

擦亮党建品牌 优化服务举措 构建基层治理新格局

基层治理的“最后一公里”，联通党心民心。近年来，宜秀区大桥街道红光社区坚持党建引领，积极探索基层治理新路径，创新打造“红心闪耀 星光领航”党建品牌，通过筑牢“红心”堡垒、织密“网格”服务、激活“信用”动能，构建起共建共治共享的基层治理新格局，让社区居民获得感、幸福感、安全感持续提升。

“红心”领航 筑牢基层战斗堡垒

社区是党联系群众的桥梁和纽带。红光社区党总支始终将党的建设作为治理的“根”与“魂”，深入实施“红心头雁”工程，通过“三会一课”、主题党日及远程教育“红色课堂”等形式，让党员教育“活”起来，不断提升“两委”班子履职能力。为把服务触角延伸到每位居民身边，社区组建“红心志愿队”，吸纳离退休党员、青年志愿者等力量，发挥特长优势，常态化开展政策宣传、法律咨询、扶危助困等活动。

今年以来，红光社区通过党员带头，有效调解各类矛盾纠纷20余起，做到“小事不出网格，大事不出社区”，让“红心”在服务一线熠熠生辉。

“网格”聚力 破解群众急难愁盼

红光社区既有居民区，也有阿里二手车市场、1231钢材大市场等商圈，治理难度较大。为此，该社区创新服务模式，建立“1+2+4”全覆盖网格架构（1个社区党总支、2个党支部、4个微服务网格）。依托“微网格”，社区开展“微管理”“微服务”，网格员通过日常走访，建立群众“需求清单”和“问题清单”，聚焦道路出行、就业服务、环境整治等民生实事。针对居民反映强烈的红光路沿线垃圾偷倒问题，社区迅速响应，通过安装围挡、增设监控、网格员常态化巡查等措施，彻底解决这一“顽疾”，还居民一条干净整洁的出行路。

红光社区还积极探索“商居融合”治理模式，通过“红心车站”等载体，联动非公党组织，为辖区企业提

供安全生产指导、普法宣传等服务，持续优化营商环境，实现社区与商户互利共赢。

“信用”赋能 激发社区治理活力

红光社区将党建引领信用社区建设作为提升治理水平的重要抓手，创新“信用+”应用场景，联合社区卫生服务站、便民超市打造信用积分兑换体系。“真是没想到，讲诚信不仅能换来荣誉，还能免费量血压、领礼品！”在红光社区卫生服务站，AAA级信用户张阿姨感慨道。通过将信用等级与实实在在的福利挂钩，社区引导居民遵守村规民约，积极参与移风易俗、环境整治等志愿活动，不断提升居民荣誉感与参与感，在全社区营造“人人争当信用户、人人参与社区治理”的浓厚氛围。

“实事”惠民 夯实幸福生活根基

治理成效，最终体现在民生福祉

提升上。红光社区坚持“干”字当头，面对发展空间受限的困境，盘活闲置用地，将10余亩土地打包出租，壮大集体经济，反哺民生建设。在服务“一老一小”方面，该社区细化服务举措，常态化开展“敲门行动”关爱孤寡老人，并联合政协委员工作室、社区卫生服务站开展多场义诊活动，邀请专家提供“三科联动”健康服务，让老年人在家门口就能看上“专家号”。同时，依托新时代文明实践站，开展“好婆婆、好媳妇”“最美家庭”评选及丰富多彩的文化活动，以良好家风带动淳朴民风，让文明新风吹遍社区每个角落。

从“红心闪耀”的党建领航，到“星光惠民”的网格服务，再到“诚信共赢”的社区新风，红光社区正以坚实步伐走出一条独具特色的基层治理之路。下一步，红光社区将继续擦亮党建品牌，不断优化服务举措，让社区治理更有力度、更有温度，奋力谱写党建引领社区高质量发展的新篇章。

全媒体记者 汪秀兵
通讯员 吴愿平



特色养殖 助农增收

5月15日，望江县吉水街道清泉村甲鱼养殖基地，养殖户正在孵化室内查看甲鱼长势。该基地依托本土资源优势，深耕特色养殖赛道，养殖规模稳步壮大，年产量可达80万斤，同时吸纳周边20余名村民就近务工，助力务工群众人均增收6万元，以特色富民产业激活乡村振兴新动能。

