

养老守护者

15载芳华筑起温情港湾 曹桂珍:457份护理档案,闭着眼都能说出细节

在青岛圣德嘉康养老院的走廊里,总能看到一个步履匆匆的身影——护理部主任曹桂珍。从29岁初入养老行业徒手为老人抠便的一线护士,到44岁统筹医养结合管理的“全院大管家”,她用15年时光见证了青岛市医养结合事业从萌芽到蓬勃的发展历程。457位老人、120名护理员,每一个数字背后都凝结着这位“养老先锋”的汗水与智慧。近日,记者走近这个为银发安康倾注心血十五载的养老人。



曹桂珍(左二)带领护理员为老人检查身体。

开荒岁月:

从“一人多岗”到
医养模式探路者

2009年12月2日,当曹桂珍第一次走进圣德养老院时,院区里仅有几十位老人和十余名工作人员。作为潍坊卫校护理专业毕业生、曾在三甲医院历练过的“正规军”,她很快发现这里的工作远超想象:“护士和护理员不分家,打饭、擦身、处理大小便都是家常便饭。”最让她难忘的,是一位便秘老人痛苦不堪时,她二话不说徒手为老人抠出干结的粪便。“老人拉着我的手说,‘闺女,你比亲闺女还亲’,那一刻我突然懂了这份工作的份量。”

作为青岛首批探索医养结合的机构,圣德早期面临着“制度空白”的困境。曹桂珍跟着团队从零开始摸索,从争取长护险政策落地,到建立“评估-医疗-护理”全流程体系,逐步实现了“养老床位能看病、医疗床位能养老”的融合模式。

“曹主任就像永不停转的陀螺。”与曹桂珍共事多年的护理员丁彩虹感慨,“457份护理档案,她闭着眼都能说出每个细节”。

生死时速:

用专业筑起生命防线

2024年的一天中午,80岁的张女士因吞咽儿子手边的火烧突然噎食,面色青紫、呼吸骤停。正在巡查的曹桂珍听到呼救后,立刻冲进房间:“当时老人已经没有意识,护理员正在做海姆立克急救,但异物卡得太深。”她立即接替操作,拳头拇指侧顶住老年人腹部,双手快速冲击——这是她在医院急诊科练出的“肌肉记忆”。几分钟后,随着一声咳嗽,老人吐出一块硬币大小的火烧残渣,血氧终于回升。“如果在家发生这种情况,后果不堪设想。”张女士的儿子事后红着眼眶说,他当时吓得腿软,全靠圣德团队轮番抢救才挽回母亲生命。

走进圣德的培训教室,总能看到护理员们围成圆圈练习“工字步转移法”。48岁的河南籍护理员边比画边念叨:“腿为轴,腰发力,借力杠杆省力气——这都是曹主任编的顺口溜。”管理这支“50岁+”的护理团队,曹桂珍靠的不仅是专业,更是将心比心。护理员李大姐因老人误解受了委屈,



曹桂珍培训护理员。

士人住养老院时带着二度压疮,将近180斤的体重让翻身成了难题。“老人一开始骂我们‘多管闲事’,但我们咬咬牙坚持2小时翻一次身,创面用生理盐水清创。”3个月后,当马女士的女儿看到母亲溃烂的髌部长出新生皮肤时,激动落泪。如今,96岁的马女士逢人就夸:“曹主任比我亲闺女还有耐心。”

银发军团:
带一群“50+”护理
员变“专业兵”

躲在建储物间抹泪,曹桂珍得知后主动陪她值夜班,边干活边开解:“老人有时像孩子,咱们多哄两句就好了。”如今,这支护理员队伍中,80%持有养老护理员职业证书,多人在青岛市护理技能竞赛中获奖。在侯建媛院长眼中,这位得力干将最难得的是“刚柔并济”的管理智慧。“护理员多是农村来青务工人员,曹主任既教技术更暖心。”每月“委屈倾诉会”、家属沟通模拟演练,甚至帮护理员调解家庭矛盾,她用十五年搭建起“老人-家属-护理员”的情感共同体。采访结束时,曹桂珍的手机又弹出一条消息,5楼失能区李奶奶的家属送来锦旗。看着办公桌上“青岛市最美养老护理员”证书,她坦言:“比起荣誉,更骄傲的是看到老人在这里活得体面。”从徒手护理到制度创新,从生死抢救到人才培养,这位在养老一线摸爬滚打的“70后”,用无数个平凡日夜,为青岛的“银发浪潮”筑起了一道有温度的守护墙。正如侯建媛所说:“养老机构的发展,离不开无数个像曹桂珍这样把老人当亲人的‘摆渡人’。”

记者 尚美玉

智能手机玩得溜 阅读报纸勤动脑 这些百岁“潮爷”“潮奶”过得嗨!

