

老来福

新养老故事

第1期

编者按：

老吾老以及人之老。“尊老”是中国人的传统美德，在已步入老龄化社会的当下，“养老”更是每个人都绕不开的话题。据调查，2017年全国人口中60周岁及以上人口有2.4亿人，占总人口的17.3%。如何让老年人生活得健康快乐，不仅是个人和家庭要考虑的问题，更是政府和社会必须面对的重要课题。

为此，在又一个重阳节到来之际，今日女报/凤网联合湘潭市养老康复中心（市六医院）推出《老来福》——“新养老”故事大型专栏，通过讲述一线医务护理人员、康养老人及其家属、养老机构管理人员的故事，来探寻能让老年人竖起大拇指的养老时光。

康养公寓“大管家”，她是400位老人的“大女儿”

——记湘潭市养老康复中心（市六医院）执行主任邓水平



▲邓水平

文、图：今日女报/凤网记者
吴雯倩 视频拍摄：李超

秋已深，天已凉。10月15日，在淅淅沥沥的小雨里，邓水平一早就赶到了单位——湘潭市养老康复中心（市六医院）老年康养公寓，并在接待中心前台为待会儿的巡房做准备。

“张大姐（护理员），林嗒嗒手术以后动不得，要常给他翻下身，莫让背上长疮哦！”

“周婆婆，这里是不能吃烟啦，不健康也不安全，平常倒水莫烫到嘞！”

每周一早晨上班，带领质控小组的质控员们到每位老人入住的房间查房，是邓水平调任湘潭市养老康复中心执行主任后一直坚持的工作习惯。

每到一位老人房里，邓水平必看地上是否有水渍、插座电线是否按要求插拔、房间有没有异味……接着，她会跟入住的爹爹阿姨唠唠嗑，嘱咐护理员一些注意事项，遇到有凌乱、不规范、有安全隐患的地方，邓水平会交代身旁的部主任记录下来。

老年康养公寓住着400位老人，一圈走下来差不多得三个小时。这还不算完，巡房后，邓水平要立即召集管理人员和各部主任开会，把这一周查房暴露出来的问题一一罗列，并要求限时整改。

这是邓水平的日常，却藏着湘潭市养老康复中心（市六医院）争做“中国医疗养老先行者”，坚持“医养结合”，为老人创造一个住得舒心、放心、开心、安心、暖心环境的至孝之心。



扫一扫，看更多精彩视频

A “以医助养、医养结合，让老人舒心、让家人安心！” 400位老人的“大女儿”

“刘阿姨，饭菜还呷得惯不？天气冷哒，要多穿点衣服，注意保暖哟！”

在走廊上遇见了已在老年康养公寓住了一年半的刘奶奶，邓水平忙得脚不沾地，也不忘再叮嘱几句。公寓里入住的老人们都亲切地说，邓水平是大家最贴心的“大女儿”。

“以医助养、医养结合，让入住的老人大病可医、小病可疗、无病可养、临终可孝是我们的宗旨，也是工作的行动指南。”邓水平所在的老年康养公寓，定位是具有持续照料功能的居家式医养结合型老年公寓，主要为轻度、中度失能或长期身患慢性病的亚健康状态老年人提供生活社区化、关怀人性化、医疗护理专业化的居住环境和配套服务。

比起在家养老和入住普通养老院，湘潭市养老康复中心（市六医院）有专业的医疗团队、完备的医疗条件以及专业的照顾护理，这是老人和家属最在意也最满意的地方。对邓水平来说，入住的400位老人好比她的400位亲人。

“老年人的身体状况基本都属于亚健康，不仅机能大不如前，还隐藏着很多安全风险，比如跌倒、烫伤、中风、慢性病急性发作等等，这些都需要我们管

B “管理就像走平衡木，要系好护理员、康养老人和老人家属间的纽带！” 康养公寓的“大管家”

老年康养公寓里住的基本是八九十岁的老人，三分之二还是不能行动的失能老人，除了身体上需要专业护工一对一责任到位、急诊几分钟内能迅速处理外，在邓水平看来，平日里更要考虑如何让老人舒心、放心、开心、安心、暖心，“细化到物品摆放、照护步骤的每一条制度和 Service 要求是最有力的保障”。

