

# 在家门口上“托老所”

我市在137个镇街建成139处综合养老服务中心 有的提供上门助浴、助洁服务

**金色芳华 幸福养老**

青福颐家

青岛市民政局 青岛早报联合出品

子女无法贴身照看,养老服务站提供日间照料或全托服务,一解燃眉之急;老人腿脚不便,社区助老食堂可以提供送餐上门服务,解决老人吃饭问题;老人身体不适,也可以先来养老服务中心的诊所,向社区坐诊的中医专家寻求专业帮助,进行康复训练……

近日,青岛市民政局晒出2024年工作成绩单,目前,青岛在137个镇街建成139处综合养老服务中心,在村居一级建成1313处养老服务站;今年市办实事中的500处养老服务站也已全部建成运营且验收合格,超额建成运营50处养老服务站,全市老年助餐机构达到1394处,15分钟养老服务圈的规划布局和设施保障日趋完善。随着越来越多的服务站点建成运营,老人在家门口就能享受到越来越丰富、越来越便捷的养老服务。近日,青岛早报记者走访市北区海伦路街道综合养老服务中心和位于兴隆路上的佰瑞福老年人综合服务中心,实地探访15分钟服务养老圈提供的贴心服务。



在海伦路街道养老服务中心,护理员陪老人做游戏。



在佰瑞福老年人综合服务中心四楼,社区老人正在下象棋。

本版有声新闻 扫码倾听

## 家门口的“托老所”

12月19日上午,记者来到市北区海伦路街道综合养老服务中心,这处建在社区居民楼间的场所虽然在外观上并无特别之处,但醒目的红色招牌却分外引人注目。别看这里面积不大,但服务功能却分外齐全,稳稳地托起了社区老人们的幸福生活。

“我们社区目前最具特色的服务是为老人提供养老床位,开放助老食堂和社区诊所,还能够提供上门助浴助洁服务。”在海伦路街道综合养老服务中心主任张培清的带领下,记者步入服务中心的养老床位区域,一尘不染的地板、简洁明快的装修风格、温馨舒适的智能养老床,无不令人感到放松自在。只见老人们在公共区域三两相聚,一起收看电视节目,饶有兴趣地分享交流。据了解,目前服务中心长期入住的老人床位已经满员。

今年43岁的刘美翠是养老服务中心的一名护理员,每天早上八点,她便从夜班同事的手中接过工作交接,正式开始了一天的照护工作。“很多老人起床后会起来活动活动,我主要就是负责老人的生活起居、日常看护,陪叔叔阿姨们看电视、读报纸、午后进行桌面游戏锻炼手脑协调能力。对每个老人的衣、食、住、行等喜好我们都非常清楚,老人们对我的信任、依赖指数直超儿女。”刘美翠笑着告诉记者,今年是自己从事老年护理行业的第五个年头,在与老人相处的过程中,她逐渐爱上了这个行业。

“我照顾的老人里,最大的一位今年已经100岁了,精气神还很不错,有时候

陪她看电视,她乐得不行,说:‘演得真好’,我就问她哪里好,她就回答‘我也不知道’,特别可爱。”刘美翠说着,脸上绽出灿烂的笑容。记者从她口中得知,每天白天、黑夜分别都有两位护理员对老人们进行细致入微的看护,针对不同年龄段、不同身体状况的老人,他们都有一套个性化的护理方案,每位老人的房间门口,都有一块电子显示屏,上面记录着老人的身份信息和病史情况。

## 为老年人打造温馨家园

“住在这边房间里的翟志舆老人今年已经86岁,他是一名聋哑人,我们都是通过写字板同他交流,他自己也有一台平板电脑,操作特别熟练,有时候也会通过平板电脑表达他的想法,我们就每天通过书写的交流方式陪他聊天。”张培清每天一有空就陪老人聊天。怕翟老寂寞,她总是经常来老人房间陪他唠嗑,在大家的陪伴和照护下,刚来时还离不开轮椅的翟志舆,现在已经可以自己行走活动了。

“那边房间里住的是一位失智老人,她特别喜欢娃娃,窗台上、床上摆满了各种玩偶,尤其是一个婴儿模样的娃娃,她总是抱在怀中寸步不离……”提起收住的老人,张培清就打开了话匣子,每一位老人是什么情况、何时来入住的、身体状况如何,她和护理员们都铭记于心。

“我是最近几个月入住的,单身生活也没个照应,就来社区这边的养老服务中心养老,真的给我的晚年提供了特别可靠的保障,吃喝根本不愁,生活也特别丰富,张主任和工作人员们都特别耐心,

