

我市“微改造”覆盖家庭、楼道、小区

# 老年人日常生活愈发便利

## 不怕滑倒了

便携式淋浴器、崭新的马桶、防滑垫和“L”形、“U”形扶手……一件件不起眼的小设施，为63岁的车大爷解决了不少生活困扰。

老人所居住的425小区，始建于20世纪90年代，是典型的老旧小区。老式的房屋结构，面积都不大。特别是卫生间和浴室二合一，空间小、马桶低矮。对于腿有残疾且常年坐轮椅的车大爷而言，每次如厕都很困难，蹲起也很费劲。

“去年年底，我上完厕所，右腿突然瘫软，不停发颤。旁边没有扶手，不慎摔倒，养了好一阵才缓过来。”车大爷说起这件事，心里仍有些后怕。更让他担心的，是家里还住着87岁的老母亲，洗澡时地板滑，总怕她摔倒。

太白街社区工作人员得知了母子俩生活中的不便，主动介绍适老化改造相关政策，并为其向相关部门提出申请。很快获批，专业人员按照“一户一策”的标准，入户查看后，量身定制了改造方案。

今年1月份，改造完成，卫生间焕然一新。墙壁上，安装了扶手，老人起身时可以抓扶借力。地板上，铺了防滑垫，保障老人洗澡时的安全。另外，更换了高度适中的新马桶以及便携式淋浴器，即便坐着也能完成洗浴。

“很快就改造完了，所有的设施都特别实用，如厕、洗澡方便多了。”说起家中的适老化改造，车大爷和母亲非常满意。



家中安装的智能摄像头

## 隔“屏”云陪伴

王先生常年在外地工作，每天不止一次，要打开手机里的监控，看看家里的情况。虽是隔着屏幕，却仿佛近在咫尺。见年迈的父母一切安好，他放心了。

中铁十二局机关小区住着一对空巢老人，86岁的王大爷和84岁的老伴，唯一的儿子在外地。老两口身体不太好，孩子很挂念。有一次，王先生给老人打电话，却一直没人接，担心出了啥状况，赶忙拨通了西矿街社区网格员韩泽妮的电话。

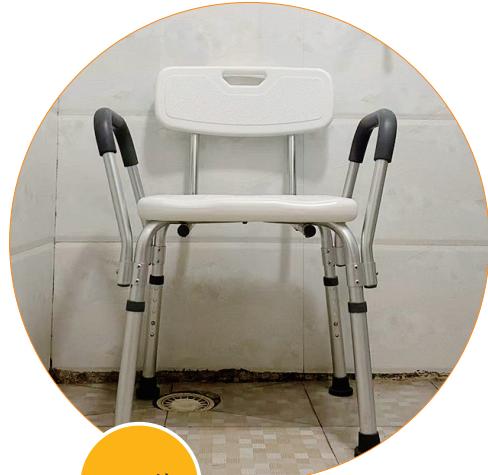
网格员立即赶到小区，敲门无人回应，也挺着急。正询问邻居有没有见到老两口时，王大爷和老伴互相搀扶着上了楼。原来，两人出门遛弯，忘拿手机，一场虚惊。

去年，相关部门开展适老化居家智能养老服务，免费为符合条件的老年人安装家庭监控。网格员首先想到王大爷家，在征得本人同意后，工作人员根据家居布局和需求，上门安装了智能摄像头。

