

老年人能力评估师深入了解老人的健康状况、活动能力、认知能力……

# 科学评估，助力个性化养老

本报记者 孙超

## 因新职业新故事

“我说3个词，您能不能跟着说一遍然后记住，过一分钟我还会再问哦。”“您把裤腿往上拉一拉，我量量您的小腿围。”……下午，湖南省长沙县黄花镇卫生院内，95后老年人能力评估师盛思敏弯着腰，凑到93岁的黄玉泉老人跟前，依次询问各类问题。

盛思敏将老人的答题情况和测量数据一一登记进手机上的老年人评估小程序。一旁，卫生院护士李诗焱也在记录。“为了确保评估结果的准确性，评估小组通常由两人组成。”盛思敏说。

半个多小时后，黄玉泉老人的能力评估报告基本成形。“牙齿缺损较多，可能存在吞咽困难情况。小腿围是28.5厘米，初步判断有肌少症，需要补充营养。”盛思敏挑了几条重点内容提醒老人今后多注意。

做认知测试、量小腿围、测步速……这些在普通门诊不太常见的评估方式，吸引了很多关注。“连从事老年病学科的医护人员，都会觉得老年人能力评估比较陌生。”盛思敏说。

“牙齿缺损造成营养不良，可能会导致肌肉量不足。如果肌少症进一步发展，老人可能发生跌倒。合并有骨质疏松情况的话，一次跌倒可能导致骨折，需长期卧床。卧床又容易产生肺炎。”盛思敏说。科学

## 因快评

# 服务百姓美好生活

商 畅

提升生活品质，更好满足人民对美好生活的向往，是许多新职业发展的动能。

应对老龄化、保障和改善老年人生活，老年人能力评估师应运而生。现在，越来越多的老年人倾向于更加个性化的服务方案。服务方案的个性化，要以身体和心理状况的精细化评估为基础。这就需要专业人员进入入户，围绕自理能力、运动能力、感知能力、社会参与能力等多方面指标，与老年人交谈、交心。评估过程中，标准要科学、指标要明确，用数据为老年人精准画像，明确照护等级和具体服务项目。

养老之外，百姓对美好生活的需要还涉及健康、育儿、营养等方面。需求的积累会带动行业的发展，引导更多有志者进入。对此，主管部门可及时出台相关新职业国家标准，公布技能规范，为有求职意愿的劳动者指明努力方向，也为相关培训机构开发培训课程提供参考。还可出台技能等级评价标准，从严遴选符合条件的培训机构，并实行常态化、全过程监管，确保职业培训和证书发放规范运行。各方面保障工作到位，促进新职业健康发展，服务百姓美好生活。

图①：盛思敏入户为居民测量血压。  
图②：盛思敏对老年患者进行躯体功能评估。  
图③：盛思敏将测量数据上传系统。

以上图片均为本报记者孙超摄



③



②

“半年前，我还在找工作，现在已经可以为他人创业就业提供帮助了。”每天帮创业企业对接场地、物业、法务，找订单、谈合作、办活动，辽宁一家创业孵化基地的管理人员肖骁越来越喜欢现在的工作。

毕业后，肖骁来到辽宁省沈阳市沈北新区政务大厅的人才就业创业服务窗口，咨询有关就业信息。“窗口工作人员详细询问了我的情况，看到我有创业团队助教的实习经历，就推荐我到创业孵化基地，应聘管理人员岗位。”经过两轮面试，今年2月，肖骁顺利入职。“工作人员还告诉我签订劳动合同的注意事项，提醒我入职后可以领取沈阳市的补贴。”肖骁说。

如今，肖骁已成为多家创业企业的“金牌管家”。“这些企业规模越来越大，如果有用人需求，我都会联系窗口工作人员，他们为企业推荐了不少人才。”肖骁说。

近年来，沈北新区人社局打造了集高层次人才服务、青年人才服务、就业创业指导于一体的“一站式”人才服务平台。在辽宁，类似这样的就业创业服务平台，正帮助越来越多的人就业。

