

从“一键呼救”到“窗帘之约” 合肥为独居高龄老人撑起居家养老“守护伞”

本报讯（记者陈华）“遇到紧急情况，按1和2，是拨打儿女的电话，按一下3，就是我的电话。”6月4日下午，在安徽省合肥市蜀山区琥珀街道北苑村社区，SOS呼救证技术人员郑国群来到90岁老人方汝发家里，为其和老伴讲解呼救证的使用方法。这个身份证大小的装置，直接连通社区智慧养老服务平台，按下SOS按钮，系统会自动弹出求助人员的基本信息和具体定位，工作人员便可与老人即时通话，并根据情况启动相应对策。

“如果现场情况有需要，志愿者可在10分钟内上门，卫生服务站也会同步接收到老人的健康档案。同时，老人亲属的手机也会实时弹出警报。”郑

国群说，新近安装的SOS呼救系统是北苑村社区自2019年起实施的“门铃计划”的升级版。起初，“门铃计划”只是简单的无线门铃，由爱心观察员每日按响。现在有了SOS呼救，老人身体出现状况时，能第一时间与社区人员取得联系，并及时得到救助。

《2023年度国家老龄事业发展公报》显示，截至2023年末，全国60周岁及以上老年人口有29697万人，占总人口的21.1%。80岁以上高龄老人独居现象在城市尤为突出，如何保障独居高龄老人居家安全，已不是简单的个人问题，而是中度老龄化社会待解的难题。

记者了解到，为应对人口老龄化问题，有的地方推出“九点有约”服务，志愿

者每天上午9点入户，帮助独居高龄老人解决生活困难；有的针对腿脚不便的老人开展“一站式”医医服务，让无人配送车送药到家。合肥一地还推行“窗帘之约”行动，在独居高龄老人家中安装一块带有明显标志的窗帘，窗帘早上拉起、晚上放下，外面的门窗窗帘就能知道老人是否一切正常。今年4月21日起，合肥在全市推广“窗帘之约”经验。

在北苑村社区，“门铃计划”观察点张贴着志愿者的24小时联络卡。该计划还针对老人的不同需求，实施分级分类帮扶：对生活能自理的老人，提供日常关怀与基础服务；对失能半失能老人，联动社会组织提供助餐、助浴等专业服务；对特殊困难群体，建立“一户一档”观察台账，并制定“红

黄蓝”分级预警机制。“红色是每日联系，黄色是隔日联系，蓝色是定期走访，老人可以随时联系我们。”观察员张民说。

合肥工业大学马克思主义学院社会民生工程研究所所长许小玲认为，“门铃计划”不仅解决了独居高龄老人的安全守护问题，还实现了养老服务的精细化和精准化。“窗帘之约”则是以需求为导向，在保持合理边界，不过多打扰老人日常生活的基础上提供关怀服务，是助力解决独居高龄老人动态监测难题的有益探索。许小玲建议，未来可构筑老中青多层次的社区养老志愿服务队伍，培育志愿服务力量。同时，设计多层次的社区健康服务内容，满足社区差异化养老服务需求。

宁夏每年可为2.3万名功能障碍患者提供早期干预

本报讯（记者马学礼 李静楠）近日，宁夏回族自治区残疾人联合会、卫生健康委员会联合印发了《宁夏残疾预防报告及失能重度残疾人精准康复服务项目实施方案（试行）》（以下简称《方案》），明确了目标任务、项目对象、服务内容、补助标准和资金保障、服务流程等多个关键方面的内容。

《方案》实施后，预计每年可为2.3万名功能障碍患者提供早期干预，让1.8万名居家重残者享受到专业的康复服务。

根据《方案》，宁夏将建立残疾预防报告制度。各级医疗机构及家庭医生在发

现全年龄段患者出现功能障碍后，将立即启动联动机制。县级残联将迅速响应，第一时间上门开展残疾评定、办理残疾人证、康复治疗等一系列扶残助残服务，并全力落实各类惠残项目，确保患者能够及时得到精准有效的帮助。

《方案》规定，针对17周岁及以上长期卧床的失能重度残疾人，家庭医生将定期入户，为他们提供单次疗程规定频次的康复检查、康复评定、康复训练、中医康复治疗、功能治疗、医护治疗、先进技术治疗等全方位的康复服务，帮助其提高生活自理能力。

