

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

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



多功能手杖