

“热气腾腾”的三亚 让“候鸟”住了还想住常来还想来

本报记者 陈超全

11月的三亚,虽已“立冬”,放眼望去仍是绿意盎然,与万里雪飘的北国风光大为不同。公园里、绿道间,行人纷至……受寒潮影响,已有不少“候鸟”来到三亚“过冬”。热情的人遇见温馨的事物、暖心的举措,孕育出“热气腾腾”的三亚。

清晨,天刚蒙蒙亮,来自沈阳的“候鸟”王圣仁就已拎起手挎包出门,到椰梦长廊里漫步,呼吸清新的空气,沐浴温暖的晨曦,同等候在此的伙伴们汇合,一起排练节目。长廊里,人们三两而聚,有的唱歌、有的跳舞、有的在打太极……好不热闹。

“每年10月中旬左右,我就来三亚‘过冬’了。相较于寒冷的北方而言,三亚舒适的环境让我住了还想住,常来还想来,在这里,我遇见了许多同好。”王圣仁介绍,依托美丽浪漫的椰梦长廊,自己和数十位“候鸟”一起组建了三亚异地养老协会天涯情艺术团,隔三差五排练音乐、舞蹈,开展公益演出,为美丽三亚再添一抹“夕阳红”。

清晨的白鹭公园同样聚集了不少前来游玩的“候鸟”,来自西安的李大爷就是其中之一。每天上午,李大爷都会乘坐10路公交车到白鹭公园,散散步,练完一套健身操,方才尽兴而归。步入11月,李大爷明显感觉到,公交车里比以往更为热闹。“四面八方的人涌来三亚,在公交车上唠着家长里短,分享生活趣事,每次坐公交都像是一场茶话会。”李大爷说,特别是常有年轻人在车上给老人让座,让他更能感受到三亚的文明,心里暖暖的。

目光移向三亚的菜市场,一样热闹非凡。蔬菜摊主忙着吆喝,鲜肉摊主忙着剔骨去皮,来自五湖四海的客人们聊着哪些原材料更适合做出一道地道家乡菜……位于儋州村社区附近的平价市场里,常能看见“候鸟”王莉的身影。“这两年三亚市政府围绕菜篮子工程,开设了多家平价市场,里面的菜既新鲜,



“候鸟”老人在小洲岛公园绿道上散步。本报记者 陈聪聪 摄

价格又实惠,所以我常推荐身边的亲戚朋友有时间就来三亚住。”王莉说。

家住月川中路附近的“候鸟”林女士每晚最喜欢做的事,就是在饭后带着小外孙出门散步,在月川绿道公园里走一走。“饭后百步走,活到九十九,尤其是在三亚这样一个绿化好的地方,饭后散散步,跟邻居们聊聊天,不仅能锻炼身体,心情也变好了。”

今年初,三亚将建设“超级绿道示范段”项目纳入十大为民办实事事项中。截至目前,已建成三亚湾椰梦长廊健康步道、红树林公园健康步道等14条健康步道,以及白鹭公园健康主题公园、临春岭森林公园健康主题公园等7个健康主题公园,“候鸟”有了更多的好去处。

秋去冬来,三亚依旧暖意融融。在这片热闹的土地上,南北文化自然交融,越来越多“候鸟”把这里当成自己的“第二故乡”。



在三亚湾海月广场,“候鸟”老人开心舞起“健身龙”。
本报记者 袁永东 摄

Sanya “候鸟”眼中的三亚变化

优质医疗资源 让“候鸟”在三亚实现幸福康养生活

本报记者 卢智宇

随着海南自贸港政策优势不断显现,作为国家首批健康旅游示范基地,三亚加速推动旅游与健康医疗、养老养生等产业深度融合,引进国内众多优质医疗资源,不断推动卫生健康事业高质量发展,让更多老人畅享幸福康养生活。

