



# 15分钟活动范围内解决老人所有需求

## 让家门口养老更方便！长沙天心区打造“15分钟养老服务圈”



“这里护理员都好细心的，每天都会给我们做按摩……”

5月4日，在长沙市天心区裕南街道巴普医养护理中心，罗奶奶开心地说：“现在每天的生活很丰富，午休后，我们还可以到楼下做做理疗，或是跟老朋友打会麻将，很惬意。”罗奶奶所说的，正是长沙市天心区着力打造的15分钟养老服务圈，形成以“居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养有机结合”的养老新模式。

■记者 杨昱 通讯员 陈治平

### 家门口的养老院 满足不同老人的需求

裕南街巴普养老院位于长沙天心区白沙路上，与长沙天心巴普护理院结合一体，医养深度融合。

“刘姐，这么早就来了？”“是啊，今天没什么事，正好过来做做理疗。”在巴普养老院一楼，这里还嵌入了居家养老服务中心，周边老人可以来自助理疗，也可以玩玩棋牌娱乐，满足自理老人的日常需求。记者采访发现，这家养老机构的功能特别齐全，集养老长期照护、康复护理服务、居家上门服务和日间照料于一体，加上医养结合的优势，让老人在这里享受一站式的放心服务。

“很多老人因疾病无法行动，必须长期卧床，每隔2个小时就得帮他们翻身，否则很可能会造成压疮。”护理员陈姐告诉记者，每天清早，她们都会为老人做按摩，帮他们擦身，处理大小便等，“卧床老人的身体需要保持清洁，要特别预防感染，由于老人无法自我清晰表达，很多时候就需要我们去做检测，看是否冒虚汗、全身发抖、呕吐等。”

记者看到，整个养老机构非常干净整洁，没有一点异味。院长周喜平告诉记者，养老院不仅实施标准化管理，还引入“幼儿园式”的呵护模式。虽然很多人住老人无法用言语表达自己的感受，但有护理员帮着捏脚、松肩、活络手指，他们笑得非常开心。

### 15分钟内 解决老人所有的生活需求

在2018年前，湖南还没有医疗型护理院。不同于养老院和医院，护理院是指为患者提供长期医疗护理、康复促进、临终关怀等服务的医疗机构，是医疗服务体系的重要组成部分。

2017年，辞职下海的文华决定成立一家医疗性护理院，也就是巴普护理院。文华说，护理院属于医疗机构，养老院属于生活照料机构。老人没有生病的时候，可以在养老院里生活，生病了可以去医院住院治疗。而如果一个慢性疾病缠身的老人，是住在医院呢？还是住在养老院呢？

住在医院的话，高昂的医疗费是很多家庭所无法承担的，而住在养老院的话，老人还需要康复治疗。这个时候，就需要住在有护理院的养老院里了，这既可以满足他康复护理需求，也可以满足长期照护的需求。

“随着老年人年龄增大，他的社交圈子已变得狭窄。我们希望在老人15分钟活动范围内，能解决老人需要的所有问题，包括养老、医疗、康复、护理、生活照料、文化娱乐等等。”文华说，他们主要是打造一个街域内的养老服务综合体的模式，从“医疗机构”“养老机构”和“居家上门服务”三个方面出发，解决居家老人、社区老人、机构老人的养老问题。

### 天心区将打造“白沙路养老示范街区”

其实，在白沙路上，并不只是一家巴普护理院。作为长沙核心城区，这里现已聚集了青山祠社区养护中心等多家大型养老机构，成了实至名归的“养老一条街”。

放眼整个天心区，不仅培育了湘民康养中心、融城养老院、葆真堂养老中心等一批医养深度融合示范机构，还引进了保利地产、华润置地、湖南发展等一批品牌实力企业兴办养老事业，全区养老服务机构“量”“质”跨越式提升。

记者从长沙市天心区民政局获悉，天心区正加快推进“白沙路养老示范街区”建设，即把坡子街、城南南路、裕南街、金盆岭街道视作一个虚拟养老院，通过居家养老上门服务、家庭床位、志愿者服务等，让老人可以在家里养老，也可以在机构养老，而辖区内的6家养老机构、37个社区，也将为老年人的晚年生活提供各项服务。

据介绍，天心区将在两年内实现每个街道建成一个综合性养老服务中心，社区建设一个嵌入式养老服务点全覆盖，基本建成南部新城健康养老服务基地，年均养老床位增加20%以上，新增养老床位2000张，以逐步实现老年人步行15分钟就能满足养老服务需求，让老人在家门口颐养天年。



