,企业员工、一般村民则是按照每餐12元收费。

“邻里食堂”不仅有幸福餐桌,还为农村老人解锁邻里新社交。



“邻里食堂”为老人提供丰富文娱活动。

食堂二楼文化区域设调解室、多功能室、棋牌室、舞蹈房、器乐室等,一站式搭建银龄文化供给平台。

“借助‘邻里食堂’,我们把养老和文化休闲教育整合起来,满足多层次需求,打造老年人学习生活圈。”孔龙村党支部书记林长兴表示,“邻里食堂”针对农村地区“远、散、弱”特点,开设文化教育、用电安全、反诈骗等各类课堂,开发义诊、书画展、花艺教学等多种功能,大大提升农村老人的获得感、幸福感、安全感。

“邻里食堂”是文成县积极推进老年友好城市创建工作的一个缩影。据了解,今年下半年,文成县将推行养老服务“爱心卡”制度,创新幸福颐养数字津贴模式,建成老年友好乡镇3个、老年友好村社8个以上,建成老年食堂(邻里食堂)不少于16家,新增老年人助配餐服务人数不少于300人。文成还推进“邻里食堂2.0”建设,在食堂基础上延伸更多暖心服务,多方合力,及时关注解决孤寡、高龄老人身心安全等问题。

## 医养联合体 健康宣教进机构

本报讯(通讯员 姚威鹏)今年7月24日至30日是“全国老年健康宣传周”。近日,杭州市第三人民医院联合滨江绿康阳光家园开展《老年性痴呆的早期识别和预防》讲座。滨江绿康阳光家园内部的滨江绿康康复医院与杭州市第三人民医院结成紧密医养联合体,畅通老年健康服务的“最后一公里”。

## 献礼八一 健康护航老兵情

本报讯(通讯员 刘浩)近日,“献礼八一 健康护航老兵情”老战友联谊会在浙江省军供大厦举办。杭州市第一人民医院城北院区主任医师、浙江省科普专家库老年病专家陈宁主任分享《夏季如何预防斑块血栓》的健康科普宣讲。200多位退伍老兵及家属参加。

## 浙江中医药大学教授、固生堂中医特聘专家陈卫建: 重度萎缩性胃炎与肠化并非不可逆

最近,不少人被胃镜活检病理报告中的“萎缩性胃炎伴重度肠化”“中度萎缩伴重度肠化”等字眼吓得不轻。

慢性萎缩性胃炎是常见病,在50岁以上的人群中,慢性胃炎约占30%,其中慢性萎缩性胃炎又占30%。据国外文献报道,慢性萎缩性胃炎伴肠化病人,胃肿瘤的发生率9-10%,我国为7%。

### 半年不到中医治疗 早期胃肿瘤警报解除

倪东芳(化名)是意大利华侨,特别喜欢吃辛辣的食物,一吃就停不下来。最近几年,她频发打嗝、嗳气,还有时常饱胀不适。一次常规体检中,她被查出重度萎缩性胃炎,重度肠化,局部病灶轻度非典型增生。意大利医生明确说,西医对这个病没有特效药,只能对临床表征治疗,缓解症状。

怕胃全切后生活质量直线下降,倪女士抱着试一试的态度,慕名找到固生堂沁园中医门诊部(大同分院)特聘专家陈卫建。陈卫建通

过疏肝和胃、活血化瘀、解毒化浊、健脾和胃四个阶段调理。5个月后,陈卫建再次见到倪东芳,她满脸笑意:病理报告出来了,轻度慢性浅表性胃炎,原本的肠化消失了,警报解除了。”陈卫建表示,中药治疗不局限于消除病症,侧重于消除产生疾病的“土壤”,除了对症下药,在治疗期间,还会开具健脾益气、疏肝解郁、活血化瘀等药方进行协同治疗,全身心调理。

无独有偶,昨天上午,70岁的夏姜明(化名)特意赶到医院向陈卫建鞠躬表达谢意。今年2月,他查出萎缩性胃炎伴糜烂,活检结果为胃窦重度肠化,胃角重度肠化。四处求医都看不好,经人介绍,老夏找到了陈卫建。喝了半年中药,加上改善一些生活方式,最近,他向陈教授报喜:胃角肠化消失了。

目前,国际公认的胃肿瘤发生过程为正常胃黏膜→慢性浅表性胃炎→慢性萎缩性胃炎→肠化生→异型增生→胃肿瘤。萎缩、肠化生有一定肿瘤变率,过程较长、几率较低,但当病情发展到异型增生,瘤变率则会明显增高。由轻度异型增生

到中度、重度,整个病变过程一般较快,如果达到重度,依照日本标准,已属于早期胃肿瘤范围。

### 中医化解“浊毒”有高招

陈卫建对消化道肿瘤患者的治疗原理是和“肠化”调理一脉相承,就是中医“浊毒理论”。

陈卫建师从国医大师李佃贵教授,“浊毒理论”正是由后者提出。

人体有许多生理物质,本来是清洁的,流动的,如果由于各种原因,失去其本来的特性,变成混浊、浓稠的物质,就引发人体疾病,那就是“浊”;同时中医认为,对人体的伤害因素都可以理解为“毒”;两者往往相兼为害,合而称之为“浊毒”。当浊毒作用于人体,便可导致细胞、组织和器官的形态结构改变,包括现代病理学中的肥大、增生、萎缩、化生和肿瘤变,以及炎症、变性、凋亡和坏死等变化。

比如,慢性萎缩性胃炎伴肠化的病人,多数是偏好油腻的饮食,导致脾胃受损,脾胃运化不好,逐渐产生了湿浊,湿浊在人体中焦受阻,郁结不解,便会形成“浊”“毒”内壅之



陈卫建在门诊中。

势。当浊毒瘀积在胃部,便导致胃体失去了滋润,胃腺体发生萎缩。

古有言,六气太过即成毒,气机不畅则成浊。事实上,“浊毒理论”正是既病防变、防患以未然的“治未病”理念的体现。陈卫建强调,对于有胃肿瘤家族史、胃病史、感染幽门螺杆菌、身处胃肿瘤高发区的40岁及以上人群来说,应每半年进行一次胃镜检查;对于无高危因素、身体无异常的40岁及以上人群,应每两年进行一次胃镜检查,这部分人群如果年龄超过50岁,应每一年进行一次胃镜检查。记者 徐小翔

如想咨询相关问题,请拨打本报右上角专线电话。