



微信扫一扫  
游戏玩起来  
看图猜成语



## 政府买单 减轻家庭负担

于恭孝今年78岁,5年前,因为突发脑梗,造成右侧肢体偏瘫,从此生活完全靠家人来照顾。由于老伴年纪也不小了,为了减轻母亲的负担,唯一的女儿辞职回家,担负起了和母亲一起照顾父亲的重任。今年上半年,在社区的通知下,于恭孝家被列入了家庭适老化改造名单,在经过评估和沟通后,为老人家庭定制了改造方案。

记者在老人家中看到,卫生间里防滑垫、洗浴椅、坐便增高椅等一应俱全;卧室里加装了床边扶手,洗头盆可以直接在床上洗头。考虑到老人出行困难,民政部门还为老人添置了轮椅和助行器。此外,紧急呼叫器、小夜

灯、放大镜等贴心小物件也让老人的居家生活便利不少。老人家中适老化改造花费3000元,全部由政府承担。

据市北区居家和社区基本养老服务提升行动项目负责人王鹏介绍,适老化改造是遵循着一户一策的原则,根据老年人的需求以及生活习惯来制定专属的改造方案,通过改造,可以降低老年人摔倒的风险,提高了老年人的生活水平,同时也减轻了老年人家庭的负担。“特别感谢政府,解决了我们很多实际困难,也减轻了我们家属的负担。”于恭孝的老伴高兴地表示。

## “小改造”让老人更安心

和于恭孝一样,家住李沧区沧口街道怡顺社区的宋爱云老人也享受到了适

# 一户一策,“定制”适老化改造

## 青岛1.5万户失能老人家庭受益

12月6日上午,青岛的气温有些低,在位于市北区敦化路上的某小区内,刚刚吃过早饭的于恭孝在老伴和女儿的搀扶下坐上轮椅。“现在政策越来越好了,这些都是政府给安装的,给我们带来了很大的方便。”于恭孝的老伴说道。

适老化改造带来的便利。

宋爱云今年79岁,由于女儿和老伴都已过世,一直以来,老人都是一个人生活。随着年纪的增大,老人的身体每况愈下,不仅多次血栓造成腿脚不便,前两年更是左眼失明,只有右眼勉强能看得见。

针对老人的实际情况,工作人员为老人在卫生间里加装了如厕扶手、坐便椅,地面铺了防滑垫,知道老人必须要外出,还为她配备了一把手杖,“安装了这些设施,方便、安心多了,以前上厕所起身总困难,现在有了扶手方便了许多,我再也不用担心在家摔倒了。”说起适老化改造给自己生活带来的便利,宋爱云老人忍不住夸赞。

怡顺社区工作人员告诉记者,社区老年人偏多,很多老年人由于年纪偏大

随着我国人口老龄化加剧,高龄、失能和残疾老人在居家养老中的安全与便利显得尤为重要。如何破解这样的养老难题?青岛通过适老化改造,为老年人打造更加舒适、便捷、安全的生活环境,进一步提升老年人的居家养老生活水平。

的缘故,行动不便,特别是

一些独居老人,居家养老存在安全隐患,“可以说,家庭养老床位硬件建设项目建设实实在在地提升了老人的生活自理能力和生活质量,为老人的居家生活提供强大的保障。”

## 一户一策满足多样化需求

适老化改造是个大工程,但在实际生活中,一个扶手、一张淋浴椅、一个小夜灯……一件或许不起眼的小设施,却改变着老年人“如厕难、出行难、洗澡难、生活难”的问题。

据了解,青岛市不断“扩面提质”,聚焦老年人安全、居家照护等需求,对失能老人家庭进行适老化改造,每户改造花费最高3000元,全部由政府承担。家中有失能老人的居民可向所在社区进行申请,经过

专业机构评估后,根据老人的需求及生活习惯制定专属的改造方案。截至目前,全市已先后为1.5万户老人家庭进行“一户一策”适老化改造,越来越多的老人家庭享受到适老化改造带来的便利。

“在适老化改造实施过程中,我们要充分考虑到老年人的多样化需求,制定个性化方案,特别是对卧室、厨房、卫生间等老年人高频生活场景要进行精心打造,真正让老年人的生活更方便、舒适、安全。”青岛市民政局相关负责人表示。

记者 许瑶



工作人员演示轮椅如何使用



## 旅居康养托起幸福“夕阳红”

退休后该如何安排自己的生活,既能颐养天年还能活出精彩?近两年,不少长者开始追求更高品质的养老服务,国药青岛认知症照护中心占据天时地利的优势,将以创新精神和务实态度,为老年群体提供专业、便捷、贴心、优质的身心健康服务。

