

# 在天津融媒体粉丝节上,《今晚报》与读者畅谈养老话题 夕阳无限好,何以养天年?

本报记者 伊健

上周末,2023第十一届天津融媒体粉丝节亮相于津湾广场。津城声、屏、报、网、端等主流媒体集中亮相,为粉丝们奉献了一系列高品质的文化娱乐消费活动。作为本届融媒体粉丝节的重要组成部分,2023《今晚报》金口碑养老颁奖典礼也在此间举行,广大读者满意的养老机构评选名单同时发布。借着这次评选契机,津城也掀起了一场“何以养天年”的大讨论。

人到暮年,老人愿意在哪儿养老?是居家养老更温馨,还是选择机构养老更周到?一日三餐吃得好不好?愿意选择在社区老人家食堂就餐,还是自己做饭?生活中面临的最大难题又是什么?把自己的晚年生活完全寄托给儿女,真的现实吗?当这样一个个现实问题摆在眼前时,老人们显得犹豫不决,年轻人也在为未来的养老生活而思忖。

细细品味,人们关注养老话题,其中既是传统观念与现代生活的对冲,是经济条件与品质化养老的呼应,是政府、社会和家庭三方在全力打配合,更是老人家们面对晚年生活的自我认可。人们对养老话题的深切关注,恰恰是津城百姓对幸福晚年的殷殷期盼。

## “80后”已着手布局后半生

融媒体粉丝节的现场不仅迎来了众多老年人,同时也吸引来了不少年轻人,他们带着孩子来到津湾广场过周末,也随即融入粉丝节的热闹氛围中。看到《今晚报》正在和广大市民畅谈养老,很多“80后”也凑上前来,琢磨起了自己的养老问题。

在外人眼中,“80后”还是壮小伙、俏姑娘,是社会中年轻的中坚力量,现在谈养老是不是早了点?面对这一问题,参与本次活动的市民李函说:“再不规划就来不及了。想要获得晚年幸福,就得提早布局。”李函和她的爱人都是1981年生人,恍然间已经迈入了不惑之年。李函指着正在读初中的孩子说:“当我们老了,不敢指望他太多,能活动的时候就居家养老,万不得已时就得住去养老院养老了。”

在人们的传统观念里,一直传承着孝道文化,子女尽赡养父母之责是天经地义,那一句“养儿防老”久久流传。当社会进入高度都市化和信息化时代后,家庭结构和生活方式已发生了巨大的变化,传统的养老观念与现代生活必然会出现对冲。

李函的爱人关先生说:“关于入住养老院这件事,能够明显看出代际间的认知差异。”就比如他祖父母那一代,虽然也是在城市里生活,但那代人对入住养老院这件事并不主动接受,甚至老人们会将此视为上不了台面的事情,不愿与外人讲。到了“50后”和“60后”这一代,看待这一问题时明显开放了很多。“我爸妈就能主动接受,而且他们的同事、朋友们商量着到时候要在养老院里相聚,有人甚至已经开始前期试住、考察了。”关先生说。究其原因,就是这代人大多赶上了计划生育的年代,当孩子结婚后,要面对四位老人同时养老的境遇,对“养儿防老”的观念虽有继承,但已经有所松动。



老年人喜爱的产品(品牌)推选活动颁奖仪式现场。

本报记者 庞剑摄

李函说:“到了我们这一代,就更开放了,提前做好健康管理,做好养老金的布局。真到了那一天,我们俩就开开心心地挽着手入住养老院,尽最大可能过上充实又有品质的晚年生活。”

话虽如此,但想真正实现并不容易。立足当前,要面对的是四位白发苍苍的老人,父母们正在老去,儿女要在医疗、养老方面给予辅助;还有茁壮成长的孩子,未来很长一段时间关于孩子教育方面的投入少不了;看当下,家庭生活中难免还背负着房贷与车贷,从何时开始能为自己的养老问题着手“规划”呢?很多年轻人都陷入了茫然。

著名作家村上春树曾经说过:“我一直以为人是慢慢变老的。其实不是,人是一瞬间变老的。”关先生说:“如果以60岁作为自己晚年生活的起点,留给我们的准备时间满打满算只剩下18年了,我们一方面对自己的晚年生活的期望值越来越高,另一方面又要理性地面对这一严肃的话题,就怕到时候束手无策。”

有读者在活动现场表示,“80后”被人们戏称为“刚需一代”“迷茫一代”,结婚买房是“刚需”,孩子教育是“刚需”,养老或许也是这代人的“刚需”。希望《今晚报》能更多地关注养老事业的进程,介绍更多的养老新政,多传播一些健康适宜的养老方式,让“80后”面对养老问题时不再迷茫、更加从容。

## 养老不离社区不离家

在今年金口碑养老机构颁奖典礼上,被市民们称为“托老所”的养老机构出现在榜单上。这种养老方式吸引了市民们的关注,它的全称应该叫“社区嵌入式养老服务机构”。如今,在我们这座城市的每个街道或社区,都有这样的居家社区养老服务机构。

在北辰区集贤里街道的北医道社区,这家公建民营社区嵌入式养老机构于今年3月起正式运营,中心分为两层,总建筑面积达1000平方米,这家机构充分依托社区养老服务设施,由天津市北辰区华福养老服务中心负责运营,主要为社区内和周边有需要的老年人提供专业护理、生活照料、心理慰藉、居家入户等综合性养老服务。