全媒体记者 江胜
通讯员 赵海军 摄

新闻传真

把认证服务送到群众家门口

本报讯 5月15日，桐城市大关镇金山村新时代文明实践站组织志愿者开展养老保险待遇资格上门认证服务，重点为村内残疾、高龄及行动不便老人办理认证，用贴心行动解决特殊群体“出门难、认证难”的实际问题，让养老服务更有温度。

虽然线上认证便捷，但金山村部分残疾老人、高龄老人因肢体不便、视力不佳或不会操作智能手机，且子女多在外务工，一直无法自己完成人脸识别认证。为确保养老金按时足额发放，该村摸排梳理全村残疾、卧床、高龄等特殊群体名单，明确上门认证对象，确保不漏一户、不落一人。5月15日，志愿者携带智能手机，挨家挨户上门服务。面对行动迟缓、卧床不起的残疾老人，志愿者凑近床边，细心完成认证操作。认证过程中，志愿者还贴心询问老人的身体状况和生活需求，并讲解养老保险政策和防诈骗知识，叮嘱老人注意安全。

打造长三角生物医药产业新高地

本报讯 近年来，安庆生命科技园坚持创新驱动、绿色安全、集群发展，深耕专业化园区运营，持续推动生物医药产业提质扩容，正加速成长为长三角生物医药产业创新发展的重要增长极。

安庆生命科技园聚焦生命科技主业，以生物医药、高端医疗器械、绿色合成新材料为主导方向，不断完善产业生态，强化链式布局。目前，该园区已吸引迪合永欣、诺全、康正康元等30余家高新技术企业入驻，构建起覆盖研发、中试到产业化的完整链条，产业集聚效应日益凸显。安庆生命科技园深化

校地合作，联合哈尔滨工业大学无锡新材料研究院、安庆师范大学等科研院所，打造产学研用一体化创新生态，重点建设生物医药联合实验室、协同创新中心两大标杆平台。围绕企业实际需求，该园区搭建起“技术研发—中试转化—产业应用”全链条服务体系，提供技术攻关、专利成果转化、人才梯度培养等12项专业服务，助力企业突破关键技术，加速成果转化。

在优化营商环境、服务企业企业发展方面，安庆高新区与安庆生命科技园协同发力，创新构建营商服务新体系。（通讯员 胡芳）

保障通信畅通 护航体育赛事

本报讯 2026年“中国皖山水”骑行赛·安庆滨江站暨“上河院杯”安庆市首届自行车公开赛于5月17日在安庆市滨江夜市鸣笛开赛。在市通信发展办公室的牵头统筹下，安庆铁塔公司周密部署通信保障工作，顺利完成了赛事护航任务。

针对赛道长达54公里、沿线网络环境复杂、人流密集的特点，在市通信发展办公室的统一协调下，安庆铁塔公司提前与三家运营商对接，结合赛道布局及起终点、补给点、观赛点等关键节点，专项制定了通信保障方案。该公司成立专项保障小组，围绕赛道全段，对沿线的基站进行多轮排查和测试，并完成了赛前设备巡检与应急演练。赛事期间，保障团队实行“定点值守、流动巡检、后台监控”三位一体的保障模式，配合三家运营商实时监测基站运行指标，快速响应各类突发情况，全力保障赛事直播、调度指挥、计时计分以及公众通信的畅通。

下一步，安庆铁塔公司将持续强化与运营商的协同联动，不断完善重大活动通信保障机制，为各类体育赛事及重要活动提供更加优质、可靠的通信服务。（通讯员 方鸾）

ICU：生命防线的守护与温度

胡荣荣

在很多人的印象里，重症监护室（ICU）是医院里一扇紧闭的神秘大门，住进ICU就意味着病情危重、濒临死亡。实际上，ICU从来不是生命的终点站，而是守护危重患者、对抗死神的一道生命防线。今天，我想从一名护理人员的视角，带大家走进真实的ICU。

这里没有昼夜之分，医护人员24小时不间断值守，定时为患者翻身、吸痰、清洁，实时监测生命体征并随时调整用药。即使在深夜，我们也能从监护仪上精准捕捉每一个细微波动，做到早发现、早干预、早治疗。