把我们照顾得特别好。”今年75岁的张清华笑着说,自己很快就适应了这里的生活,可以十分放心地把自己的养老生活托付给养老服务中心。

“以前只知道有敬老院、老年公寓,我还是头一次了解到社区里也有养老床位,离家近不说,服务还周到,一日三餐营养搭配特别丰富。以前在家里好久洗不成一次澡,来了以后在护理员的照料下,洗澡清洁都特别方便。”96岁的栾培礼对养老服务中心的生活赞不绝口。

## 社区养老服务触手可及

“除了这些长期入住的老人,我们还提供日间照料服务,有些老人的子女哪天有事脱不开身了,或者白天忙于工作无法兼顾老人的照料工作,也可以把老人送到社区养老服务中心来,我们来帮他们照顾老人。我们的养老床位特别受欢迎,现在已经都住满了。如果社区里有老人有洗澡、清洁的需求,社区养老服务中心还能上门助浴、助洁,只需要一个电话就可以。”张培清说。

记者注意到,在养老床位区域的对面,“社区诊所”的招牌格外醒目。门口悬挂着的招牌上介绍了诊所固定坐诊的医生,经验丰富的老中医和西医专家能够为老人提供专业的诊疗意见和康复指导。

“很多老人腿脚不太好,大老远跑去医院做检查,做康复很麻烦,可能有的老人就不太愿意去。所以我们把中西医专家请到了社区里来,老人们在家门口就能问诊,在社区里进行康复。”张培清介绍,中医师牛春玉是在社区固定坐诊的

大夫,一周来6天;西医专家高洪语是来自青岛市第六人民医院的内科主治医师,每周固定来坐诊一天,对困扰老年群体的慢性病、心脑血管疑难杂症颇为擅长。

“社区诊所特别受老人欢迎,以前社区里也没有过这样的服务,很多人一开始也不知道家门口也能看病。”张培清告诉记者,之前有位老人扭伤后久治不愈,去医院也费劲儿,听说社区就可以享受到康复治疗服务,便抱着试试看的态度来到社区诊所,没想到做了四五次治疗后,病情得到了极大的缓解。

## 延伸养老服务 兜住老人幸福

如今,越来越多的社区开始着力培育医养结合的服务能力,12月20日,记者来到位于市北区兴隆路上的佰瑞福老年人综合服务中心,这栋五层楼高的服务中心设施完备,服务功能齐全。记者注意到,在二楼诊所大厅还有一台正在运行中的智能中医检测仪器,可以通过面诊、舌诊、手诊对老人身体进行检测并出具电子报告。几张舒适整洁的养老床位被设置在采光充足的位置,据了解,中心的床位不仅可以用于社区老人的日间照料,还可以招待旅居老人。

“虽然中西医问诊项目还没有完全启动,但我们中心三楼养生健康管理中心已经被‘踏破了门槛’,每天都有很多老人来做养生护理,像藏式足熏这些项目,折算成敬老价,就特别便宜,老人只要花几块钱就能享受到服务,疏通经脉、放松筋骨、排毒杀菌、活化细胞,好处特别多,对身体很好。”佰瑞福退休俱乐部(青岛)有限公司副总经理祝瑜琦告诉记者,医养结合只是这所养老服务中心的一部分,他们还在文化养老、旅居养老、社区养老、居家养老等多个方面设置了丰富的服务项目。

进入佰瑞福老年人综合服务中心的大门,第一层的敬老超市和助老食堂,为老人吃饭购物、置办生活用品和养生产品打造了宽阔的场景空间。敬老超市里,商品琳琅满目,每一种商品都有优惠的敬老价,老人只需要提供身份证明,就可以享受优惠的购买折扣。

“我们的助老食堂提供一日三餐,节假日也保持供应,20多种菜品种类丰富,老人和社区居民既可以自选称重,又可以选择固定的套餐,我们还准备了特色药膳,平均每天都有五六百的人流量。”在祝瑜琦的指引下,记者注意到,大厅接待处立着的易拉宝上,写有最新的一日游行程信息,有意向出游的老人可以在服务中心报名。

“叔叔阿姨们结伴出去玩特别开心,我们设置了不同的游玩线路,每次的地点也是不固定的,老人时常去周边地区转一转、玩一玩,不会太累,心情也好。”祝瑜琦告诉记者,中心四楼设置了老年大学的活动室和棋牌娱乐休闲区,老人们可以在这里参加社区文艺训练活动,或是约上老友在棋牌室“杀”几盘。除此之外,中心还专门为老人准备了用于观影的房间,闲暇时,老人们可以在这个小影院里看电影、看看电视节目。五楼的演播厅平时大多也提供给文艺团体进行日常训练,有社区老年模特队,也有社会上其他文艺团队前来训练,文化氛围浓厚。

“老年人也需要文化的浸润,精神生活丰富了,心情好,心态好,自然就更健康、更加积极向上。”祝瑜琦说。

观海新闻/青岛早报记者 吴涵 摄影报道