

呼和浩特:变养老为享老 让“老龄”变“乐龄”

●本报实习记者 吴香凝 杨承昊 于梦圆

2024年以来,呼和浩特市通过建立基本养老服务体系、健全养老保障机制、优化养老服务供给和强化养老服务队伍建设,健全优化“市—旗县区—乡镇(街道)—村(社区)”四级养老服务网络,不断提升养老服务水平,推进构建特色养老服务体系,变“养老”为“享老”托起“幸福夕阳”。近日,记者兵分三路走进3家颇具特色的居家和社区养老服务中心进行了深入了解。



近享养老 乐享服务

2月19日上午10时许,在赛罕区景和社区悦享养老服务中心的阳光房里,工作人员正带领老人们做手部康复操。

“我们先从最简单的动作开始。”工作人员边说边示范,她将手指轻轻张开,然后缓慢地弯曲每个手指,再缓缓伸直,“大家跟着我一起做,慢慢来,感受手指间的拉伸感。”

“这是曹奶奶,去年10月份入住的。”景和社区悦享养老服务中心负责人黄立新指着一位坐在轮椅上认真做手部康复操的老人说:“她刚来我们这里时,插着鼻管,意识也不清醒。我们安排专人24小时照料,每天都帮她按摩,促进血液循环,她的吃饭我们也特别注意。目前,老人的语言功能还不是很强,但意识已经很清醒了。”话语间,黄立新向老人招招手,老人微微一笑以示回应。

“我们是一家小型居家和社区养老服务中心,总共33张床位,目前已有15位老人入住。为了给

老人提供更加全面、细致的服务,我们提供助餐、助浴、助急、助行等多项服务。”临近11时,黄立新说:“快到午饭时间了,去我们餐厅看看吧。”

走进助老餐厅,只见宽敞明亮的餐厅内,桌椅摆放整齐,氛围温馨舒适,76岁的陈奶奶边吃着热气腾腾的饭菜边如数家珍地介绍,从去年7月餐厅营业至今,每天中午她都和老伴儿来这里吃饭,这里饭菜种类多、味道可口,价格也特别实惠。“今天点的五花肉烩苋菜、干锅菜花、番茄炒蛋和米饭,一共才花费16元,主食还能免费续。”陈奶奶说。

黄立新告诉记者:“食堂会根据营养膳食指南制定菜谱,每周都会更新菜谱,每天都会准时在微信群里公布菜品。食堂在菜品制作方面,保证荤素搭配、营养均衡,并且少油少盐、软糯可口。小饭碗里装着大民生,只有用心做,才能解决老年人的吃饭问题,提高他们在家门口养老的

幸福指数。”

当记者问及养老服务中心今年的发展规划时,黄立新说:“中心目前面临的最大问题是市场需求量较小,导致经营比较困难。一方面,现在七八十岁的老人生于上世纪五六十年代,那个年代的老人大多比较节省,能在家养老就不会花钱去机构养老。另一方面,老人们觉得在机构养老是件‘不太光彩’的事,存在思想上的束缚。”

“我认为政府和新闻媒体应该加大对居家和社区养老效能的报道力度,广泛开展敬老、养老、助老活动,提升老年人对居家和社区养老服务中心的认可度。随着物质和医疗水平的提高,人的寿命越来越长,越来越多的独生子女面临着赡养多位老人的情况,居家和社区养老服务中心无疑能为子女们解除后顾之忧。路虽远行则将至,相信我们面临的这些问题一定能尽快得到解决。”黄立新信心满满地说。

医养康养 颐养乐老

2月20日上午,记者来到锡林社区居家和社区养老服务站,一进门便被一阵悦耳的乐声所吸引,只见十几位老人排着整齐的队形,脸上洋溢着愉悦的笑容,跟随着视频中老师的动作,缓缓展开八段锦的练习。

据了解,锡林社区居家和社区养老服务站可提供营养健康咨询、康复辅具适配、老年用品食品代购等多项养老服务,站内配备有棋牌室、娱乐室、书画室、康养理疗室等。

“我们辖区有60至70岁的老年人960余人,80岁以上老年人167人,空巢老人68人,失能半失能老人20余人。结合辖区实际情况,我们创新开启了‘小老养老老’帮扶养老模式,即每位60岁以上的老年人对口帮扶一位高龄老年人。在这种模式的推动下,现在每天都有200余人次的老年人来社区参加锻炼活动。”锡林社区居家和社区养老服务站负责人张凯民介绍道。