记者 尚美玉



黄涛给护理员点赞。

1 百岁“潮爷”方和林:智能手机玩得溜,四世同堂乐悠悠

方和林出生于1925年11月2日,2013年,他和老伴住进了恒星老年公寓。虽然老伴已离世,但方和林依旧把日子过得有滋有味,成了公寓里的“人气王”。

“我以前在农业银行工作,那时候每天都忙得脚不沾地。”回忆起往昔,方和林眼神发亮。如今,即便行动不便,他也没让自己闲下

来。每天雷打不动地看报纸、刷手机视频,从国家大事到网络热梗,他都能聊上几句。“年纪大了,但心不能老,得跟上年轻人的步伐!”方和林笑着说。

方和林的手机里存着100多张重孙们的照片和视频。“你瞧瞧,这对龙凤胎可机灵了!”说着,他迫不及待地翻出视频。儿子每周都会来

探望,推着他去小花园赏花拍照,“花园里的芍药、月季开得可艳了,我拍了好多照片”。

在饮食和作息上,方和林也很有自己的一套。“早饭半个馒头、一碗小米粥,再来个鸡蛋,一天的营养就够啦!中午七八成饱,晚上五六成饱,这样胃才舒服。”护理员陈晓梅对这位百岁老人赞不绝口:“方爷

爷虽然需要坐轮椅,但是他坚持锻炼自理能力,刷牙洗脸、吃饭喝水,这些能自己干的事绝不让人帮忙,我们只是做一些辅助工作。”疫情期间,方和林不幸得了白肺,卧床近一年,在护理员的悉心照料和康复锻炼下,他又重新站了起来,“只要心态好,没有过不去的坎儿!”方和林坚定地说。



方和林在看手机里的重孙视频。



黄涛在看当天的《老年生活报》。



工作人员为王淑美庆祝105岁生日。

2 101岁归侨教师黄涛:美食家爱学习,百岁仍是“老顽童”

“外公,现在吸氧,要用嘴巴大口喘气。”“外公,养成好习惯,起床先叠被子,洗脸刷牙身体好。”在青岛市市南区八大峡街道综合养老服务中心,101岁的黄涛同样是个“潮人”。因为听力不好,护理员和家属常通过写字与他交流,可这丝毫不影响他的“社交热情”。“你叫什么名字?多大啦?是做什么工作的?”

每次出门遛弯,黄涛总会拉着陌生人“唠”上几句。黄涛1924年出生于福建厦门,是一位马来西亚归国华侨。年轻时,他就投身和平运动,作为歌咏队队长兼指挥,在多地宣传演出。1949年回国后,他先后参与革命工作,还在教育领域辛勤耕耘。“青岛干净又漂亮,社会秩序也好,我一下子就爱上

这儿了!”说起对青岛的初印象,黄涛眉飞色舞。走进黄涛的房间,点心、雪碧、巧克力摆得满满当当。“我就好这口甜食,西餐也爱吃!”黄涛笑着说。今天早饭,他一口气吃了两个粽子、一个鸡蛋,还喝了一碗豆浆。晚上起夜,他会偷偷打开小柜子,喝上几口雪碧再睡觉,“这可是我的‘快乐水’!”

别看黄涛年纪大,他的爱好可不少。每天早五六点准时起床洗漱,除了吃药、洗澡需要帮忙,其他事儿都能自己搞定。他每天阅读各类报纸,对时事了如指掌;兴致来了,还能写写字、读几句英语,甚至唱上一段马来西亚歌曲。女儿常打趣道:“我爸才1岁,这是从头开始享受生活呢!”

3 105岁寿星王淑美:贴心服务护航,百岁生活无忧

5月14日,青岛福彩养老院南九水路公寓里暖意融融。厨师们亲手制作寿桃,院长带领工作人员送上鲜花和蛋糕,恭贺王淑美105岁寿诞,祝福老人健康长寿,幸福如意。在恒星老年公寓,方和林胸前挂着一个小巧的呼叫器,“只要轻轻按一下,我们马上就到。”院长孙云香说,从生活照料到康复护理,她们24小时守护

着老人。八大峡街道综合养老服务中心则根据老人的特点“私人订制”服务,中心负责人王文娟告诉记者,他们会针对黄涛的饮食喜好准备餐食,用文字沟通解决听力问题,还组织丰富的文娱活动、健身操、书法课……让老人们的精神生活也“富”起来。“我们常说‘家有一老,如有一宝’,这些百岁老宝贝更是全社会

的‘无价之宝’。”青岛市民政局养老服务处负责人刘佳表示,百岁老人是城市发展的见证者,也是养老服务成果的生动体现。近年来,青岛通过科学规划养老设施、完善三级服务网络、推进医养康养融合等举措,持续优化养老服务供给。目前,全市已有102位百岁老人享受着专业化、个性化的养老服务,他们用

规律的生活、乐观的心态和家庭的温情诠释着长寿密码。未来,我们将以“老有颐养”为目标,扎实开展养老服务提升“七大行动”,进一步扩大居家、社区、机构优质服务供给,让更多老年人共享城市发展成果,让百岁老人的幸福笑容成为青岛养老服务的温暖名片。“百岁不是暮年的开始,而是精彩生活的延续!”