湘潭市养老康复中心有很多非常有趣的标识：楼层导引都是用湘潭本地地名标注，比如7楼是“七里铺”、15楼是“水府庙”、19楼是“易俗河”……

“老人年纪大了，记事都不清楚，遇到找不回房的老人，他记不清楚住几楼，但记得住在七里铺，这样我们就晓得他的房间在7楼了。”邓水平介绍，这就是管理团队想出来的好办法，老人们都说“特别人性、特别暖心”。

除了各种人性化的设计外，中心还根据老年人的服务需求类型、照料护理类型，科学明确地针对护理、养老服务进行综合分析。

“我们的评估是有体系的，也是动态的。结合老人的生理、心理、精神、经济条件和生活状况分别进行准入评估和跟踪式评估。”在老人入住前，邓水平会同评估中心和老人的家属深谈。

“这个部分很有必要！养老服务不仅需要护理员精心照护，还要取得家属的理解和支持。因此首先要增进了解、交流理念，理念相合会让以后的养老护理服务做得更到位。”作为管理者，邓水平是护理



▲湘潭市养老康复中心（市六医院）坚持“医养融合”，给老人提供生活社区化、关怀人性化、医疗护理专业的居住环境和配套服务。（供图：受访者）

人员平日多巡查。哪一房老人要多翻身，哪一房老人饮食有禁忌……都要做到心里有数，才能有有条不紊。”曾在护理一线工作了二十多年的邓水平说，无论是护理还是管理，都要“多留心、多上心，为潜在风险做好预案”。

上个月，邓水平的父亲生病住院，恰好公公也在手术康复期，她和丈夫因为工作都不能久陪。回到公寓，看到这些老人，职责使然加上移情，她更能体会入住老人和家属的心情，“精神抚慰和医疗护理一样重要”！



▲邓水平（右）带领质控小组查房已经成为她多年的工作习惯。

员、康养老人和老人家属的桥梁纽带。

入住的周老太太有三个女儿，小女儿在本地，其他两个女儿在广东工作。因为老人的房子归属问题，女儿之间总有那么一点“不对付”，哪怕一笔再小的费用都要经过三个女儿的签字才能生效，这让中心服务起来非常被动。

有一次，周老太太上台阶时不小心扭伤，需要短时间提升护理级别，在异地的两个女儿很不理解。邓水平得知后，一边征求老人的意见，请在本地的小女儿来中心了解具体情况，一边电话联系老人在外地的两个女儿仔细说明情况，并把每一笔费用都附图做解说，最终给出了一个多方满意的照料升级方案。

“有难事就找邓大姐！”在湘潭市养老康复中心的姑娘小伙儿眼里，“邓大姐就是我们的主心骨、大管家”。

链接 >>

2018 第六届湖南国际老年产业博览会落幕——
被热捧的
“智慧养老”

今日女报/凤网讯（记者 吴雯倩 李超）“我们开发了一整套互联网+养老的‘智慧养老’系统，更人性化、专业化，目前正在测试阶段，明年将面向大众推出。”湘潭市第六人民医院院长、党委副书记，湘潭市人大代表向明凯介绍。10月11日，2018 第六届湖南国际老年产业博览会（以下简称“湖南老博会”）在长沙红星国际会展中心开幕，来自国内外的大型知名养老服务机构以及金融、旅游、养生保健机构纷纷参展，带给民众尤其是老年群体一次内容丰富、贴心周到的养老体验。其中，“智慧养老”成为热词。

本届湖南老博会为期3天，以“科学养老、健康养生、孝心购物”为主题，由中国老龄事业发展基金会、湖南省红十字会、长沙市人民政府联合主办。

开幕式结束后，湖南省民政厅党组书记、厅长，省老龄委常务副主任唐白玉一行详细了解了湘潭市第六人民医院养老康复中心的运作模式，对该院以“医养融合”打造养老服务“四可”——“大病可医、小病可疗、无病可养、临终可孝”社区的做法予以肯定。

活动现场，旅居与智慧养老产品、老年生活用品、老年医养康复用品、养老服务机构等吸引了众多老人的目光。