



闲置小屋改造前。



闲置小屋改造后。

闲置小屋变身暖心驿站 “邻里宝盒” 汇聚邻里温情

“这个‘宝盒’真好，里面便民服务真多。”近日，镇海骆驼街道新时代文明实践所、中街社区共同举办“以益汇友”社区公益市集暨“邻里宝盒”体验日活动，修伞、理发、义诊等多项便民服务集中亮相，居民在家门口就能享受贴心服务，小小的便民驿站处处涌动着公益暖流。



开展便民服务。

1 6平方米的老旧用房变身邻里“资源汇”

今年5月，中街社区“邻里宝盒资源汇”正式投入运行。这间仅有6平方米的小屋，前身是一处闲置多年的老旧用房。社区盘活闲置空间，把小屋打造成共享阵地，一侧设立“微笑工具角”，扳手、电钻、卷尺等维修工具一应俱全；另一侧打造“共享日用站”，轮椅、拐杖、折叠椅等便民物资整齐摆放。所有物资全部来自党员群众、爱心商户与共建单位的无偿捐赠，闲置物品在这里重获新生，实实在在解决居民生活里的急难小事。

不同于简单的物品租借，中街社区把“邻里宝盒”升级为邻里“资源汇”，实现汇物、汇能人、汇服务三位一体。同时，中街社区依托“银耀邻里”文明品牌，邀请身怀手艺的老党员、退休老手艺人等登上“能人榜”，让“银耀力量”成为宝盒最珍贵的财富。

66岁的俞菊芬是榜上的骨干志愿

者。一把剪刀、一台缝纫机，十多年缝补手艺温暖街坊。居民裤脚过长、书包拉链破损，只要找到她，总能及时修好。57岁的张仲荣靠着一手配钥匙、修锁换锁的绝活，成为邻里应急“急先锋”。只要网格员接到求助电话，他就背着工具包上门服务，独居老人门锁坏了、住户忘带钥匙，他都随叫随到。

针对高龄独居老人行动不便的难题，“邻里宝盒”推出上门服务机制。83岁独居老人任月珍出门理发十分不便，网格员摸排需求后，立刻向“银耀”志愿服务队派发服务工单。第二天，志愿者带着工具上门，在家中为老人修剪头发。“我腿脚不便出不了门，没想到志愿者直接到家里理发，太暖心了！”任月珍连连点赞。目前，上门理发、代购代办等项目已经纳入常态化服务清单，居民一通电话，网格员接单、手艺人上门，把服务送到家门口。

2 不仅覆盖日常琐事还延伸到应急保障

“邻里宝盒”的暖心服务不仅覆盖日常琐事，还延伸到应急保障。台风来袭期间，居民外出采购受阻，社区物业化身“宝盒微管家”，在线上居民群征集采购需求，统一汇总清单集中采购，再逐户送货上门。风雨之中，志愿者把米面果蔬送到家家户户，织起一张应急便民服务网，保障特殊天气里居民生活无忧。

为了让互助服务长久运行，社区搭建起多方共治闭环机制。“宝盒微管家”认真登记物资租借台账；中小學生组成“文明小使者团”，定期打扫内外卫生；辖区爱心单位、热心居民持续捐赠物资，成为稳定的“共享合伙

人”。网格员定期梳理借阅记录，收集居民共性诉求，不断更新扩充服务项目。

据了解，“邻里宝盒资源汇”采用“1+N”服务网络架构，以改造后的闲置小屋为主阵地，在各个小区物业点、爱心商户设置多个便民服务网点，联合医院、银行、物业等共建单位，开设医疗义诊、法律咨询、物品租借、缝补维修等五大类服务。所有服务明码标价，收费普遍低于市场价，高龄、残疾等特殊群体还可预约上门服务，价格提前公示，坚持公益惠民原则。

记者 郑凯侠
通讯员 张超梁 潘志杰
宋望笑 文/摄

六院
专科专科

7年7次骨折！9000万名国人正在被这种“沉默杀手”偷袭

你有没有听过一种病：没有任何预兆，抖下被子、平地轻轻一撑，骨头就断了。中国居民骨质疏松症流行病学调查(2018年)数据显示，全国骨质疏松患者约9000万，骨量低下人群超2亿。

10月20日是世界骨质疏松日，今年主题聚焦“骨肌同管，共促健康”。宁波市第六医院党委副书记、宁波市医学会骨质疏松和骨矿盐疾病分会主任委员陈剑明教授提醒，骨质疏松绝非简单的年纪大了，骨头变差，它是可防可治的慢性病。



陈剑明正在坐诊。医院供图

沉默的流行病，绝大多数脆性骨折早期没有预警

之所以被称为“沉默的杀手”，是因为骨质疏松早期几乎没有明显症状，多数人直到发生骨折才知道自己患病。和车祸、高处坠落带来的暴力骨折不一样，骨质疏松带来的脆性骨折，不需要猛烈撞击，日常微小外力就足以压碎椎体。

防治模式升级，从“治骨折”到“管全程”

“骨质疏松的防治不是老年人的专利，而是贯穿一生的课题。”陈剑明教授强调，人的骨量在30岁到35岁左右达到峰值，相当于一生中的“骨银行”，年轻时存得越多，中老年后骨量流失的缓冲空间就越大。

面对骨质疏松防治的痛点，宁波市第六医院作为骨科专科医院，正在探索从“治骨折”到“管骨健康”的全链条管理模式，很多实践走在区域前列。

医院将AI脊柱侧位片筛查下沉至基层卫生机构，在常规胸片体检中加

门诊里，陈剑明教授就接诊过一位令人唏嘘的79岁老太太。7年时间，她先后遭遇7次骨折，8处骨骼接受手术。多数受伤时都没有重大意外，有时只是抖一抖被子，有时是手肘轻轻撑了一下，椎体就发生压缩。检查结果显示，她的骨密度T值低至-4.5，远远小

拍脊柱侧位，依托较早落地的AI智能读片系统自动识别椎体压缩骨折，为老年人体检增设骨健康筛查环节，项目在鄞州区姜山、五乡、东柳等点位推进以来，已筛查出多例既往未发现的椎体骨折患者并及时启动干预。同时医院推行标准化的骨折联络管理服务(FLS，系统化、标准化的骨质疏松症管理模式)，在处置骨折损伤的同时，借助信息化手段开展风险筛查，主动识别骨折后未确诊骨质疏松的高危人群，提供个体化用药指导、骨健康宣教

于-2.5的骨质疏松诊断阈值。

“最可惜的是，很多人第一次骨折后没有重视骨质疏松的规范管理，很快就会出现第二次、第三次，形成瀑布效应。”陈剑明教授提到，发生过脆性骨折的患者，如果不进行规范干预，两年内再次骨折的比例超过20%。

与长期随访，阻断反复骨折的恶性循环；并发挥区域骨松临床诊疗指导中心作用，联动基层医疗机构搭建双向转诊通道，打通骨松慢病分级诊疗链条。

“不要等到第一次骨折才开始保护骨头，已经骨折的人，更要重视全程管理。”陈剑明表示，骨质疏松的防控从来不是单靠医生就能完成的事，需要每个人建立终身护骨的意识，也需要基层筛查、规范诊疗、长期管理的体系支撑。记者 任诗妤 通讯员 赵蔚