在长沙市天心区裕南街巴普养老院内，护理员正在护理老年人。

记者 杨昱 摄

## 吊脚楼上看霓虹，风雨楼里听风雨 打卡“中国最美小城”——凤凰古城



翻山越岭的高速公路，犹如一根丝带，串起潇湘大地每一个县市。今天，让我们沿着高速探访被称为“中国最美丽的小城”——凤凰古城。

凤凰古城，距离G56杭瑞高速凤凰收费站约6公里，下高速后沿着G209国道驱车13分钟即到。

这里不仅风景优美，且人杰地灵，名贤辈出。

当你徜徉古城用条石砌成的岩板街时，细雨声中，仿佛传来进香人的牛皮钉鞋敲击街面，发出“叮叮”的响声，使人产生隔世之感。隐隐地，一个个民国绅士的背影逐渐进入视野——他们是近代中国文学史上著名作家沈从文和近代政治家、教育家熊希龄。

东门城楼由城门和谯楼两部分组成。采用重檐歇山顶式屋顶，穿斗式木构体系，屋顶平缓、有举无折，显得风格高古、端庄大方。城楼濒临柳江，遥对灯台山，登上城楼，可以看到柳江如带，碧波荡漾，群山倒立，桥影绰绰，是访古旅游和观赏古城风光的好去处。

杨家祠堂位于凤凰古城沱江镇东门城楼和北门城楼之间，北边街史家弄入口处。

祠堂设计精巧，壁画栩栩如生，整体建筑具有鲜明的民族特色和建筑艺术价值，成为湘西重镇最具特色的建筑典范。

沱江河是古城凤凰的母亲河，她依着城墙缓缓流淌，世世代代哺育着古城儿女。沿沱江边而建的吊脚楼群在东门虹桥和北门跳岩附近，细脚伶仃地立在沱江里，像一幅永不回来的风景。

虹桥原名卧虹桥，又称风雨楼。站在桥上可看整个凤凰古城，尽收沱江两岸如画风景，行走廊中，可闻风吹雨刷之声，但不受风雨之扰，故称为“风雨楼”。

万寿宫又叫江西会馆，为凤凰九景之一。在万寿宫内设有我国知名画家黄永玉先生的个人艺术展馆，展示了黄老先生大量的艺术珍品，领略一代“画坛鬼才”的艺术风范。

“一座青山抱古城，一湾沱水绕城过”。横亘古城的南华山被誉为凤凰城的父亲山，有南华山国家森林公园景区。

苗疆长城始建于明嘉靖三十三年（公元1554年），被称为“苗疆万里墙”。

凤凰不仅仅是翱翔于天空的吉祥神鸟，也是中华民族的精神图腾。“凤凰涅槃，浴火重生。”像是人们渴望美好生活的圣洁期盼。喜迎建党一百周年，沿着高速看中国巨变，这里是“中国最美丽的小城”——凤凰。

■记者 和婷婷 通讯员 张华

### 安心过“五一” 人群里有抹警察“蓝”

本报5月4日讯“虽然到处是人，但长沙的社会治安秩序非常好，在这里过五一很开心也很安心！”来自福州的张女士谈到在长沙的旅游感受时不禁竖起了大拇指。

“五一”期间，长沙人气异常火爆，但不管是在热闹的景区、繁华的商区还是人头攒动的地铁站，总有那一抹警察“蓝”的守护，让广大市民和游客在“网红长沙”吃喝玩乐尽享安心。记者从长沙市公安局了解到，“五一”假期，长沙警方每天确保七成警力值班备勤，维护社会治安秩序稳定。

5月4日上午10时许，长沙市公安局政治部民警杨志早早来到了芙蓉公安分局朝阳街派出所，与派出所民警一道在辖区开展巡逻工作。像杨志一样，每天从机关抽调到基层派出所支援巡逻工作的民警就有100人，他们每天从上午10时工作至当晚10时，对辖区治安薄弱部位及重点时段开展密集巡逻。

“五一”期间，长沙公安启动了二级勤务模式，通过开展重点要害部位武装值守、武警联动巡逻，全方位加强社会面治安管控力度，最大限度地把警力摆上街面，切实提高见警率、盘查率、管事率，全力保障群众安全和社会治安秩序稳定。

为营造良好的交通环境，长沙市公安局交警支队还按照节点警务要求，根据群众节日的出行特点，重点加强出入城道路和各高速公路连接线的管控，同时对各商圈、景区、车站、出入城通道及周边道路加强值守管控和指挥疏导，值班民警加大巡逻密度，发现交通事故快速处置，撤除现场，最大限度避免了拥堵。

■记者 杨杨 通讯员 刘彬

### 链接

【特色美食】凉粉、姜糖、血耙鸭、苗家酸汤、苗家菜豆腐、苗家酸萝卜、苗家米豆腐、湘西椪柑、猕猴桃、湘西板栗、熏腊肉、凤凰社饭等。

【民族特色】蜡染、织布、刺绣、银器、篝火晚会。