

# 为养老院老人招募“陪伴者”

## 杭州滨江这场“养老试验”大有深意

### 推广初衷： 让陪伴性养老服务常态化

作为杭州最“年轻”城区，滨江区老年人口约占总人口的14.8%，该区近年来不断创新养老服务模式，“多代同楼”项目由此应运而生。

“我们发现，老年人尤其是活力老人，他们的需求更多的是对社会交际的追求。”滨江区民政局负责人表示，借助“多代同楼”的模式创新，希望既能满足青年人才住房的刚需，同时也为老人打开社交关系新网络。

申请入住机构需要哪些条件？记者看到，陪伴者需满足十项基本条件。除了在滨江区内工作、在市区（六城区）无住房、拥有大专及以上学历等“硬杠杠”之外，还需具备一些养老服务的软性技能。

比如，能为机构老人在白天提供稳定陪伴时间的陪伴者，或是有医学、心理学等专业背景的申请人，可优先考虑。申请人入住机构后，还需签订一年的入住协议，期间将面临服务时长考核、老人的口碑评价等。

从养老机构试水，未来将“多代同楼”模式复制推广，于滨江民政局而言，连续三批次推动这场暖心的“养老服务改革实验”背后，不仅是要让老人获益，更意在让更多人关注老年人“精神孤独”问题，从而在全社会形成敬老爱老尊老孝老的良好风尚。

### 老人心声： 期待更多爱与陪伴

陪伴，让陌生的两代人产生情感链接。在阳光家园院长陈晓亮看来，让跨代人群一起居住生活，互帮互助，为破解养老机构存在的“孤岛”问题、老年人群的“精神孤独”现象提供了思路。

一对长者的故事至今让陈晓亮印象深刻。在征求对陪伴者的要求时，入住的朱老夫妇便提出希望结对者是一位女孩子。原来在2019年，他们的女儿因病去世，两位老人的生活一下失去了主心骨。而随着志愿者杨珠银入住机构，她定期来到老人房间聊天、谈心，老人因病住院期间，多次陪入院探望，陪伴在侧，成为老人强大的精神支持。

为引导年轻人以多种形式陪伴老人，机构、护理员与陪伴者经常会策划一些小活动，比如推广“早餐计划”，由年轻人陪同老人吃早餐、聊家常，一度受到热烈响应。

“相较于民间自发的‘多代同住’模式，专业机构在招募、培训、考核方面可形成一套完整的管理机制，由政府、机构、社会三方联动，家庭、个人协同补位，确保老人在代际交往中获得生活服务与精神支持。”滨江区民政局相关负责人表示，随着“长寿时代”到来，期待这一新型养老服务模式催生更多的美好生活共同体。陶悦清

# 老人盼手术后有地方休养

出了院还带着管，回了家不好照护……对于很多术后老人来说，护理成了“老大难”。作为首批老年护理中心，北京10家医疗机构精准对接老年人多样化医疗护理服务需求，进一步完善老年健康服务体系。

### 家门口就能照护术后老人

“陈叔叔，感觉怎么样？”在高碑店社区卫生服务中心三层，护士长周颖来到病房，查看老人的身体状况。

今年4月，突发肺部感染的陈叔叔住进了三甲医院的ICU，经过抢救，老人总算逃过一劫，但当时身上还插着胃管、尿管，输着营养液，没办法回家，于是来到这里的老年护理中心。

“老人住院以后，由临床医生、护士和康复师做全面评估，根据评估结果制定个性化的治疗、护理和康复方案。”看到老人一点点好转，周颖满心欣慰。

“选择社区医院开展老年护理，目的就在于贴近社区、服务家庭。”据周颖介绍，老年护理中心共有26张床位，在原有病房基础上进行了一系列适老化改造。

### 病情轻重都能“接得住”

下午3点多，96岁的于爷爷坐在病房过道的轮椅上，正津津有味地翻看杂志。

“刚来那会儿，老爷子情绪比较烦躁，甚至出现过

拔管的情况。”护士长孟祥楠还记得，于爷爷此前因肺部感染在一家三级医院接受治疗，出院后带着胃管住进了位于北京市隆福医院天通苑院区的老年护理中心。

“经过输液，再加上辅助排痰和雾化治疗，于爷爷的肺部感染得到控制，状态日渐好转。”经过一段时间的肌力训练，于爷爷不仅拔了胃管，恢复正常用餐，而且重新站起来。“他们照顾得都挺好，住在这边孩子也放心。”于爷爷乐呵呵地说。

