

疫情凶险，养老院的老人怎么办

今日女报 / 凤网记者 史超



扫一扫，了解老人返院情况

小科普

84 消毒液怎么用

文 / 谭一钊 (湖南省儿童医院感染科)

有孩子的家庭，使用 84 消毒剂时要尤为注意：1. 消毒液须严格按照说明书配比，不是浓度越高越有效；2. 84 消毒液应放在儿童够不到的地方；3. 须稀释后才能使用；4. 使用其消毒餐具、茶具、厨房案板、儿童玩具后，须用清水冲洗干净；5. 用凉水现用现配，一次性使用，勿用 50℃ 以上热水稀释，且要在 25℃ 下避光保存；6. 84 消毒液的漂白作用与腐蚀性较强，最好不要用于衣物的消毒；7. 含有蛋白质纤维的羊毛、兔毛、蚕丝制品等用 84 消毒液消毒会造成严重损伤；8. 不要把 84 消毒液与其他洗涤剂或消毒液混合使用，如洁厕灵，因为这样会增加空气中氯气的浓度而引起氯气中毒。

孩子 37.3℃ 是发烧吗

文 / 周海银 (湖南省儿童医院急诊综合二科副主任医师)

自疫情发生以来，体温超过 37.3℃ 的，一律按发烧处理。其实，体温不是固定不变的，尤其是宝宝的体温值，更是容易受到外界因素的影响。比如哭闹、进食、活动、室温过高、被褥过厚、衣着过多等都会使体温小幅升高，但多不会超过 37.3℃；新生儿的婴儿或早产儿如保暖不佳则可能出现体温低于正常值的情况。一般来讲，我们的正常体温在 36℃ ~ 37℃ 之间。下午体温相对较高，半夜和清晨体温相对较低。所以想要测量到准确的体温值，我们需要排除外界干扰，在安静、舒适的状态下测量体温，疫情期间可以每天在固定时间测量并把体温值记录下来。

宝宝膝关节要注意什么

文 / 许周 (湖南省儿童医院骨科)

生长痛是 3 岁以上的孩子多见的一种临床表现，发作时表现为单腿或双腿感到十分疲劳或隐隐作痛，重者则表现疼痛剧烈。最常见的发生部位在膝、小腿和大腿的前面，双腿外表没有异常表现，疼痛一般在关节以外的地方。主要是肌肉疼痛，而不是关节或骨骼的疼痛。目前，生长痛的发病机制并不十分清楚。不过，不管是什么原因产生的疼痛，当孩子疼痛时可以给孩子进行按摩和热敷，让孩子充分休息，因为生长痛是一种自限性疾病，会自然缓解。在这里也需要提醒，如果儿童发生了这样的疼痛，一定去医院排除一些器质性疾病，才能考虑是生长痛。



老人返院前须先隔离 14 天并接受核酸检测。

“终于回来了，还是住在这舒坦！”3月14日，经过 14 天的隔离和通过核酸检测后，83 岁老人谭洪武终于回到了他熟悉的养老中心，在养老院住了两年的他早已习惯了这里的生活。

春节前夕，谭爷爷被女儿接回家过年，原打算正月初六返回养老院，女儿也回广州工作。突如其来的疫情让养老院紧急封院，女儿只好请假半个月在家照顾父亲。

随着疫情的缓解以及子女陆续复工复产，老人回到养老机构的需求更加迫切。

日前，长沙市民政局、长沙市卫生健康委员会联合下发《通知》，对全市养老机构优先返院对象和暂不能返院返岗对象作出具体规定：对符合条件、有返院要求的老年人，在区县(市)民政部门和养老机构的统一安排下，经过核酸检测结果为阴性且无临床症状的老年人，在隔离观察 14 天身体无异常后，可返回原养老机构继续入住；同时养老机构服务人员返岗须经过登记排查、核酸检测、医学隔离观察等程序，无异常后方可返院上岗。老人返院“回家”的养老服务现状如何？行业管理机构又有何良方？

老人：先隔离再返院有情绪

3月14日，红枫养老中心迎来了 7 位返院老人。该中心负责人李静介绍，已将旗下的红枫康复医院 3 楼改造为长沙岳麓区返院老人的定点医疗隔离观察点，于 2 月 21 日启用，一共准备了 22 间房供老人暂时居住，目前共收入 17 位有返院需求的老人隔离观察，“隔离区