房颤患者应警惕血栓和脑卒中风险 医学专家建议,预防房颤可从降低体重和干预高血压做起

本报记者 裴龙翔

莫名心慌、脉搏不齐、每分钟心跳速度约150下……在日常生活中，许多人有过类似体验，这很可能是房颤所致。

房颤，即心房颤动，是临床中一种常见的心律失常疾病。据统计，我国房颤患病率为1.6%。随着人口老龄化，未来我国房颤患病人群可能进一步增加。

房颤，轻者引起心悸、胸闷、气短等症状，重者可导致脑梗塞，引起或加重心力衰竭等。上海心律学会主任委员、上海市第一人民医院内科主任刘少稳教授呼吁：“要像重视恶性肿瘤一样重视房颤。”

的“发动机”，每一次心脏收缩，都由一个电活动触发，正常心律为窦性心律，每一次心跳泵血，都由一次窦性心律触发和引领。如果心脏的电活动出现问题，就会出现心律失常，而房颤是常见的心律失常之一。

“人们对房颤的了解和重视程度不高，规范治疗的比例更低。长此以往，房颤会导致中风，致死率翻倍增加。”刘少稳对此表示担忧。

刘少稳在上海市松江区某社区进行的一项调查显示，60岁以上体检发现的100位房颤患者，只有8人在进行治疗，其中5人只是吃点阿司匹林，2人吃控制症状的药，真正坚持正规治疗的只有1人。

相关病例显示，房颤有两大严重后果。一是血栓栓塞。房颤患者容易在心房中形成血栓，血栓脱落后会随着血液流

动到大脑，引发脑卒中。统计显示，房颤患者卒中风险比正常人群高5~6倍，少数患者甚至要高出10倍。同时，与房颤相关的卒中比非房颤卒中的危害要高得多。

房颤的另一个严重危害是心衰。心衰是心脏的终末期疾病，一旦和房颤并存，致死性更高，危害丝毫不亚于恶性肿瘤，亟待引起重视。刘少稳表示，房颤和心衰互为因果，“晚期心衰一年内的死亡率达到80%，远远超过许多恶性肿瘤的危害”。

预防和早期治疗至关重要

房颤是一个极为狡猾的疾病，“房颤患者中有一半是阵发性房颤。今天查有房颤，明天可能找不到了。”刘少稳介绍，约30%的房颤患者无明显症状，因此多在体检时发现。常见症状是心率快，可有心悸、心慌气短、胸闷、心脏乱跳、烦躁、乏

力、黑及晕厥等。房颤发作时会有自触脉搏强弱不等、脉率不齐等现象。

总体而言，房颤在老年人中较为常见，病因包括高血压病、肺心病、冠心病、心脏外科手术、瓣膜病、心力衰竭、心肌病、先天性心脏病、肺动脉栓塞、甲亢等，与饮酒、精神紧张有关。对于房颤的早期诊断，刘少稳表示，普通体表心电图可用于房颤筛查。阵发性房颤易被漏诊。对于房颤易患者，可进一步做动态心电图检查或通过长时程心电图监测进行早期诊断。

“预防房颤，可干预的因素不似其他慢性心脏病一样多。”刘少稳直言，欧洲最近开展的6万人随访14年的调查研究发现，心衰的可预防因素占70%多，但房颤的可预防因素仅占31%。目前看来，“肥胖”是可干预的最明确因素，其次是高血压。患者中几乎1/3的人有肥胖，体重减少10%，对心衰、房颤从患病率到死亡率均有影响。

刘少稳告诉记者，除了预防，早期治疗也非常重要。在发现房颤初期，就需要积极治疗 and 健康管理。如果符合导管消融手术条件，建议尽早进行治疗。

在纪念陈云同志诞辰120周年座谈会上的讲话

（上接第1版）

改革开放和社会主义现代化建设新时期，陈云同志以马克思主义的勇气和胆识提出，要把党和国家工作重点转移到社会主义建设上来，就必须解决好历史遗留的若干重大问题，为突破“两个凡是”的思想禁锢、实现伟大的历史转折发挥了重要作用。在重大历史关头，他坚决支持邓小平同志倡导的改革开放，坚定维护邓小平同志在中央领导集体中的核心地位和党中央权威。他积极推动拨乱反正和平反冤假错案，对起草《关于建国以来党的若干历史问题的决议》提出重要意见，支持邓小平同志关于科学确立毛泽东同志历史地位、坚持和发展毛泽东思想的正确主张。他高度重视改革开放条件下党的思想建设、作风建设、纪律建设、制度建设和社会主义精神文明建设，主持制定《关于党内政治生活的若干准则》。他支持探索符合实际、充满活力的社会主义经济新体制，强调要边实践、边探索、边总结经验，为我们党开创中国特色社会主义道路作出了卓越贡献。