中午,记者赶到北医道社区综合养老服务中心,看到“老人家食堂”已经有很多人等着买饭,12道刚出锅的菜品种

素搭配、式样丰富,一旁是打卤面、炸酱面,包子、馒头等面食也已被摆上了柜台。该中心负责人潘育生介绍说:“每天一楼食堂都是最热闹的地方,除了老人外,周边的居民、附近医院里的陪护家属等都会来我们这里用餐,有的公司员工默默地将这里变成了他们的食堂。”

民以食为天,对于符合补贴条件的长者,购餐的同时就可享受到价格减免优惠;而对于其他居民,这里的菜价也略低于市场同等价格,加上可选择的菜品多,又是现炒现卖,自然不愁客流。

依照《天津市民政局关于推进社区嵌入式养老服务机构发展的指导意见》要求,这里同时规划设置“三区一平台”,即托养区、日间照料区和多功能区,与专业机构共建智能养老服务平台。为社区老年人提供“三入四嵌一床位”服务,即入托、入照、入户,嵌餐、嵌智、嵌康、嵌护以及家庭养老床位,满足老年人和家属“一刻钟”社区居家养老服务圈的需求。

托养区设有15张护理床位,提供包括日间托养、短期托养、居家上门照护等为老服务。家住洋泽园小区的李大爷就是嵌入式养老的服务对象之一,今年6月份,李大爷因为肺炎住院了,康复后仍需居家吸氧、定期检测血氧含量。特别是上周连续多日的闷热天气,让老人顿感不适。这时,他不需要出门,北医道社区综合养老服务中心委派的护理人员会每天敲响老人的家门,为他测量血压、血氧含量、体温等基础数据,询问老人的身体状况,待老人吸上氧,并观察一段时间后再离开。同时,社区嵌入式养老服务机构还可以为老人们提供助浴、助急、助医、助行、助洁等更贴合需求的服务。

潘育生说:“养老服务中心就在老人身边,在家门口熟悉的环境和氛围中就能享受多样化的养老服务,营造出‘养老不离家’‘离家不离社区’、亲属就近探视、居民便于咨询的服务场景。我们更像是老人晚年生活的助手和驿站,充分利用有限的空间,打通养老服务的‘最后一米’。”同时,老人也可以像孩子一样,每天来到这里,吃饭有食堂、活动有中心、健康状况有人照看,满足老年人多元化的活动需求,提升归属感和幸福感。

## 养老院贵在全天候的照看

“我父亲是阿尔兹海默症患者,最近

病情加重了,他偶尔会出现暴躁、易怒情绪,甚至会影响到邻居们的正常生活。”在天津市为善园养老院采访时,记者见到了正在送父亲入住养老院的年轻人小李。交谈中,小李表达着他内心的纠结:“我父亲64岁时被确诊为患有阿尔兹海默症,我本不想将他送到养老院,依然维持着居家养老的状态,也担心亲戚朋友们说我不孝顺、看老人病情严重就把他‘踢’出了门。”但这段时间,小李发现父亲的病情愈发严重了,不仅记忆持续衰退,更严重的是他开始无意识地侵犯其他邻居的生活了。老人在家“闯祸”了,小李经常要马上放下手头工作跑回家处理善后事宜。

“当下,急需有个专门的人守护在他的身边,陪着他,避免他走失、阻止他‘闯祸’。”反复思索后,小李得出了这样的结论。

为善园养老院院长朱建国仔仔细细听着小李的介绍,他拍拍小伙子的肩膀说:“我们养老院里住着几位类似病症的老人,都是家人实在无能为力才把他们送到我们这里的,在这里能有专门的护理员去照顾他,家人随时可以来探望,想父亲了就过来陪他住一天。”

朱建国坦诚地说:“对于身体状况较为健康的活力老人,我还是建议他们居家享受晚年生活,老两口一起做做饭、旅行,把晚年生活过得精致些;对于一些病情相对较轻、意识清晰的老人,通过社区嵌入式养老服务机构也能得到周全的照顾;但对于半失能和失能失智的老人,为他们找到一家条件适中、护理周到的养老院很有必要,这种24小时全天候的守护是居家难以做到的。”

这份“必要”,源于养老院护理人员的专业。就拿前不久的一个案例来说,老人家今年86岁了,平时的身体状况就不佳,但因为有助理员24小时全周期照料,老人的身体一旦出现状况,护理员便能第一时间发现,及时拨打120电话进行救治。朱建国说:“这位老太太住我们养老院后,已被抢救过三四次了。”但今夏入伏后,老人的子女便决定把父母接回家休养,可没过几天,她就因心衰而去世了。

待料理完老人的后事后,子女们就来到为善园养老院,和院长道个别,更想表达感谢之情。在与护理员的交谈中提到了老人的病情,之前专门负责照顾这位老太太的护理员就说:“我经常要贴近老太太的鼻息处听听她的呼吸声,及时发现,及时救治。”但在家里,这些细微的变化往往无法被家人及时察觉,也就容易错过最佳的抢救时间。

在选择养老院时,价格问题是老人们十分关注的“硬指标”。通常情况下,这个价格不愿高于自己的退休金,既想为儿女减轻负担,更想给他们多留一点钱。对比价格、再对比硬件条件和软件服务,只有性价比高,才能吸引老人和家属们关注。

“每月3700元,这是对于失能老人的护理价格。对于活动自如的老人,价格还会降低。”朱建国介绍,“民营养老院的价格参差不齐,这主要与养老院的地理位置、硬件水平、服务质量相关,更与经营者的经营思路有关,同时还与老人的身体健康状况紧密关联。”根据老人的具体健康状况,确定合适的养老院,才是正确的选择。