“杨叔叔,昨天休息得怎么样?来,我们量量血压……”11月11日,三亚哈尔滨医科大学鸿森医院医护人员来到居住在鸿森智慧康养公寓的“候鸟”老人杨先生家中,测量血压、体温,跟踪身体状况。此外,医护团队还根据老人的健康档案进行个性化、专业化的健康指导、慢病管理、科普宣教等。

“上了年纪,老人身体基础都不是很好,还特别怕冷。三亚的气候环境很宜人,待在这里身体更舒服、睡眠更好。”杨先生告诉记者,他和妻子都已年过七旬,从2011年开始,经常从北京来海南过冬。今年5月,杨先生就“迫不及待”来到三亚康养,这个冬天将是他在海南度过的第9个冬天。

“第一次来三亚是1995年,工作之余度假过来旅游,一晃眼,如今三亚的变化真是越来越大,医养条



11月11日,三亚哈尔滨医科大学鸿森医院医护人员为“候鸟”老人杨先生检查身体。
本报记者 卢智宇 通讯员 张晓霞 摄

件越来越好。”对于如今在三亚的康养生活,杨先生频频点赞。

记者了解到,杨先生所住的凤凰华庭小区是由鸿森集团投资开发建设的医养结合型社区,包含居家养老服务中心、康养公寓、长者食堂,可满足入住长者日常生活照料、医疗服务、康复护理、精神陪伴、文化娱乐等全方位需求,与三亚哈尔

滨医科大学鸿森医院仅一墙之隔。现已建成集医、养、康服务于一体的示范基地,成为三亚乃至全省医养结合工作的示范单位。

除了提供日常医疗服务外,凤凰华庭小区还设有健身房、影音室、阳光泳池等,不定期举办歌舞表演、组织外出观光旅游、书画展、联欢会、节庆等活动,开设书法、绘画等

课程,开展健康讲座等……杨先生说,自己如今在三亚不仅仅是过冬,而是在康养旅游,享受生活。

去年5月,国家发展改革委、卫生健康委、中医药局联合公布《第三批国家区域医疗中心建设项目名单》。其中,北京大学口腔医院三亚分院、上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心海南医院入选第三批国家区域医疗中心建设项目;四川大学华西医院三亚医院入选国家区域医疗中心“辅导类”项目。随着这些国家区域医疗中心的加快建设,将国家高水平医疗机构的先进技术资源和高效管理模式平移三亚,加之本地医疗机构的提质升级,三亚乃至全省群众不用出远门就能享受“触手可及”优质医疗资源。

此外,为进一步做好基本医疗保险跨省异地就医直接结算工作,今年1月1日起,海南完善跨省异地就医直接结算办法,规范跨省异地就医直接结算工作,结算更便捷,流程更规范,待遇更有保障。如今,“候鸟”老人在三亚就医不仅有多重选择,还多了许多安心和保障。



三亚中心医院增设夜间门诊

本报讯(记者 刘盈盈 通讯员 林雁翎)近日,三亚中心医院增设成人、儿科夜间门诊,夜间新增急症儿科输液室、抽血室和留观室,满足群众就医需求。

“可以下班后带孩子来做雾化,看病的时间也缩短了很多。”市民王先生点赞道。记者从三亚中心医院了解到,近期因呼吸道感染就诊的成人与儿童患者明显增多,为保障

诊疗需求,三亚中心医院增设成人、儿科夜间门诊,就诊时间为周一至周五18时至22时。

此外,儿科门诊雾化室从8时至22时开展雾化、鼻腔冲洗、吸痰、机械辅助排痰及呼气一氧化碳检测项目,夜间新增急症儿科输液室、抽血室和留观室,优化就诊流程,力求让每一位就诊患者缩短就诊时间。

国产机器人妇科手术 首次在三亚实施 女子巨大子宫肌瘤被成功摘除



国产手术机器人辅助手术现场。

本报讯(记者 卢智宇)近日,上海儿童医学中心海南医院(三亚市妇女儿童医院)完成一例国产机器人辅助下巨大子宫肌瘤+双侧输卵管切除术。这是国产机器人在海南首次辅助完成妇科手术,不仅开启了该院妇科微创手术的新篇章,也意味着国产手术机器人多学科临床应用海南取得了新突破。

