

“24时”记

# 康养公寓里的温暖与岁月静好

□本报记者 怀特乌勒斯 李超然 摄影报道



06:00

护理员照顾老人吃早餐。



09:00

老人在工作人员的照看下，在器械区锻炼身体。



10:00

老人正在排练合唱节目。

11:00

工作人员按照菜单为老人配餐。



22:00

老人入睡后，护理员记录她所看护的老人当天的身体状况。



01:00

老人起夜，护理员悉心照料。



21:00

工作人员探望老人，叮嘱老人按时吃药。



20:00

工作人员与家属交谈了解老人情况。



15:00

工作人员给老人送来今日的辅餐。



14:00

老人午休期间，护理员随时在身边看护照顾。

深夜1点，一阵咳嗽声传来，打破了内蒙古自治区示范性康养公寓的宁静。半梦半醒中的护理员赵培凤迅速起身走进里屋，查看谈奶奶的身体状况，给老人倒水、拍背。一整夜如此反复，几乎很难睡个整觉。

谈奶奶是赵培凤24小时陪护的老人。90岁的谈奶奶，之前意外摔倒，导致行动不便，生活无法完全自理。今年3月，她和93岁的老伴住进了康养公寓。

“做护理员，最重要的就是‘将心比心’，把老人当成自己的亲人对待。”赵培凤说，她干这行很多年了，从最初的住家保姆到如今的失能老人护理员，日常护理、健康监管这些技能都不在话下，更重要的是心理安抚。“有些老人因为身体不适，偶尔会产生负面情绪。我们除了照顾老人的日常起居，还要关心他们的情绪和精神状态。”

早晨6点，工作人员把早餐送到房门口，谈奶奶一边吃早饭，一边和我们唠起了家常：“我和老伴的身体都不好，儿女年龄也都大了，还要照料自己的家庭，我就和孩子们说想搬进这里住。住了半年多了，我觉得挺舒心，既给孩子减轻了负担，我们也有人照顾。”

“梁爷爷，这是今天的水果，给您放桌上啦。”下午3点，康养公寓里的养老管家孙嘉辰穿梭在楼道间，给老人发放当天的辅餐。今年23岁的孙嘉辰，毕业于老年服务与管理专业，如今她是这里的养老管家，主要负责为自理老人解决一些生活上的需求和娱乐活动带领。“一开始是因为专业对口，选择在这工作。但跟爷爷奶奶们相处了一段时间后，我喜欢上了这里。大家都说康养公寓需要年轻人，但我认为这种需求和收获是相互的，老人们学识渊博、兴趣广泛，从从容达，他们对生活的热爱也感染着我，和他们相处我变得更加细心、有耐心。”孙嘉辰认为，这是一种相互成就的温暖。

“到点了，该去查房啦。”晚上9点，记者见到工作人员王爱鲜的时候，她刚放下手里的活儿，拿着房卡正要下楼。“说是查房，其实就是去和爷爷奶奶聊聊天。”王爱鲜说。

在康养公寓，工作人员每晚要进行两次查房，和老人们拉拉家常，详细询问他们的生活状态，叮嘱老人按时吃药。“这就像是晚上在家吃完饭，一家老小坐在一起聊聊天，就是家的感觉。”王爱鲜说。

截至2023年末，内蒙古60周岁及以上老年人口达546.4万人，占全区总人口的22.8%。

为破解养老难题，2023年3月，内蒙古在全国率先出台《关于推进基本养老服务体系建设实施方案》，率先落实经济困难老年人养老服务补贴等政策。“十四五”以来，内蒙古累计建成苏木乡镇区域养老服务中心415个，乡镇级养老服务设施覆盖率达到53.3%；村级养老服务站（含幸福院）4910个，村级养老服务设施覆盖率达到44.5%，全区农村养老服务覆盖率和可及度大幅提升。

在内蒙古，“养老”变“享老”的温暖图景正在实现。