神风范。陈云同志在长期革命生涯中树立和坚持的坚定理想信念、坚强党性原则、求真务实作风、朴素公仆情怀、勤奋学习精神，体现着共产党人的高尚品质。他说：“一个人最愉快的事，就是参加革命，为人民的利益而斗争。”“任何人离开了人民，离开了党，一件事也做不出来。”在关键时刻，他总能坚持正确政治立场，旗帜鲜明亮出自己的态度；在党的事业发展遇到困难时，他总能保持头脑清醒，在深思熟虑基础上提出独到见解、拿出解决问题的有效办法。

新时代新征程，我们要坚定理想信念，树立必胜信心，在变幻交织、错综复杂的形势面前保持政治定力，不畏浮云遮望眼，乱云飞渡仍从容。要自觉践行全心全意为人民服务的根本宗旨，站稳人民立场，厚植为民情怀，走好新时代党的群众路线，察民情、听民声、顺民意、解民忧，紧紧依靠人民创造历史伟业。要深入贯彻落实中央八项规定精神，以坚强党性涵养优良作风，始终保持奋发进取、迎难而上的精神状态，以改进作风的实际成效赢得人民群众支持和拥护。

——我们要学习陈云同志的丰富领导经验。陈云同志担任过很多重要领导职务。无论负责什么领域、在哪个

领导岗位，他都勤于学习、深入钻研，探索规律、抓住要害，展现出卓越的领导才能，创造了许多至今仍有重要意义的领导经验。

比如，在负责经济工作方面，陈云同志提出许多重要观点和重大举措，探索了创造性解决问题、打开工作局面的有效途径。他在主持第一个五年计划编制和执行过程中，既注重学习苏联经验，又坚持从我国国情出发，科学布局、稳步推进社会主义工业化。社会主义改造基本完成后，他积极探索适应我国生产力发展的社会主义经济制度和经济体制，提出“三个主体、三个补充”的思想，为克服苏联模式弊端提供了重要启示。改革开放后，他深刻总结社会主义经济建设正反两方面经验，提出“我们国家现在进行的经济建设，是社会主义的经济建设，经济体制改革也是社会主义的经济体制改革”；强调经济建设必须综合平衡，建设规模必须同国力相适应，要正确处理积累和消费的关系；提出只有有计划按比例还不行，还必须由市场调节，要按照经济规律办事和进行必要的国家干预，“搞好宏观控制，有利于搞活微观，做到活而不乱”；强调搞经济建设最后目的，是为了改善人民生活，“如果我们

不能解决人民的吃饭穿衣问题，我们的社会主义建设事业便站不稳”。

比如，在负责组织工作方面，陈云同志提出一系列富有创见的选人用人思想。他强调，选拔干部要“德才并重，以德为主”。指出：“才和德应该是统一的。才，不是空才；德，也不是空德。”“用干部，要五湖四海，平常不熟悉的干部也要用。就地取材是很重要的原则。五湖四海，再加一个德才兼备，这是我们提拔干部的大方针。”他强调大力培养和选拔成千上万的德才兼备的中青年干部，是决定党和国家前途的一项战略任务，要坚持老中青相结合，保持干部队伍连续性稳定性，保证党的领导权始终为马克思主义者所掌握。他强调要大力提拔那些党性强、作风正派、敢于坚持原则的干部，积极支持和落实干部队伍革命化、年轻化、知识化、专业化方针。

比如，在负责纪律检查工作方面，陈云同志就改革开放条件下加强执政党建设提出许多具有前瞻性、战略性的思想。他指出：“共产党不论在地下工作时期或执政时期，任何时候都必须坚持党的纪律。”针对“不吃不喝，经济不活”、“经济要搞活，纪律要松绑”等错误观点，他强调：“党性原则和党的纪律不存在

“抓思想政治工作的同时，严肃党纪、政纪，党风才能根本好转。”他提出“执政党的党风问题有关党的生死存亡的问题”这一重大论断，强调“党风问题必须抓紧搞，永远搞”，要保持同人民群众的血肉联系，就必须解决好切实维护人民切身利益和坚决反对党内不正之风两个关键问题。

新时代新征程，我们要适应新的形势任务，着力提高党领导经济社会发展能力和自身建设水平。要加强党对经济工作的领导，深化对社会主义经济建设规律的认识，完整准确全面贯彻新发展理念，坚持有效市场和有为政府相结合，加快构建新发展格局，扎实推动高质量发展。要蹄疾步稳推动进一步全面深化改革，坚定不移扩大高水平对外开放，为中国式现代化注入更多动力和活力。要深入推进全面从严治党，不断增强党的自我净化、自我完善、自我革新、自我提高能力，确保党始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心。