## 今年上半年，辽宁开展“送政策”“送岗位”“送服务”19.35万次 对接需求，促进人岗适配

本报记者 刘佳华

辽宁持续推进构建覆盖城乡的公共就业和人才服务网络，综合服务半径、服务人口、资源承载能力和城镇化发展趋势，组织各地依托街道、社区、村屯、商圈等办公服务场所，设立具备政策宣传、用工求职、权益保障等功能的就业创业指导服务站点，推动就业工作重心下移、业务下沉、服务下延。线下窗口服务与线上服务深度融合，畅通基层就业服务的“微循环”，提高就业公共服务可及性和均等化、专业化水平。

“前几天，我从机台工升到了小组长。没想到这么顺利就找到适合的工作。”今年38岁的抚顺市望花区光明街道光明社区居民白志霞，之前失业在家，孩子还在上中学。社区网格员在日常入户排查中，了解到这一情况，立

即在线上更新信息。街道就业服务中心工作人员看到信息，随即联系白志霞了解具体情况及就业意愿，为白志霞办理失业登记，将她列为重点关注跟踪服务对象。在就业跟踪服务过程中，街道就业服务中心依托线上双向就业平台，提供精准适合的就业信息，为白志霞匹配到辖区内一家服装企业，帮她顺利就业。

求职者在家门口就能与岗位匹配，劳动用工、职业介绍、技能培训等就业服务，在社区就能“打包”办理，辽宁多地打造“15分钟公共就业服务圈”，结合自身实际创建公共就业品牌：沈阳市的“舒心就业”平台、鞍山市的“百所高校校地联合促进就业平台”、抚顺市的“雷锋在线365”就业创业指导服务站

点、丹东市的“充分就业社区网格化服务体系”……

在辽宁，公共就业服务模式进一步创新，公共就业创业服务资源进一步向社区、村镇集聚。

辽宁还打造“就来辽”服务品牌，提供公共就业服务，精准对接就业需求，确保就业服务供给不断；升级实施“春暖辽沈·惠企护航”保用工促就业助振兴攻坚行动，17项子行动系统联动、各具特色。今年上半年，辽宁各级人力资源市场开展招聘活动6661场次，发布岗位信息需求218.3万个次，开展“送政策”“送岗位”“送服务”19.35万次，解决用工缺口39.65万个。

优化公共就业服务，离不开政策供给。辽宁坚持清单化项目化工程化推进48项就业领域重点工作，出台支持民营经济高质量发展、失业保险援企稳岗等措施，为各类经营主体提供税费减免、信贷资金、用工保障、人才引进等支持，帮助经营主体提振信心，稳定就业市场。今年上半年，辽宁全省人社领域共释放惠企减负政策红利19.5亿元，开展补贴性职业技能培训13.2万人次。

## 重庆发放首张川渝互通互认居住证

本报重庆8月28日电（记者刘新晋）“我的户口在四川广安市，居住在重庆渝北区，没想到可以直接办理重庆居住证，不用等半年了。”8月23日，熊女士在渝北区茨竹派出所领取到了居住证。这是重庆发放的首张川渝互通互认居住证。

记者从重庆市公安局治安管理总队了解到：为推动成渝地区双城经济圈建设，川渝警方密切协作，有序推进两地居住证互通互认。今年年初，重庆市公安局治安管理总队与四川省广安市公安局签订合作协议，先行推动重庆市与广安市居住证互通互认。日前，两地居住证互通互认工作已完成系统升级改造，8月21日起上线运行，实现重庆与四川广安居住证办理“零边界”。

据介绍，重庆市与广安市开展居住证互通互认主要分为3种情形，即两地户籍居民在居住地可直接申领居住证；持有两地有效居住证的，可直接申请换领居住地的居住证；两地以外户籍人员，两地居住时累加计算，累计互认。

申请人只需向居住地公安派出所提供本人身份证明（居民身份证或居民户口簿）、居住、就业或就读证明，本人近期1寸登记照1张，材料审核通过后，当场就能领取居住证。同时，申请人还可通过“警快办”申领居住证电子版。

广安市与重庆市接壤，两地交流密切，人员易地工作生活、企业跨区域经营活动日益频繁，居住证实行互通互认，为两地居民享受申请公租房、办理敬老卡、参加社会保险等同城待遇带来更多便利。

## 基层医疗机构诊疗量占比提升 青海组建高原医学研究中心

本报西宁8月28日电（记者王梅）记者日前从青海省卫生健康委员会了解到：青海全面推动公立医院综合改革，完善运行体制机制，着力解决群众看病难、看病贵问题，各项医改措施取得实效。