走进康复治疗室,两台大型机器映入眼帘,高

级中医康复治疗师韩占清介绍:“我们的理疗仪器可以疏通全身经络,有效缓解疼痛,提高免疫力。现在,辖区的老年人会定期来进行理疗排毒,以达到中医所提倡的治‘未’病效果。”

张凯民介绍:“服务站每个月会举行一次大型义诊,为辖区老年人进行免费体检以及慢性病的建档管理,每周邀请中医名医坐诊,让老年人不出小区就能享受医疗服务。”

谈及目前工作中存在的问题,张凯民说:“我们现在能提供基本的医疗服务,但进行专业的医养结合确实还存在困难,比如专业医生聘用就是个棘手问题。在科技赋能智慧化养老方面也一直较难推进工作。”

张凯民所提及的也是医养结合面临的共同难题,呼和浩特市政协委员樊海龙提到,在居家养老和社区养老过程中缺少专业人才,目前有九成以上的社区缺乏医疗健康服务人员,包括全科医生和专业护理员。此外,基层医疗机构缺乏执行力

度,只能为老年人提供定期体检、举办健康讲座等常规服务。

打通医养结合服务“最后一公里”是居家养老与社区养老面临的核心挑战。民革呼和浩特市委员会建议推行政府和社会资本合作(PPP)模式,利用税收优惠政策,通过政府公开招标、集中审核审批,加速医养结合服务的多元化发展。同时,要普查养老机构内设无资质医疗机构、无行医资质相关人员擅自为老年人开展诊疗活动等违法活动,开展打击整治养老诈骗的宣传教育活动,推动养老医疗健康行业规范发展。此外,也要打造更多居家和社区医养结合试点,与医疗机构签约,通过上门巡诊、远程医疗等将医疗服务延伸至居家护理服务。引入专业机构,建立养老服务需求数据库,集中存储、管理和分析老年人的健康档案,就诊信息、服务需求等,针对老年人常见病建档立库,规划转送社区特色医养服务项目,打造“医院+社区+巡诊”连通模式。



健康管理 尊严养老

走进玉泉区大南街街道居家和社区养老服务中心,理疗室内几位老人正闭目享受艾灸的理疗过程;楼上的社区科普大学课堂里,一堂智能手机使用课引得老人们笑声不断;临近中午,隔壁食堂传来阵阵饭香,“大爷,中午给您包饺子吃行吗?”照护人员一边搀扶着赵大爷坐下观看理疗课程,一边笑着询问。这里既是失能老人的“守护站”,也是活力老人的“社交圈”。

提起服务中心的上门服务,72岁的王奶奶连连称赞。因腿脚不便,她通过微信跟服务中心的护工预约了助浴服务,工作人员不仅细致地为她和老伴儿擦洗,还帮忙整理了杂乱的房间。类似的事儿在居家和社区养老服务中心不胜枚举:通过为老服务热线或线上平台,老年人可一键预约助浴、助洁、陪诊等20余项服务,专业团队48小时内响应。

呼和浩特市社康老年综合服务中心负责人安忠红介绍,针对失能半失能老人,他们还提供个性化护理包,如防褥疮气垫、夜间感应灯等,让尊严养老触手可及。呼和浩特市社康老年综合服务中心成立于2005年,目前在我市市区及和林格尔县已运营了十几家居家和社区养老服务中心,大南街街道居家和社区养老服务中心就是其中之一,服务内容包括居家上门服务、社区养老服务、医养结合慢病管理服务、智能照护服务。

68岁的李叔叔每周都来中心进行中医理疗,“我的颈椎病缓解多了,还能和朋友们下棋!”李叔叔说。

服务中心与商业门诊、社区卫生服务站联动,提供针灸、拔罐等中医服务。社区科普大学更是人气爆棚,从反诈知识到营养膳食一应俱全,课程设置贴近老年人生活需要。

“以前觉得退休后只能带孙子,现在才发现晚年也能‘上学’!”刚学会手机支付的张阿姨笑着说。近日,市科协授权呼和浩特市社康医养结合应用科技学会在我市9个社区组织开展社区科普活动,并成立呼和浩特社区科普大学,按大学方式管理,结业后发放呼和浩特社区科普大学毕业证。通过科普大学的教学,让更多老年人掌握养老技能,达到科学养老。

尽管服务成效显著,但仍存不足。安忠红坦言:“目前主要依赖政府购买服务,企业参与度低,像助浴、康复护理等专业项目人手欠缺。”

玉泉区民政局养老服务中心主任任宝元表示,当前仍需进一步完善政策,激励、吸引社会力量参与,同时加强养老护理职业教育及培训,让专业人士做专业事。