——我们要学习陈云同志的科学思想方法和工作方法。坚持实事求是，是陈云同志的鲜明特点。他指出：“要把我们的党和国家领导好，最要紧的，是要使领

导干部的思想方法搞对头。”他提炼出“不唯上、不唯书、只唯实，交换、比较、反复”这一充满唯物辩证法的“十五字诀”。他善于从战略上思考问题，强调，“应该站得高一点，看得远一点，要上屋顶，不要老呆在地下室。”“要拿出一定时间‘踱方步’，考虑战略性的问题。”他把调查研究作为决策的重要前提，强调“领导机关制定政策，要用百分之九十以上的时间作调查研究工作。”

新时代新征程，我们要坚持党的思想路线，学习好、运用好新时代中国特色社会主义思想的世界观、方法论和贯穿其中的立场观点方法，正确判断形势、科学谋划未来，善于抓住机遇、勇于应对挑战，不断增强工作的系统性、预见性、创造性。要提高调查研究质量，通过各种途径和方式，准确把握经济社会发展中的新情况新问题新趋势，准确把握基层所需、群众所盼，使决策更加符合实际，更加符合人民群众愿望。

同志们、朋友们！

陈云同志的一生，是伟大、光荣的一生。他树立的崇高精神风范、创造的丰富领导经验、总结的科学思想方法和工作方法，永远是我们的宝贵财富。我们要认真学习运用，结合实际发扬光大。

——我们要学习陈云同志的崇高精

边文件的签署，再到重大合作共识的达成，这一历史性峰会，在中国同中亚国家绵延数千年的友好交往史上写下浓墨重彩的篇章，为地区乃至世界和平稳定注入强大正能量。

秉持共商共建共享原则，中国中亚合作内涵日益丰富，全方位、多维度的立体合作格局日益完善，机制框架内成立的经贸、产业和投资、农业、交通、海关、公安内务、应急管理等部门合作机制高效运转。不久前，中国—中亚外长第六次会晤在阿拉木图举行，与会中亚国家外长高度评价同中国的高水平团结互信和中国—中亚机制重要作用，表示将深入挖掘双方合作潜力，打造中国—中亚命运共同体建设新的里程碑。

吉尔吉斯斯坦世界政治研究所所长舍拉季尔·巴库特古洛夫认为，中国—中亚机制“年轻有为”、富有成效，开创亚欧地区多边协作新模式，有助于各方在重大国际问题上协调立场、增强互信，在地区安全和发展问题上达成共识。“相信即将召开的阿斯塔纳峰会将为拓展合作视野、取得更多造福地区人民的务实成果注入新动力。”

同声相应 携手奔现现代化

4月29日，吉尔吉斯斯坦贾拉拉巴德地区的群山间，机器轰鸣声打破山谷的沉寂。中吉乌铁路位于吉境内段的三座隧道开工建设，标志着中吉乌铁路项目正线工程进入实质性施工阶段。

作为中吉乌三国元首亲自推动的共

传承千年情谊

建“一带一路”合作标志性工程，这条“钢铁丝路”承载着三国人民互联互通、共同繁荣的美好愿望。吉交通和通信部官员塔里耶尔·克尔迪别科夫认为，中吉乌铁路将重构中亚地区的物流网络。在乌兹别克斯坦企业家和实业界人士运动—自由主义党副主席梅利博耶夫看来，中吉乌铁路是中国与中亚国家深化互信与务实合作的有力证明。

“世界需要一个联通的中亚。”2023年5月，习近平主席在首届中国—中亚峰会上的主旨讲话中说。两年来，伴随中国—中亚机制合作水平不断提升，中吉乌铁路开工、中国多地常态化开行中亚班列、哈萨克斯坦西安码头投资并实现高质量发展、跨里海国际运输走廊建设持续推进……中国与中亚国家不断深化互联互通，中国—中亚交通走廊建设开启新篇章。以高质量共建“一带一路”为新起点，中国和中亚国家以前所未有的速度和力度强化合作，共谋发展，携手奔现现代化。

越织越密的通道网，架起经贸往来“直通桥”，助力中国和中亚国家跑出互利共赢“加速度”。搭乘日夜兼程的班列、货车和航班，中国的家电、日用品、新能源车等产品源源不断进入中亚，中亚的化肥、棉花、羊牛肉等优质产品更快进入广阔的中国市场。中国海关总署数据显示，2024年中国与中亚国家贸易总额达948亿美元，较前一年增加54亿美元，

