

“宁波样本”火出圈！

江北云鹭湾上榜全国完整社区案例

昨日，住建部公布第三批完整社区案例名单，全国共10个社区上榜，江北云鹭湾是宁波市唯一上榜的社区。这个藏在江北慈城新城的社区，凭什么能从全国社区里“杀出重围”？记者进行了详细了解。



云鹭湾中心湖。

1 把居民需求放在首位 服务精准到家

云鹭湾社区面积38公顷，由江枫雪月、林霞溪雨等8个小区组成，总居民户数3114户，常住人口约8129人。

据了解，云鹭湾社区“出圈”的主要原因之一，就是把“居民需求”放在C位！社区干部们下足功夫收集居民意见，线上问卷、线下畅聊，开了21场座谈会、收了1731份问卷，把居民的吐槽和心愿都装进“百宝箱”。

发现问题就改！小区老人们反映活动场地少，社区二话不说把闲置幼儿园改造成邻里中心，24小时健康e站、托育

中心、社区食堂、城市书房、室外灯光球场、室内百姓健身房，统统配齐。

孩子没地方玩耍？中心湖广场5000多平方米的绿地，直接升级成全龄乐园，老人晒太阳、儿童嬉戏、年轻人夜跑，各玩各的不耽误。

社区直接画了一个“15分钟生活圈”——也就是从家步行出发，在15分钟内，就能满足托育、就餐、就医、健身等需求。依托社区用房的改造，在2500平方米的空间内，打造了社区邻里中心，集社区服务、居家养老、社区食堂等于一体。

2 生态+智能双开挂 “住在景区里”是什么体验？

云鹭湾社区背靠慈城古县城，面朝中心湖，本就是天然的“氧吧”。为了让居民获得居住的幸福感和获得感，结合中心湖的地理优势，社区将其改造成“会呼吸的健身房”——打造环湖健身跑

道、灯光球场，为居民的夜间健身提供便利。

对于社区安全这块，社区装了120多个“天眼”，高空抛物、电瓶车进楼、消防通道占用等问题，都“智”管起来。

3 老漂族当“主角” 社区治理“玩出花”

云鹭湾社区，本地人与新宁波人的比例约为6:4，其中，在新宁波人中，随子女一起迁来的“老漂族”，占比高达40%。

如何让这些随子女迁居而来的老人们，尽快融入社区大家庭？云鹭湾社区开启了一系列对“老漂族”的花式宠爱——社区专门孵化“银发志愿者队”，通过200场志愿活动，服务了1.5万余名居民，让“老漂族”在志愿活动中频频亮相；成立29个邻里社群，让“老漂族”站上了舞台中央，成为了社区耀眼的“明星”——组织跳广场舞、教用智能手机、帮年轻人带娃，350余场活动下来，让“老漂

族”在宁波活出了属于自己的精彩。

此外，为了方便居民家中的日常维修、购物等问题，社区党委推动“先锋之鹭”党建联建，把物业、志愿者、商家全拉进群，8个小区统一物业管家，线上线下服务无缝衔接，居民报事报修、社区团购，动动手指就能解决。

“从陌生人”到“一家人”，这样的宝藏社区，谁能不爱？云鹭湾的成功不是终点，而是宁波给全国社区递出的“优秀答卷”。

记者 周科娜
通讯员 徐彤 茅文韬 文/摄

拉美专家来甬交流肥胖症诊疗

宁波二院展示“中国方案”获赞誉

4月14日，一场跨越东西半球的医疗交流活动在宁波市第二医院拉开帷幕。来自巴西、委内瑞拉、哥伦比亚等拉美国家的31位医疗专家组成的代表团，与中国同行们展开深度对话，共同探讨肥胖症诊疗的前沿经验。

参观交流过程中，拉美医疗专家对宁波二院减重代谢外科及胃肠外科中心首席专家陈平团队展示的“中国方案”作出高度赞誉。这支深耕减重领域多年的团队，近年来平均每年完成减重手术百余例，以微创技术帮助大量患者破解了“肥胖困局”。