国药青岛认知症照护中心位于青岛市市南区荣成路26号,坐落在美丽的八大关风景区内,整个中心占地面

积1134.2m<sup>2</sup>,建筑面积1876.76m<sup>2</sup>,设置床位60张。中心依山面海、环境优美,绿树成荫、繁花似锦,远离喧嚣、空

气清新。周边旅游景点众多,是康养旅居的绝佳胜地。八大关每个季节都有每个季节不同的风景,可以静下来享受慢时光。国药康养

将全方位满足不同老年人群

的养老需求,为长者打造没有“围墙”的康养中心。

据了解,中心采用丰富的适老化设计。专业护理房注重舒适性与实用性并存,专门定制的辅具型家居、适老化电器设备和生活设施,更加照顾长者居住与使用感受;室内外无障碍设施、智能求助设备等,则全方位保证长者的居住安全;优化的楼层功能分布,可以让各类型长者获得更精细贴心的照护服务。

## 专业照护团队为长者保驾护航

“好,很好,都看好了。”86岁的王奶奶住在八大关附近已有70多年的时间,随着年龄的增长,长者也想找一处满意的康养中心安度晚年。“这里离家近,环境好,条件好,工作人员都那么热情,哪里都符合我的要求。”

国药青岛认知症照护中

# 品质养所 向阳而生 乐享晚年

## 国药青岛认知症照护中心开始试运营

12月10日,国药青岛认知症照护中心开始试运营,这家位于青岛八大关风景区内的照护中心,作为国药康养品牌架构中首个“养所”类型机构,将依托国药集团全生命周期、全产业链、全生态圈的综合优势,秉承先进的认知症照护理念,面向养老照护刚需人群,以认知症照护、康复护理、旅居康养、营养膳食为特色,为自理、半失能、失能及失智长者提供专业化、个性化的机构照护服务。



者一个温暖的“家”。针对自理、半失能、失能、失智长者,中心将对接周边优质医疗资源,依托专业医疗照护团队为长者建立健康档案,并制定专业且个性化的照护计划,为长者提供持续健康管理服务。同时,中心从三甲医院聘请的专业护理团队,将为长者提供健康监测服务、健康档案管理、慢病管理、药物管理、皮肤护理、陪诊服务、代开药服务等专业服务,并24小时为长者提供日常生活照料。在这里,每一处细致服务和每一个贴心陪伴,都将体现康养人的爱与责任。

中心依托具有国药特色和优势的综合性医养产业集群,引进先进照护理念,为长者提供专业的认知照护服务。记者在国药青岛认知症照护中心可以看到,中心处处都有巧妙用心的小细节。走廊的墙上

安置了益智类的玩具,休闲区放置了很多怀旧老物件,每个房间门口都挂有不同的动物玩偶……据介绍,从环境到服务,国药青岛认知症照护中心都充分考虑认知症长者的身体情况和需求,建立了一整套独具特色的专业化、系统化管理模式,帮助长者用脑健脑,延缓认知衰退症状的发展。

## 用“营养膳食”守护健康晚年

一日三餐是身体机能正常运转的基础,而科学的饮食和合理的搭配对于健康至关重要。国药青岛认知症照护中心通过科学的膳食管理,将为长者提供营养健康、美味可口的餐饮服务。

据了解,中心邀请专业膳食管理团队,定制适老化菜谱,营养均衡、美味可口,并聘请专业厨师团队,为长者制作色香味俱全的美食;针对患有糖尿病、高血压、

痛风等疾病得对饮食有特殊要求长者,提供(低糖、低脂等)个性化餐单,保证健康饮食,满足长者一日三餐的营养需求。同时,长者还可参与到中心的“民管会”“伙管会”中,吃什么、怎么吃,如何吃得健康,都可由长者自己来把握。

让爱汇聚这里,重塑家的温暖。国药青岛认知症照护中心将依托国药集团全生命周期、全产业链、全生态圈的综合优势和国药康养100余个康养基地资源,为长者打造一个安馨之所,让长者在点滴温情中重拾那记忆中的美好,让关爱与呵护、健康与快乐成为人生的主旋律。

目前,国药青岛认知症照护中心已开始试运营,详情可拨打中心专线13210023605、13001681076预约参观,凡凭此报纸到中心参观者,均可领取精美礼品一份。

本报记者



答案见下期中缝,也可关注“老年生活报”微信,回复“231213”查询本期答案(可扫描本报上方二维码)

12月11日

6版中缝答案  
《看图猜成语》:  
1、斗转星移;  
2、独中三元;  
3、井底之蛙;  
4、孔武有力;  
5、四通八达;  
6、文房四宝。