除配有专业医护外，我们还调派了护理员前往照顾老人。”

记者探访长沙多家养老机构了解，目前有不少养老机构已逐步开放。湖南康乃馨老年呵护中心业务负责人马建介绍，该中心目前有返院老人 443 人，占入住老人总数的 89%，中心已在院内单独安排一层楼，设

置了 14 个隔离区，保障老人在隔离期间的各项护理服务以及生活质量不下降。

相对于医养结合的养老机构，能够设置相对独立的医学隔离观察点，大多数养老机构自身不具备相关条件。湖南万众和社区服务管理有限公司介绍部经理张秋玲介绍，年前回

家的老人基本上都有返院的需求，家属和老人每天都会来电咨询，其中有 20% 的老人未与外界有过接触，在做过核酸检测后能够直接返院，尚有八成老人需要先进行隔离和核酸检测后才能确定能否返院，“但有的家属和老人不愿接受去指定点进行隔离观察。”

护理员：超负荷运转，身心压力大

43 岁的刘芳在红枫养老中心已经工作两年。今年春节她一直没回家。由于需要护理的老人增多，刘芳每天早上五点半就要起床，挨个给卧床的老人抹身、换尿片、洗漱、做口腔护理、尿道护理等，还要做各个房间的清洁消毒工作，这样的工作状态一直要忙到下午六时以后。

刘芳告诉记者，随着老人陆续返院，她又被抽调到隔离点照顾老人，工作内容不变，但防疫更严格，“加上隔离期不能串门，老人会经常闹脾气，要花更多时间安抚老人，工作强度更大了。”相较于工作辛苦，刘芳直言，想念家人让日子更



难熬，“我有四个月没见到家人了，本来计划正月初三交班后回家，没想到疫情把计划都打乱了。”

“终于可以喘口气了，就想好好睡一觉。”3月17日，湖南

万众和社区服务管理有限公司旗下怡心园长者康护服务之家的护理员苏金球终于有了封院值班后第一次调休，虽然只有一天休息，也不能走出养老院，但她很满足，“养老院封闭后，我们就不能回宿舍了，只能每天和老人同睡一屋。由于空间有限，我们只能睡折叠床，夜班护理员走动，老人起夜、吵闹，我们要养足精神保证白班连轴转 12 小时，晚上睡不好很麻烦。”

“能够迎接节前回家的老人们返院，我们很开心，同时也倍感压力。”李静坦言，从 1 月 24 日封院以来，中心只有 18 名护理人员轮班照护

120 多位老人，现已连续奋战了近 60 天，“正常情况下，是一位护理员满负荷工作大约能照顾 5 至 6 位老人，但疫情封院，现在不仅每位护理员要应对 10 来位老人，而且还增加了大量消毒清洁工作，中心从行管后勤到一线护理人员都没有轮休过，吃住都在院里，已经超负荷了。”

为了缓解护理员们的压力，李静介绍养老中心一方面召集未返岗护理员做好隔离尽早复工，另一方面也在积极招聘。“目前有 4 位护理员正在返岗隔离期，新招录的护理员还需培训和隔离，要真正缓解压力还需要时间。”

轮、严、细，缓释护理压力

记者从市内多家养老机构了解，养老院封院以来，留守的养老护理员每天要负责老人的生活照料、亲情陪护、精神慰藉、健康监测及疫情防护等多重任务，超负荷的工作量以及长时间在岗无休等情况成为各个养老机构的护理员们首要压力源。

“护理员们是养老院的中坚力量，只有确保护理员良好的身心状态，才能保障老年人的生命安全和身体健康。”湖南省家庭服务业协会养老服务专业委员会主任李美华建议，养老机构要积极帮助护理员调试身心，把握轮、严、细的三字原则：

轮岗轮休

逐步安排返岗员工顶岗，让留守的护理员们进行轮休，根据护理员身体状况和心理状态妥善排班；

严格检查

外出返院人员要体检正常方可接受，入院后必须进隔离区隔离不少于 14 天，期间禁止被隔离人员随意外出，并做好房间消毒和体温监测；

细化管理

通过心理干预、情感慰问、生活关爱等一系列方式，保障好养老机构防疫物资、生活必需品供给。