青岛市崂山区:养老服务与社会救助双提升

本报讯 5月22日,青岛市崂山区政府举行媒体见面会,介绍崂山区教育领域民生实事推进情况。青岛市崂山区始终将养老服务与社会救助作为民生保障的重要基石,以“兜底线、织密网、建机制”为目标,持续推动民生事业高质量发展。2025年,崂山区成功入选民政部全国社会救助创新实践揭榜挂帅单位和山东省养老服务高质量发展提升行动项目。

在养老服务领域,青岛市崂山区着力构建居家社区机构相协调、医养康养相结合的养老服务体系。目前,青岛市崂山区福悦颐养院项目正加快推进,这个集医养结合、智慧养老于一体的公办普惠性养老院已完成前期工作,进入装修施工阶段,计划6月底完成改造建设。项目建成后将新增130张机构养老床位,有效缓解高品质养老服务供给不足问题。同时,崂山区健全“区-街道-

逐浪“智慧新蓝海” 养老产业如何破解需求“密码”

杭州“上岗”的全国首款大模型养老机器人、泰山景区引发热潮的外骨骼机器人、精度可达毫米级的雷达监测设备……近年来,伴随着政策支持与技术发展,智能传感设备、养老服务机器人等科技新产品逐渐走进市场,成为撬动养老产业万亿蓝海的关键力量。

破解需求“密码”智慧养老产品上新“银发群体对科技产品的认知程度有限,智慧产品不仅要精准锚定核心需求,更需突破从‘概念创新’到‘日常可用’的最后一公里,关键在于化解供需不对称矛盾。”盘古智库老龄社会研究院副院长李佳表示。

目前,众多智慧养老社区、机构和企业积极开放应用生态,成为智能产品的“实践基地”。记者在北京市房山区的恒煦·满园持续照料长者社区发现,多点监测设备、各类声光报警器、智能床垫等智能产品一应俱全。在前沿技术支持和新兴产业发展下,我国智慧健康养老产品创新研发速度加快,迭代周期变短,市场涌现一批“黑科技”产品。其中,养老机器人、智能穿戴设备等赛道增长最为明显。中研普华产业研究院发布的《2024—2029年养老机器人产业现状及未来发展趋势分析报告》显示,预计2025年将达500亿元,年复合增长率超过30%。

政策牵引企业“落子”万亿市场可期近年来,从中央到地方,政策体系正加速构建,为激活养老市场新潜能提供了有力制度保障。国务院办公厅印发的《关于

社区”三级养老服务网络,新增1处街道综合养老服务中心,改造提升3处社区嵌入式失智老年人照护中心。在老年人福利方面,全年计划完成400户居家适老化改造,新增家庭养老床位200张以上,新增享受助餐优惠2000人以上。值得一提的是,老年人只需携带相关证件到就近养老服务中心登记签约,即可享受助餐补贴自动扣减服务。社会救助方面,青岛市崂山区建立起三级救助网络和党员包帮联系制度,通过“大数据+铁脚板+网格化”模式,2021年以来累计将800余名困难群众纳入救助保障范围。下一步,青岛市崂山区将深化“省级县域养老服务体系示范区”创建成果,构建全要素供给的养老服务新格局;同时推进社会救助“物质+服务+发展”多维模式,提升困难群众幸福感、获得感和安全感,持续擦亮民生保障的温暖底色。(马秀明)

发展银发经济增进老年人福祉的意见》(下称《意见》)明确提出,聚焦多样化需求,培育潜力产业,具体包括强化老年用品创新,打造智慧健康养老新业态等。全国老龄委专家委员王永春指出,智慧养老是银发经济的重要发展领域之一,《意见》的出台及《智慧健康养老产业发展行动计划(2021—2025年)》的发布,为智慧养老产业整体发展划定了路线图,并对产品及服务供给能力、相关技术研发以及产业发展环境等做出重点部署。

多维协同发力开拓产业新空间当下,智慧养老产业蓬勃发展,但也面临诸多挑战。业内专家指出,面对产品技术适配性与可靠性等问题,要从搭建开放共享平台、提升产品供需匹配度、促进产业协同创新等方面发力,进一步打开产业新空间。

在业内专家看来,尽管各地开展了信息化平台建设,但仍然缺乏系统性、全国性的信息数据库。对此,王永春指出,要进一步完善智慧养老平台建设,搭建涵盖居家养老、社区养老等多种模式的全国性的科技养老综合服务平台,整合各地智慧养老平台资源,贯通“信息孤岛”,实现医疗健康信息、社区公共服务信息的共享和业务协同。

面对供需错配的行业痛点,李佳认为,要通过加强供需匹配、政企共建产业集群等进行破局。“同时,各地应加速培育产业集群,吸引上下游企业集聚,形成各环节协同发展的良好生态。”王永春表示。 陈涵昀