



## 齐鲁和谐使者刘娟娟: 为“老小孩”筑起幸福暖巢

“以心换心，用心暖心。站在他们的角度，用同等的方式去理解他们，真心实意对待他们，他们也会给予我们温暖与感动。”从2013年开始，莱西市康馨护理中心护士刘娟娟已经在养老服务行业工作了整整十个春秋。面对一群高龄的“老小孩”，刘娟娟甚至比对待自己的孩子还要温柔。她处处记挂着，用专业的技能成为老人健康的守护者……近日，刘娟娟被评为第五届齐鲁和谐使者，她说：“人都有老的那一天，被需要也是一种幸福。”

### 1 专业护理知识 守护老人健康晚年

刘娟娟出生于1982年，和大多数护理专业毕业生一样，四年大学毕业后的她进入到医院，成为一名白衣天使。过硬的职业素质和扎实的专业技能，让她很快成为医院里的中坚力量。2013年，在得知莱西市市立医院设立康馨护理中心非自理区照护楼时，刘娟娟主动请缨，申请承担此项养老护理工作。“在医院里像我这样的护士很多，但是养老院里却缺乏，我就想利用自己五年来的临床经验，让老人在晚年得到专业照料，生命质量得到保证。”

为了照顾好这些失能老人，她运用自己在医学院校所学的专业护理知识，给了老人最用心的护理，当年即使怀孕八个多月，她仍然坚持在养老一线的工作岗位上。“我曾经护理过一位因患‘类天疱疮’全身长满褥疮的老爷爷，老人从家中送来时已经奄奄一息，持续高热，身上各处水疱都已经化脓感染了。”刘娟娟告诉记者，当时这位老人已经被医院下了病危通知书，家属甚至放弃了希望。但面对这种情况，她却毫不犹豫地将老人收到了自己的护理区域，从此日夜守护，一口口给老人喂饭，一点一点地翻身，一处一处地清理疮面，涂抹药膏。“最后老人康复了，可以说是从死亡的边缘拽了回来，那一刻，感觉做的一切都值了。”

从年龄上看，刘娟娟是老人眼中的“小孩”，但在实际工作中，老人反倒更像她眼中的“小孩子”。刘娟娟说，相互的信任是在日常点滴的陪伴中一点点建立起来的，“和老人相处其实没什么秘诀，只要真心实意地对待他们，多站在他们的角度去思考问题，很多事情自然就好办了。”

刘娟娟告诉记者，最初从事老年护理时，家人们曾有过不理解，为什么护理专业本科毕业的她，放着好好的医院不

### 2 创新服务思路 细微中播撒温暖

刘娟娟告诉记者，自己刚从事老年照护工作时，正是养老机构医养结合模式的起步阶段，如何更好地守护老人健康、让老人享受幸福的晚年生活，是每一个养老人都在思考的问题。“老年护理涉及的学科很庞杂，包括老年病学、药学、社工、康复护理等，只有自身学习更多的东西才能去服务更多人。”刘娟娟说。

2017年，刘娟娟到澳大利亚学习护理教育，回国后，她在自己的岗位上，不断摸索总结经验，结合国外所学知识，先后开创了“护士管理护工”、“阳光浴”的服务模式。“针对老人骨质疏松、容易骨折的问题，我们推行了‘阳光浴’服务，将长期卧床老人每天定时推到户外晒太阳，使老人的生活质量得到了提高。”刘娟娟说，护理不是

### 3 真心爱上养老 期待服务更多老人

待，愿意去做伺候老人的活？而现在，刘娟娟坦言，干了十年养老，当很多人陆续离开这一行业时，她却是真真切切爱上了这一行。在她看来，让更多老人有一个幸福有尊严的晚年，为更多家庭减轻负担，就是她做这份工作的最大价值。

“有所突破，才能走得更远。”对于未来，刘娟娟还有很多想法，“希望能服务更多老人，用自己的爱和知识，让老人们体味更多的温暖。”记者 许瑶

## 智慧出行，如何与老同行

老年人打车24小时服务专线，老旧小区加装电梯，社区街道配备爬楼机……近期，在全国多地老年人出行服务情况调研中发现，各地正在为老年人享受安心便捷出行探索新路。

### “一键直达” 跨越楼梯之困

70岁的文先妮家住重庆市綦江区一个老旧小区。今年9月，小区加装电梯后，文先妮上楼只需1分钟。她每天拿着电梯卡，楼上楼下“一键直达”。

加装电梯，是老旧小区适老化改造的关键一环。近年来，住建部结合城镇老旧小区改造等工作，在各地同步开展无障碍设施、适老设施的建设和改造，包括支持有条件的楼栋加装电梯。2019年到2021年，各地在老旧小区改造中推动既有住宅加装电梯5.1万部，让很多长期居家老年人实现了走出家门、走出楼栋。

### “一键叫车” 走出第一公里

福建莆田67岁老人曾藩退休后，每周要到七八公里外的地方跟老友聚会。“年纪大了眼睛不好使，一次不知误碰了哪里，车没打到反而叫来了代驾，闹出了笑话。”曾藩说。自从多个网约车软件推出老年人模式，曾藩的约车操作变简单了。曾藩能熟练打开“老年版”叫车小程序，实现“一键叫车”。动动手指就能实现“一键叫车”，智能出行时代，更多新技术、新方式正在让老年人的出行更便捷。

交通运输部2021年9月公布的数据显示，各主要网约车平台公司已经在将近300个城市开通了“一键叫车”功能，累计为660多万老年人乘客提供服务1500余万单。

### “一码通行” 远行更便捷

今年5月，福建福州的81岁老人袁绍雄到江西老家探亲，当他乘动车返回福建时，发现旅途轻松了不少。“只需要一张身份证，放在闸机上‘滴’的一声出现绿光，就能快速通过。”袁绍雄说。

据了解，广东、山东、陕西等多地火车站和公共场所也安装了类似的核验系统，为老年人公共出行提供便利。

除了疏通“线上堵点”，为老年人出行提供贴心优质的线下服务也不可或缺。在厦门市轨道交通2号线，沿线各站点都安排专人帮助老弱病残和行动不便的乘客，在进出地铁站台时提供无障碍“爱心一对一”服务，护送老人安全顺利乘车。站点还准备了云南白药、创可贴、消毒棉球等医用药品以及针线包、老花镜等日常用品。

智慧出行时代，无论是“硬设施”还是“软服务”，都旨在提升适老化交通出行服务的每个细节，温暖老年人出行的“每一公里”。周义

# 双12 价格降低惠民利民 品质不变经济实惠 仅此一次机不可失 老年生活报健康生活馆特价优惠

特别推出下列四款质优价廉特价海参，惠顾新老客户  
另有多款：不同规格价位的长岛和大连刺参及即食刺参

长岛大连即食刺参  
220元/1斤  
买5斤送1斤

长岛优质刺参  
1200元/1斤  
买3斤送1斤

长岛刺参  
1950元/1斤  
买3斤送1斤

大连刺参  
2350元/1斤  
买3斤送1斤

本市免费送货  
全省全国免费包邮  
货到自验满意付款

为感恩新老客户买海参  
送鲍鱼、绿茶、虾皮、蜢子虾酱任选其中一份



时间：12月12日-12月22日 电话：13105153320 13505321980(杨小兵)

地点：市北区胶州路12号观象山庄大门一侧

市立医院马路对面公交车站和地铁站工棚后面  
地铁1号线观象山市立医院站A口或中山路站下车