



金色芳华
幸福养老

青岛市民政局 青岛早报联合出品

常青树

15 周刊

养老服务是一个需要爱心、耐心、细心、贴心、暖心的“五心”关怀职业。今年10月22日,在“乐享养老 爱在重阳”——2023年青岛市养老服务市办实事集中开业暨慈善支持为老服务项目启动仪式上,评选出的“青岛市最美养老护理员”代表也站上了领奖台。一次评选一个奖杯,并不能完全诉说无数护理员对养老工作付出的汗水和心血,但能看到笑容背后是他们用韧劲收获技能、用真情呵护健康、用匠心对待每位老人……今天走近这样几位“最美养老护理员”,了解他们的热情与感动,倾听他们的成长与收获,营造人人爱老、助老的社会氛围。

“养老护理员”工作,让我多了“家人”

记者走近三位“最美养老护理员” 听他们讲述与老人在一起的点滴瞬间



陈鸿斐在给老人剪指甲。

当老人们的贴心“小棉袄”

最美养老护理员:青岛市福彩养老院 陈鸿斐

“作为一名90后,这段经历对我来说是一场考验、锻炼,也是一种阅历、成长。”在给全院的护理员培训护理知识的专题课上,24岁的陈鸿斐为青岛市福彩养老院几十位一线护理人员分享着自己的经验和思考。

陈鸿斐大学时学的专业是“老年服务与管理”,2020年5月她怀揣着对养老行业的憧憬,进入了青岛市福彩养老院工作。“这三年里,我成长了很多,也收获了很多,在2021年青岛福彩养老院举办的养老护理技能大赛中获得第一名的成绩,在2022年青岛市举办的养老护理技能大赛中获得二等奖的成绩,并在2023年代表青岛市参加山东省养老护理技能大赛。”陈鸿斐感谢福彩养老院对年轻护理员发展的极大鼓励和支持。令她感动的是自己的选择没有错,更令她骄傲的是在日复一日的护理工作中,真正赢得了老人们的认可和喜欢。她向记者分享道:“一次长者用餐结束,在我整理餐桌时,一个奶奶急忙往我兜里塞了一个东西,并小声说‘孩子,这是留给你的,赶紧装好。’当时我以为是卫生纸,然而当我拿出来的时候,被惊到了,奶奶居然把她的鸡腿用卫生纸裹了一层又一层,塞到了我的口袋。”陈鸿斐感动极了,在她眼里,这是奶奶对她满满的爱意,“我从未想过除了家人外,这里的老人也把我当成了亲人一般。”她说,和爷爷奶奶们那些美好的瞬间一直珍藏在她的记忆里,越攒越多。

因为年龄小,陈鸿斐说,自从步入养老行业以来,她也听到了很多质疑的声音,比如:“这么年轻,能照顾好老人吗?”“又脏又累能吃得了吗?”“把老人交给你,我们能放心吗?”……面对这些陈鸿斐没有放弃,“既然有质疑的声音出现,那我就用自己的实际行动来证明!”她一次次用行动撕掉“年轻标签”打破质疑。有时被患有认知障碍的老人误解,埋怨少给了一个馒头,有时受到失智老人语言甚至行为上的排斥、抵触……陈鸿斐并没有责怪,而是很耐心地继续解释、陪伴,过后自己却偷偷跑到角落里掉眼泪。

如今,陈鸿斐的工作更多了起来。每天上午9点多,十几位半自理老人就会聚到活动大厅,还有十几位失能老人也坐着轮椅来到这里,精神饱满地参加各种音乐、健身操、手工、绘画等主题活动,而在此之前,陈鸿斐都会每天利用下班时间精心备课,提前准备好歌曲、视频,准备几十份手工材料,每天一个小时的活动时间,现在也是长者们最期待的时间,他们感受着这样青春洋溢的“孙女”给他们带来的快乐和幸福。



卢吉强照顾行动不便的老人。

做老人们最信赖的人

最美养老护理员:平度市言林养老院 卢吉强

眼前的卢吉强53岁,一转眼他已经在平度市言林养老院做养老护理员5年时间,一如既往的话语细柔、笑容亲切,让人印象深刻。他总是笑着说:“哪位老人会喜欢凶巴巴的护理员呢?”