那些密密麻麻的仪器设备并非冰冷的摆设，而是读懂生命的辅助工具。每一台设备都是守护生命的利器：

呼吸机：当患者因严重感染、心衰或肺损伤无法自主呼吸时，呼吸机就像一个“人工肺”，帮助维持呼吸功能，为肺部争取修复时间。很多人担心使用呼吸机会带来痛苦，但请理解，这并不意味着“插管就危险了”，而是让身体在渡过最艰难阶段时得到必要的支持。医生会合理使用镇痛镇静方案，减轻不适感，改善睡眠，促进康复。

血液净化设备：替代受损肾脏功能，过滤血液中的毒素、代谢废物，常用于重症肾衰竭、重度中毒患者。

输液泵/微量泵：精确控制药物输注的每一个环节，确保最佳疗效，同时将副作用降到最低。

除此之外，重症监护室还配备有心电监护、除颤仪、纤维支气管镜、血

气分析仪、床旁超声、ECMO等一系列急救设备。这些设备共同构成了ICU强大的生命支持系统。

重症监护室为什么不让随便探视？这是很多家属最不理解的问题。从情感上讲，我们完全理解家人希望陪伴亲人的心情。但从医学角度看，严格的探视制度是对患者生命安全的最高级别保护。

首要原因是控制感染风险。ICU患者的免疫力极低，普通人身上携带的常见细菌对健康人无害，却可能给患者带来致命感染。频繁探视会增加空气中细菌的密度，引发交叉感染。我们限制探视、严格消毒，不是冷漠，而是保护——就像新生儿需要无菌的保育箱一样，这些脆弱的生命需要一个尽可能纯净的环境来争取康复的机会。

其次保证患者休息和治疗秩序也是重要考量。重症监护室内设备运行精密，需要安静稳定的环境。探视过程中的交谈、走动、情绪波动都可能影响患者病情和设备正常运行。同时，ICU的抢救和操作频繁，医护人员需要集中精力投入救治，频繁探视会干扰工作节奏。

重症监护室并非完全封闭，目前许多医院都设有固定的探视时间，家属可以在规定时间进入探视。有的ICU还配备了视频探视系统，让家属即使不能进入病房也能看到亲人的情况。限制探视不是隔绝亲情，而是以专业的方式守护生命。

在重症监护室工作多年，我经常听到家属焦急地问：“我家人怎么突

然胡言乱语了？是不是病情加重了？”其实，这种现象在医学上称为“ICU谵妄”，是一种急性脑功能障碍。

谵妄不是精神病，也不是痴呆，而是身体在严重疾病打击下，大脑功能暂时性“短路”的表现。患者可能会出现意识混乱、注意力不集中、昼夜颠倒，甚至产生幻觉，比如觉得天花板上爬满虫子，或坚信有人要害自己。

为什么重症患者容易发生谵妄？主要原因有三方面：一是疾病本身的影响，如严重感染导致的炎症反应会影响大脑功能；二是ICU环境的持续刺激，24小时的灯光和此起彼伏的报警声让大脑难以正常休息；三是某些镇静镇痛药物的副作用。

了解了谵妄的原因，我们在护理中会采取多种措施来预防和干预：白天保持病房明亮，夜间调暗灯光，帮助患者区分昼夜；将护理操作尽量集中在白天，夜间减少不必要的检查，让患者有机会连续睡眠；鼓励家属通过探视或视频与患者交流，用熟悉的声音和面孔帮助患者“找到频道”。

ICU的核心不是治愈某一种疾病，而是保住生命、稳住体征、逆转危象。ICU不仅是医疗技术的缩影，更是人文温度的载体，它没有大众想象中那么恐怖，也并非绝境的代名词。它是现代医学为人类筑起的最后一道生命防线，是危重患者的避风港。愿每一个顽强的生命，都能冲破病痛桎梏，重获新生。

（作者单位：安庆市立医院重症医学科三病区）

睡不好：被忽视的卒中后睡眠障碍

汪步玲

提起卒中中，很多人第一时间会想到肢体瘫痪、言语不清、吞咽困难。但有一个同样折磨人、却常被忽视的“隐形后遗症”，正悄悄影响着半数以上的患者，那就是——卒中后睡眠障碍。今天就带大家全面认识这个不容忽视的难题。