据孟祥楠介绍，北京市隆福医院天通苑院区专门划出一个相对独立区域作为老年护理中心。“对这里进行了适老化改造，还添置了全胸震荡排痰机、电动移位机及整套沐浴设备，提升老人的舒适度。同时，在房间内设有新风系统，保证室内空气清新。中心入口处设有电子门禁系统，降低失能失智患者的安全隐患。”

老年病科主任王红告诉记者，由于北京市隆福医院本身是老年专科医院，医护方面经验丰富，设备也比较齐全，因此无论老人病情轻重，都能接得住，颇受老人欢迎。“这本身是件好事，可很多老人住下来就不愿意走，甚至希望把这里当成养老院。”王红完全理解老人的想法，但现实让她十分为难，“20张床位很快就饱和了，新的需求又该如何满足？”宗媛媛

## 警惕7个肾病预警信号

肾病患者以老年人居多，与其他病不同，肾病在早期基本不会有明显的临床特征，是名副其实的“沉默杀手”。幸运的是，一些预警信号仍能给我们起到提醒作用。

1.腹泻、呕吐、食欲变差等，这是肾脏病早期的一些症状，易和消化系统疾病混淆。

2.腰酸。肾炎病人由于肾脏肿大，会因为压迫而出现腰酸。

3.水肿。早晨起床后出现眼睑部、脚踝处、足背水肿及全身水肿时，按压后会有坑且很久都不能恢复，提示肾功能可能有异常。

4.贫血。肾脏生成促红细胞生成素减少，常造成肾性贫血。当有贫血症状时，需警惕慢性肾病。

5.血压升高。当出现血压升高或高血压久治不愈时，特别是年轻人要警惕患上肾病的可能。

6.排尿异常。当出现排尿次数增多、尿量减少或增多、排尿困难、尿液异常等情况时，应警惕肾病。肾脏排出的尿液应该是淡黄色或黄色，如果颜色改变，像洗肉水或浓茶水一样，很可能存在血尿。尿中偶尔出现泡沫正常，如果泡沫细小而密集，长时间不消散，很可能存在蛋白尿。

7.疲劳。成年人出现不明原因的经常疲劳、乏力，要排除肾病。

吴秀丽

青島報業傳媒集團  
L-SD-CJ00232

山東省老年國際旅行社

電話:66988553 55715169 66988549

邂逅新疆 穿越大漠  
最美的時光奔赴

2023年  
山東省唯一  
一趟新疆專列

前五十名報名并繳費者即享現金?元優惠，6人以上團隊報名優惠更丰厚!

新疆  
甘肅

青島起止

七彩丹霞、大佛寺、哈密回王府、十二木卡姆文化中心、羅布人村寨、博斯騰湖、張騫公園、喀什古城、卡拉庫里湖、天山大峽谷、庫車王府、坎兒井、莫高窟、鳴沙山月牙泉空調旅遊專列15日

◆一线多游：甘肅、南疆最值得看的景點一覽無遺  
◆贴心服務：全程導遊服務人員陪同；專列上醫護人員一路隨行  
◆特色美食：特別安排大盤雞、喀什民族特色餐、新疆黃面等

8月19日左右 4980元/起

出境線路

尼泊爾-博達哈達佛塔、班迪布爾、夏克蒂女神廟、奇特旺國家森林公園、大象村、猴廟、巴德崗杜巴廣場、大衛瀑布雙飛8日  
青島直飛 0購物0自費 全程陪同領隊 5980元 9月7/14/21日

北歐-安徒生雕像、國會大廈、美人魚雕像、哥德堡、維格蘭雕刻公園、奧斯陸市政廳、挪威民俗博覽園、松恩峽灣、哈當厄爾峽灣、維納恩湖、西貝柳斯公園、赫爾辛基大教堂、南碼頭露天自由市場、塔林老城區、斯德哥爾摩老城、瓦薩沉船博物館10日 29800元 9月30日  
一价全含純玩無自費、國航直飛北京起止、游輪雙人海景艙

希臘-雅典衛城、大理石競技場、費拉、梅黛奧拉、米德爾菲博物館和遺迹、聖托里尼島10日  
青島可配聯運、純玩無購物 29800元 9月24日

地址:青島市市北區延安三路186號-1 (愛心大姐一樓) 另有多條線路供您選擇,可撥打上方電話諮詢