青海推动优质医疗资源扩容，挂牌组建高原医学研究中心并投入运行，组建了由4名院士和47名高原病、转化医学专家组成的专家团队，在高原病救治、高原临床诊疗技术、高原运动医学、高原康养等方面取得研究成果。国家区域医疗中心、中医区域医疗中心等一批卫生健康领域项目落地实施，在建设期内设置过渡病床300张，诊疗36.21万人次，开展疑难手术1.4万例。

青海提升紧密型县域医共体建设质量。截至目前，全省组建42个县域紧密型医共体，今年二季度全省基层医疗机构诊疗量占总诊疗量的比例提升到48.62%，较去年同期上升13.69%。不断完善医保政策，出台《2024版青海省医保药品目录》，新增126种药品，目录内药品达到3148种。加强对中藏医药事业支持，制定藏（蒙）医医疗机构制剂医保目录，将492种（2763个品规）藏（蒙）医医疗机构院内制剂纳入医保支付范围。

## 因服务窗

“春捂秋冻”是一句民间预防疾病的谚语，是指在初春时天气逐渐转暖，不要急于脱掉棉衣，适当“捂”一点；在初秋时，也不要刚有点冷就穿太多，适当“冻”一点，这对于身体健康是有好处的。当下已过处暑节气，天气逐渐变凉，昼夜温差变大，“秋冻”如何因人而异，如何科学“秋冻”？记者采访了中国中医科学院西苑医院肺病（呼吸）科主任医师樊茂蓉。

樊茂蓉介绍，进入秋季，天气转凉，人体阳气渐弱，阴气渐长。此时不宜增添太多衣物，让身体逐渐适应寒冷天气，有利于阳气的潜藏和阴气的生长。

“但‘秋冻’不是盲目挨冻，而是要随着气温的降低逐渐增加衣服。”樊茂蓉说，初秋暑热未消，气温在15—20摄氏度时，早晚人体能感受到一些凉气，此时不要着急添加过厚衣物。仲秋即中秋节前后，气温下降，虽凉却不甚寒，是“秋冻”的较佳时期，尤其青壮年，添加衣物要适当，以免身热汗出，伤阴耗气。

需要注意的是，晚秋时，早晚温差大，当一早一晚户外气温降低到10摄氏度时，就应该结束“秋冻”。特别是秋冬交接之际，常常有强冷空气侵袭，此时若再强求“秋冻”，不但不能预防疾病，还容易惹病上身。

“秋冻”也要因人而异，并非所有人都适合。慢性呼吸系统疾病患者不太适宜“秋冻”，这部分人群的呼吸道防御功能较差，气管和支气管在寒冷刺激下会产生痉挛，使原有的咳嗽、喘息等症状加重或容易诱发慢性呼吸系统疾病急性发作。尤其是哮喘患者，对环境温度变化非常敏感，应注意保暖。

心脑血管疾病患者也不太适宜“秋冻”。低温环境容易诱发血管收缩，导致血压升高，加重心脏负担，出现心绞痛、心肌梗塞或中风等心脑血管疾病。

另外，平素怕冷、手脚冰凉、容易腹泻等气虚、阳虚体质的人群也不太适合“秋冻”，应避免过度耗损阳气。特别是老年人和儿童御寒能力弱，应注意随着气温变化适时增减衣物。

掌握好“秋冻”进行养生保健，还要关注身体不同部位。樊茂蓉提醒，有些身体部位不能“冻”，反而要注意保暖：

头颈部不能冻。若头颈部受风受寒，向上会导致血管收缩，不利于脑部供血，容易诱发头痛等疾病；向下会使足太阳膀胱经受寒，容易引起感冒等疾病。

肚脐不能冻。寒凉之气通过肚脐侵袭人体内部，刺激胃肠道，容易引发腹痛腹泻；女性腹部受凉还会诱发或加重痛经，导致月经不调等。

膝关节不能冻。受凉是关节炎发生和加重的诱因之一，寒凉刺激会加重关节炎患者关节的肿胀和刺痛症状。

双脚不能冻。“寒从脚下生”，人的五脏六腑在足部有相应的敏感区或反应点。若脚底受冻，可反射性地引起相关部位的毛细血管收缩。脚底神经末梢丰富，受冻之后，易使身体抵抗力下降。

## 「秋冻」要因人而异

本报记者 杨彦帆