患者阿丽今年46岁,10年前彩超检查发现子宫肌瘤,由于肌瘤较小,也无特殊不适,就没在意。近期,阿丽出现腹部坠胀不适感,来到上海儿童医学中心海南医院(三亚市妇女儿童医院)妇科门诊就诊。检查发现,阿丽罹患的子宫肌瘤约10厘米并持续生长,子宫已如怀孕4个月大小。考虑阿丽已近绝经,肌瘤巨大且为I型粘膜下肌瘤,经充分沟通后建议切除子宫治疗。

“患者子宫肌瘤巨大,占据了大部分盆腔,选择传统开腹手术创伤较大,且会留下明显疤痕,如果选用腹腔镜进行微创手术,其操作局限性又易造成手术盲区。反观开展机器人辅助手术则具有创伤小、出血少和恢复快等优势。”经与上海市第一妇婴保健院专家讨论沟通,上海儿童医学中心海南医院(三亚市妇女儿童医院)最终决定用国产四臂腹腔镜手术机器人为阿丽行微创手术。

“在保证治疗效果的基础上守护女性的美丽,实现患者生活质量改善。”上海市第一妇婴保健院派驻三亚的妇科执行主任刘娜介绍,国产手术机器人具有先进的成像系统,可以提供10倍光学放大的高清视野,实现裸眼3D成像;执行手术操作的机械臂系统拥有7个自由度,可以稳定滤除术者的生理震颤,可转腕式手术器械提供了人手无法比拟的稳定性及精确度,可辅助术者在狭小的腔体内完成多种高难度操作,利于医生充分发挥自身手术水平与技巧,完成精细化、高难度的复杂手术。

在国产手术机器人的辅助下,医护团队耐心、细致、精准地完成游离、电凝、切除、缝合等手术操作,最大限度地减少术中出血。整场手术历时近5个小时,切除后的子宫重量为560g,超正常子宫约11倍。术后第一天,阿丽在家属搀扶下已能下床活动,目前恢复良好。

“在妇科领域,手术机器人已完全能够辅助医生开展子宫切除、子宫脱垂类疾病的盆底功能修复等手术治疗,极大提升了妇科疾病诊疗水平,造福广大患者。”上海第一妇婴保健院妇科肿瘤科主任郭晓青介绍,机器人辅助手术已经成为现代医学领域最受瞩目的新兴技术之一,具备手术治疗精准、高效、低风险等优势,正被越来越多的医生和患者了解及接受。

“为进一步推进优质医疗资源下沉,目前上海市第一妇婴保健院正在积极布设远程机器人手术平台。今后,上海专家在当地就能为三亚患者远程实施手术,将进一步加速三亚与上海的医疗同质化进程,为海南居民健康助力。”上海儿童医学中心海南医院(三亚市妇女儿童医院)相关负责人表示,下一步,将充分利用国产手术机器人等设备,开展更多智能化、数字化、信息化医疗服务,更好地满足医患群体对更高水平、更多样化的医疗服务需求。

文明旅游 红黑榜

黑榜 垃圾随手丢 环境遭了殃



近日,在临春河公园河边,散落着不少空酒瓶、袋子和食物残渣。这种乱扔垃圾的不文明行为,不仅让公园美景“破了相”,还让城市形象“蒙了羞”。

本报记者 袁永东 摄

红榜 “小手”捡垃圾 文明在心中



近日,在吉阳区临春河公园,一名随大人散步的小女孩将地上的啤酒瓶捡起,准备扔到垃圾桶内。小女孩此举,捡起的是垃圾,传递的是文明与美德。

本报记者 袁永东 摄

用辛勤劳动 唱响我们的时代主旋律



在 希 望 的 田 野 上