卒中后的睡眠障碍有多种类型，包括卒中后失眠、睡眠呼吸暂停、日间过度嗜睡、睡眠-觉醒节律紊乱及异态睡眠（包括快速眼动睡眠行为障碍和不宁腿综合征）。睡眠由大脑精密的网络调控。卒中后无论出血还是梗死，一旦损伤到睡眠相关脑区（如丘脑、下丘脑、脑干等），就会直接破坏睡眠-觉醒机制。同时，卒中还会打乱多种神经递质（如多巴胺、褪黑素等）的平衡，让入睡和维持睡眠变得困难。此外，一系列继发因素也会推波助澜：肢体瘫痪、关节挛缩或神经痛让人躺卧时疼痛难忍；夜间翻身困难，一个姿势久了会难受醒来；吞咽障碍和呼吸肌力减弱容易导致气道塌陷，诱发或加重睡眠呼吸暂停。更关键的是，卒中后几乎半数患者会出现抑郁或焦虑情绪，而这些情绪障碍与失眠往往互为因果，形成恶性循环。加上住院环境嘈杂、对疾病的担忧、活动减少、白天光照不足等，都会悄然侵蚀着我们的睡眠。

如果把卒中康复比作修路，睡眠就是对公路的养护时

间。长期睡不好，身体会付出沉重代价：阻碍神经修复、增加复发风险、加重认知和情绪问题及升高意外与死亡风险。因此，关注卒中后的睡眠，并不是奢侈，而是康复治疗的核心内容之一。好消息是，卒中后睡眠障碍是可防、可查、可治的。及早识别并干预，不仅能改善睡眠，还能为整体康复铺路。科学找回安稳睡眠，可以这么做：

精准识别，做必要检查。家属要特别留意患者的鼾声中有无反复的呼吸停顿、夜间有无异常喊叫或动作、白天是否嗜睡得厉害。如果怀疑，可到神经内科、睡眠门诊就诊。医生会详细问诊，必要时安排多导睡眠监测，明确有无睡眠呼吸暂停、周期性肢体运动等问题，这是选择治疗方案的基础。

非药物综合干预是基石。首先，“把好呼吸关”。如果确诊阻塞性睡眠呼吸暂停，持续气道正压通气（呼吸机）是首选的、证据最充分的治疗，能有效消除夜间缺氧，降低复发风险、改善认知。许多患者初用觉得不习惯，在专业人员指导下调整面罩和参数，慢慢就能从“被呼吸机带着睡”变为“离不开呼吸机”。其次，要“重建睡眠节律”。白天尽量拉开窗帘，接受充足光照，在安全前提下进行户外活动；即便休息也要避免长时间卧床。晚间保持环境安静、昏暗，睡前1小时关闭电视和手机。固定上床和起床时间，哪怕夜间没睡好，第二天也按点起床，逐渐“拨正”生物钟。再次，要

“改良睡眠习惯”对于失眠，认知行为疗法是公认的一线方案，包括限制卧床时间、建立“床只用来睡觉”的条件反射、纠正错误睡眠观念、学习放松训练（如腹式呼吸、渐进式肌肉放松）等。避免睡前2小时大量进食、饮水，下午后不碰咖啡、浓茶；然后，要积极“应对不适症状”，处理疼痛、痉挛、夜尿等问题，可配合康复治疗、辅具和必要的药物减轻夜间困扰。最后，给予“心理支持”，卒中后抑郁焦虑常与失眠交织，及时寻求心理干预、家人陪伴和鼓励，非常重要。

药物选择务必谨慎。一些传统安眠药可能加重睡眠呼吸暂停，或造成次日嗜睡、肌松无力，增加跌倒风险，还可能影响神经恢复。因此，切勿自行购买安眠药或长期依赖。如果确实需要，医生会根据病情选择相对安全的药物（如褪黑素受体激动剂、特定抗抑郁药等），并在最短时间内用最小有效剂量，配合非药物疗法逐渐停药。

卒中后的康复是一场漫长的战斗，而睡眠是身体自愈的天然良药。不论是患者本人还是照护者，都不要把“睡不好”当作无法改变的常态。当您或家人出现睡眠困扰，请及时告诉医生，把它当成和血压、血糖、肢体功能同等重要的“指标”来对待。处理好睡眠问题，就是为大脑的修复按下了“加速键”。愿每一位坚持在康复路上的人，都能重获一夜安眠和更有活力的明天。（作者单位：安庆市立医院神经内科）

健康百科