“刚开始,说实话我不太适应这个工作。”卢吉强笑着回忆道。但慢慢地,他坦言,“和老人相处久了,我能从他们身上学到很多。”从卢吉强口中,听不到“脏、累、苦”等字句,只有满脸的欢笑和他不停忙碌的步伐。让卢吉强在这个岗位上坚持下来的,不仅仅是对养老行业承担社会责任的执着,更是来自老人的温暖和感动。在平度市言林养老院,总能看到卢吉强一刻不停地穿梭在老人中间。他对每位老人的日常生活习惯都了然于胸,甚至老人的一个眼神等细微动作,他都知道他们需要什么。同事们说:“在这儿住的老人都说,卢班长就像准点报时器,什么时候吃药,什么时候上厕所,从不需要自己操心。”

五年多时间,凭借过硬的护理技能和踏实肯干的工作态度,他从一个照顾老人的新手一步步成长为骨干,带领着团队立志要把服务老人做到极致。

“专业知识和实操能力过关,才能为老人的健康保驾护航。”卢吉强学习到的噎食急救方法就在关键时刻派上了用场,因老年人吞咽功能减退,一度出现生命危险,他参与了好几次老人噎食急救。“记忆最深的一次是霍大叔在吃饭时噎食,我看到霍大叔用手捂着脖子,咽喉发出哮喘声音,我立刻通知医生并用海姆立克急救法实施急救,不一会儿霍大叔就从口中吐出了一块未嚼烂的馒头,噎食症状也立刻消失。”第二天,当家属得知后,当面送来了锦旗,对卢吉强一再表示感谢。

还有一位不慎跌倒的王阿姨,家人没有时间照顾,在平度市言林养老院卧床休养,卢吉强对此非常关心重视。为了避免长期卧床带来的诸多影响,他与护理员定制了详细的照护计划表,经常提醒王阿姨翻身,协助营养师调整饮食,菜色丰富营养全面,每次把饭端到阿姨床前给她喂饭,每次陪她说说笑笑逗她开心,都令王阿姨感动得流泪。经过细心照顾,王阿姨不到两个月就能下地走动,家属为了表示感谢,也送来了锦旗。

“老人就像孩子,笑脸是他们给予我最好的肯定。我辛苦,但也收获很多。”在卢吉强心中,护理工作是一项伟大的职业,需要与时俱进,因此他不会有片刻懈怠,“因为我要让更多老年朋友绽放出最美的笑脸!”



张月云在给失能老人喂食物。

老人们忘不了的“亲闺女”

最美养老护理员:福彩四方老年公寓 张月云

午饭时间,张月云守在一位位失能老人床前,小心翼翼地将食物一勺勺地喂到老人嘴里。老人喝水,她会倒一点到手背上测水温,冷热适宜再给老人饮用;天天给老人清洗、沐浴,先要保证卫生间温度适宜,做好安全措施再让老人入浴,擦干身体后立即穿衣保暖……说起照顾老人的细节,张月云头头是道。

每天凌晨4点多,天还不亮,张月云就起床为老人烧水、做好早饭前的准备;夜深人静,她又挨个房间巡视,观察老人的睡眠情况,生怕有老人夜间突发疾病……“福彩四方老年公寓就是一个大家庭,我们必须让老人感受到家的温暖。”张月云把老人们当家人,而老人们更把她当成了“亲闺女”。

她护理的老人大都是腿脚不灵便,失能、半失能的老人,张月云给每位老人制定了不同的护理方案和活动计划表。“每个老人都不一样,有的沉默寡言喜欢安静、不愿被打扰,有的就喜欢聊天,有的外表开朗但内心敏感,还有的爱发脾气实则刀子嘴豆腐心……”张月云告诉记者,护理员不能总拿一套东西对待所有老人,而要根据每个人不同的需求“对症下药”。跟老人们朝夕相处,她以耐心和细心,早已对老人们的生活习惯、心理特点熟稔于心,他们的一言一行甚至一个微妙的表情变化,都能被张月云观察到,然后笑脸相迎地精心照料,毫无怨言地付出真心,大家都信任她、依赖她。

每天早上,张月云的问候和笑声就会传遍房间,像温暖的阳光洒在老人们身上,让他们有了一天的好心情。一日五餐,每隔2小时翻身,大小便护理清洗,端水送药,8位失能老人的一切基本生活需求,都交给了张月云。她一刻也不得闲,却干劲满满。她说:“照顾老人是个体力活,也是个耐心活。在我的心里,目标只有一个,就是让亲情在这里得到延续,让老人住得舒心,让家属放心。”张月云每天还会主动给老人讲新闻,帮他们按摩腿脚。有的老人愿意聊天,有的老人想要下床活动,她都是有求必应。“‘看见’他们,回应他们,满足他们,看到老人们心情愉快我也就心满意足了。”张月云说,照顾老人已成为她生活的一部分,习惯了,也放不下他们,只要身体条件允许,她会一直干下去,用暖心的陪伴守候老人们度过温馨的晚年时光。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 摄影报道



本版有声新闻
扫码倾听



扫码加入
早报银龄俱乐部