续写时代新篇

创历史新高。

38岁的哈萨克斯坦农场主谢尔盖告诉记者，他近年与中国企业合作尝试“订单农业”种植模式，按中国市场需求种植粮食作物，还接受中国农业专家的技术指导和帮助，解决了“种粮难、卖粮难”问题，收入增加了，一家人对未来的好日子更有盼头。

从共建农业技术实训基地，到打造信息产业园区，从开发风电、光伏等清洁能源项目，到开发跨境电商综合试验区，中国与中亚国家务实合作不断拓展新领域，取得新成就，为中亚各国产业升级、民生改善提供有力支撑。

塔吉克斯坦民族大学学者阿卜杜加尼·马马达济莫夫说，中国—中亚机制为地区稳定发展作出了突出贡献。“我们期待第二届中国—中亚峰会继续深化双方合作，不断完善基础设施和物流项目，在各个行业和领域形成合力，推进共同发展，共同繁荣。”

相知相亲 促进文明交流互鉴

5月31日，车身绘有大雁塔、古城墙等西安地标建筑的首趟中国—中亚国际人文旅游专列（西安—阿拉木图段）缓缓驶入哈萨克斯坦阿拉木图火车站。中哈系列文化交流活动由此拉开序幕。

首届中国—中亚峰会上，习近平主席宣布推动开行面向中亚的人文旅游专列

等一系列合作倡议。从丝路起点到中亚腹地，飞驰的专列为民心相通架设新的桥梁。哈萨克斯坦国家铁路公司董事会副总裁阿努尔·艾哈迈德扎诺夫说，希望专列的开通能够促进中国与中亚国家民众之间的交流，增进相互理解。

当前，中国与哈萨克斯坦、乌兹别克斯坦分别实施互免签证政策。今年是哈萨克斯坦“中国旅游年”，也是中国“乌兹别克斯坦旅游年”。越来越多的中国游客前往撒马尔罕、布哈拉等丝路古城感受中亚风情，“到中国去”也成为不少中亚国家游客的共同选择。

在中国和亚欧大陆的中心地带之间，千年丝路人畅其行、物畅其流，带来的是民心相通和文化交融。从教育合作到地方交往，从治国理政交流到减贫合作，深入而持久的文明对话与互鉴，让这份友谊更加醇厚。

职业教育合作为中亚青年打开通向未来的机遇之门。在塔吉克斯坦、中亚地区首个鲁班工坊运行超过两年，为当地培养城市热能应用技术和工程测量技术人才；在哈萨克斯坦东哈萨克斯坦州，鲁班工坊专注培养汽车专业人才；在阿斯塔纳，哈萨克斯坦第二个鲁班工坊正紧锣密鼓地筹备；吉尔吉斯斯坦和乌兹别克斯坦鲁班工坊去年揭牌，土库曼斯坦鲁班工坊建设持续推进。

“中文热”“中国热”在中亚国家不断升温。中国与中亚国家互设文化中心加快推进，13所孔子学院“桃李满天下”，赴华留学成为越来越多中亚年轻人的选

择。如今，中国和中亚国家已结成近百对友好省州市，丰富多彩的合作项目涉及青年、文旅、经贸、媒体等多个领域。

共同修复乌兹别克斯坦希瓦古城，联合考古发掘哈萨克斯坦拉哈特遗址，与吉尔吉斯斯坦共同保护传承长篇英雄史诗《玛纳斯》，中国和中亚国家在文化遗产保护领域的合作让更多丝路瑰宝重绽光华，为中亚文明的传承发展书写崭新篇章。

乌兹别克斯坦政治观察家沙罗菲丁·图拉加诺夫说，中国—中亚机制成为推动文明互鉴、增进民心相通的重要平台，为深化彼此理解和信任提供重要支撑，为维护地区和平与稳定注入更多人文力量。

在哈萨克斯坦科学与高等教育部科学委员会哲学、政治与宗教研究所政治研究中心主任艾达尔·阿姆列巴耶夫看来，第二届中国—中亚峰会将进一步深化中国与中亚各国团结合作，推动构建更加紧密的中国—中亚命运共同体，为地区繁荣发展和完善全球治理贡献力量。

从千年风华的西安到充满活力的阿斯塔纳，在高质量共建“一带一路”的蓬勃浪潮中，在携手奔现现代化的崭新征程上，在跨越时空的文明对话中，中国与中亚国家必将传承世代友好、继续守望相助，为维护世界和平发展、促进人类文明进步作出新的贡献。

（新华社北京6月13日电）