拉美医疗代表团与市第二医院医生展开探讨。

1 跨国交流碰撞智慧火花，共探肥胖诊疗前沿

活动期间，拉美医疗代表团与宁波二院胃肠外科、减重代谢外科中心、内分泌科等相关科室的25名医生齐聚一堂，围绕医疗系统建设、减重手术现状与技巧等话题展开深入探讨。会后，拉美医疗专家还参观了宁波二院减重代谢外科中心。整洁先进的病区环境、完备的医疗设施，给他们留下了深刻印象。

当天，拉美医疗专家还观摩了陈平团队的减重手术。接受手术的是两位年轻男性患者，其中一位27岁的患者，体重240斤，身高1.74米，BMI值达到39.64kg/m²；另一位25岁的患者，体重266斤，身高1.83米，BMI值为39.71kg/m²。他们均合并有糖尿病、脂肪肝、呼吸睡眠暂停综合征等多种疾病，肥胖给他们的生活带来了极大困扰。

术中，陈平、周斌、徐洪鑫团队采用小三孔的方式，通过一系列精细操作顺利完成腹腔镜手术。由于微创效果好，预计两位患者术后很快便能出院。观摩结束后，来自巴西圣保罗阿尔伯特·爱因斯坦医院的Sergio Santoro医生赞叹道：“这是非常成功的手术，我认为对患者会有很大的帮助。”

“在我看来，贵院正朝着建设肥胖症诊疗卓越中心的目标稳步迈进，你们的实践与全球前沿标准高度契合。另一方面，中国完全具备迅速引领肥胖治疗技术创新的雄厚实力。”作为此次代表团团长的Marcelo de Paula Loureiro（马塞洛·德·保拉·洛雷罗）高度评价了陈平团队在肥胖症诊疗方面的水平，并表示未来双方可以共同推进科研协作与教学项目，在肥胖症诊疗合作中走得更深更远。

2 突破“肥胖围城”：用手术刀雕刻生命曲线

国家卫生健康委监测数据显示，我国成人超重率已超过34%，肥胖率也达到16%以上，两者合计占比超过50%，如果这个趋势得不到有效遏制，预计2030年我国成人的超重肥胖率将超过70%。

肥胖可不是简单的身材问题。肥胖与心血管疾病、糖尿病、脂肪肝等多种疾病的发生发展密切相关，还会增加抑郁症、焦虑症等心理问题的风险。宁波二院减重代谢外科中心专家徐洪鑫接诊过不少肥胖人士，他说：“很多‘胖友’并没意识到肥胖是一种疾病，更没想过要接受相关治疗，包括手术治疗。这是需要引起高度重视的。”

那么，哪些患者适合做减重手术呢？陈平介绍，根据《中国肥胖及代谢疾病外科治疗指南（2024版）》，对于BMI值≥32.5kg/m²的患者，强烈推荐行减重代谢手术；对于27.5kg/m²≤BMI值<32.5kg/m²合并代谢综合征、2型糖尿病等肥胖相关合并症的患者，推荐行减重代

谢手术；对于25kg/m²≤BMI值<27.5kg/m²且合并2型糖尿病，经改变生活方式和药物治疗难以控制血糖且合并肥胖相关合并症的患者，需评估胰岛素分泌功能，经多学科综合治疗协作组评估及伦理审批后慎重开展手术。

在减重手术方面，陈平团队已有丰富经验积累。早在2018年该团队就开展此类手术，近几年的年均手术量达100台以上，其中不乏帮患者减重50甚至100斤以上的案例。展望未来，陈平表示：团队将继续打磨手术技术，加强多学科协作，为患者提供更精准、更个性化的治疗方案；同时，团队还将积极与国际同行交流合作，学习借鉴先进经验，不断推动肥胖症诊疗水平的提升。

“无论是否接受手术治疗，良好的生活方式都必不可少，只有建立良好的生活方式，才能达到长期的体重管理与控制慢病的目的。”陈平反复强调道。

记者 吴正彬 通讯员 章海鹏