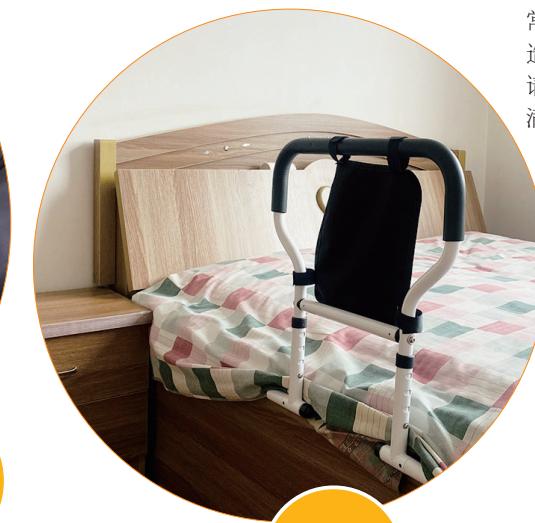
该设备可以绑定子女的手机，通过摄像头，随时观察到老人的生活状态，并实时通话。

“我在外地，总是牵挂老人。现在只要打开手机，就能实时看到父母的居家情况，解决了我的‘心病’。”王先生说。

加装了扶手，老人如厕不再累；安装了抓杆，起床不费劲；有了助浴椅，洗澡轻松多了……在太原，已有不少老年人，享受到适老化改造所带来的便利。今年的太原市政府工作报告提到，要“推动适老化适儿化改造”。很快，会有更多老年人的日常生活，产生可喜的变化。



助浴椅



起床扶手



多功能手杖

## 出门更方便

“有了这些东西，出行、洗澡都方便多了，确实很实用。”家住玉门花园A区13号楼的李润兰老人，对相关部门配发的适老化设施，称赞不已。

67岁的李大娘，是一名失独老人。腿脚不好，平时很少出门。玉园南社区网格员张萌主动将居家适老化改造项目告知老人，并帮忙提交了申请。

很快，有专人入户，根据老人的实际需求、居家环境，制订了改造方案。今年1月底，她领到了防滑垫、手杖、助浴椅“三件套”。

老人患有腿疾，每逢变天，疼起来一瘸一拐。即便在家里，行走也要扶着墙，慢慢挪步，给生活带来诸多不便。有了手杖，楼下的小花园总能见到老人的身影。“瞧，手杖有10个挡位，可以根据身高、舒适度自行调节。”她常拿着手杖，给周围的老人演示。扶手还有个“小机关”，安装上电池，就是手电筒，半夜起床去厕所，可以轻松照亮。

浴室里，也藏着不少“小心思”：一张防滑垫，4个角有吸盘，牢牢粘在地上，防滑又耐用；一张助浴椅，座面配有排水孔，坐着就能洗澡。这些小物件，已成为老人居家生活的“助手”。

家住西华苑四期2号楼的张相英，今年68岁，是一名独居老人。她3年前患脑瘤做过手术，常年小腿膝盖神经性疼痛，行走困难。适老化改造工作开始后，御德苑社区网格员张丽红帮忙申请，送来了助浴椅、防滑垫、手杖等适老用品。她满脸笑意地说：“方便，也安全多了。”

## 用起来得劲

“来，进屋瞧瞧。”在迎西家园小区，90岁高龄的熊大爷带着记者走进家里，参观适老化改造后的样子。

“这几个扶手，用起来可得劲儿了。”卧室的床边，装了金属扶手，旁人看来不起眼，对他而言却不可或缺。老人说，年纪大，还患有腰椎间盘突出，起床特麻烦。要翻身趴着，用手撑住床板，才能慢慢直起身。现在，每天醒来，两手一握床边的扶手，便能轻松起身。牢牢立在床边的扶手，还有防止坠床的作用。

女儿在外地，常挂念父亲。于是，御德苑社区网格员张睿玲特意帮老人申请了几样适老化设施。摆在客厅的智能摄像头、装在门上的报警器，以及手腕上的智能手环。简单的小物件，能发挥大作用。

有了可360度旋转的摄像头，孩子随时能看到家里的情况。有了智能手环，遇到紧急情况，老人触动手环按钮，女儿、网格员都能第一时间知晓，及时赶到。外出忘关门，超过20分钟，报警器会发送信息到网格员手机上，提醒注意。

不仅是居民家里，在楼道、小区里，也能找到适老化改造的暖心细节。比如，有的小区楼道，安装了轨道座椅式“爬楼机”，解决了老年人上下楼难题；有的小区拆掉进出单元楼的台阶，改成平缓的坡道，老年人不用担心磕绊……适老化改造体现的场景逐步扩展，让更多老人走出家门后，依然放心而舒适。

记者 李涛 文/摄