

子女花钱请家政 老人因此闹情绪 居家养老如何才能变“享老”

本报记者 梁智玲

每次回家看到父母忙碌不已，甚至累得腰疼，做子女的自然心疼。为了让父母从繁重的家务活中解脱出来，子女为父母请了家政服务，本想着是一件皆大欢喜的事情，没想到双方却为此闹得颇不愉快。老年人对上门家政服务有啥看法？居家养老如何才能更省心、舒心？让我们一起来听听老人和子女的心声。

朱女士今年44岁，居住在我市丰收路锦祥花园小区，是一名二胎妈妈。日常生活、工作、带孩子等诸多事情，经常让她忙得脱不开身。独居生活的母亲，是她最近几年最大的牵挂。“我妈今年已经70岁了，最近两年明显苍老了很多，经常腿疼，耳朵也有点背，我在生活上也不能时常照顾她，就想着找个家政服务减轻她的负担。”朱女士说。

小区张贴出的家政服务信息让她眼前一亮。她第一时间与对方取得联系，告知了家里的情况，并预约了几次上门家政服务。家政服务人员每周上门，彻底打扫卫生、擦窗户，中午还帮忙做一顿午餐。本想着老妈会为此高兴，可令她没想到的是，老妈竟为此闹起了情绪，认为她浪费钱，非要她把约好的家政服务退掉。“我还能动，请人干嘛？再说了，这点活哪用得着花冤枉钱？”母亲的理由也很充分。

朱女士认为，母亲是没苦硬吃。在生活中，母亲经常顾不上自己的身体，大事小事总是自己硬抗。就在不久前，她还踩着凳子擦洗油烟机，累得脖子、胳膊疼了好几天。“我听说老妈自己擦油烟机就生气，万一从凳子上摔下来咋办？”朱女士说。

记者从锦祥花园小区一则家政服务信息中了解到，目前的家政服务侧重于老年群体，针对70岁以上老人还开展了免费理发服务。“从咨询、签约家政服务的群体来看，老年人只占很小的比例。老年群体对家政服务的需求较大，但目前很多老年人对‘花钱买服务’这一概念还不接受，认为找家政就是乱花钱。”该家政服务中心的负责人说。

随着社会老龄化程度的逐渐加剧，养老成为很多家庭考虑的问题。如何让选择居家养老的老人更舒心、更轻松？点单式家政服务、嵌入式养老服务无疑将会成为很多家庭的选择。家住我市解放区民主街街道清里社区的刘女士说：“我今年62岁了，父亲85岁，在照顾父亲时经常感到劳累，上门家政服务真是帮了大忙。”她说，目前很多养老机构推出的助浴、短期护理、助餐等养老服务，让居家养老变得轻松许多。

对老年人来说，观念的转变也需要过程。市民赵女士说，母亲过

了70岁，体力明显下降了很多，经常做完家务就累得直不起腰。看着她佝偻的背影，心里特别不是滋味。后来，她偷偷找了家政帮忙做家务，刚开始时母亲有一些生气，但看到家里变得井井有条，她也不再受累，脸上也露出了笑容。“其实，老人家不舍得找家政，很多时候是出于一种传统观念和对金钱的珍惜。”赵女士的母亲说，但是随着社会的进步和老龄化的加剧，家政服务已经成为很多家庭不可或缺的一部分，不仅能减轻老人的负担，还能让老年人享受到更好的生活质量。

记者了解到，为方便老年人居家养老，我市通过设置家庭养老床位、规划建设社区老年食堂、进行家庭适老化改造等多种方式，缓解养老难题。目前，我市很多养老机构根据老年人的需求，针对社区老年人，开展了多样化的养老“点餐”服务。市站前路一家养老服务机构的负责人介绍，洗澡是高龄老人在生活中遇到的一大难题。为方便老年人洗澡，该机构推出了老年助浴服务，可接老人到养老机构洗澡，也可派专业养老照护人员上门为老年人服务。这项服务推出后，很受群众欢迎。“点单式家政、养老服务正在被广泛认可。针对居家养老的老年人实际需求，我们还将推出更多养老服务，为他们的幸福晚年护航。”该负责人说。

老人出门常迷路 家属不妨这样做

本报记者 梁智玲

随着年龄的增长，老人出现记忆力减退、健忘、迷路等情况是常有的事。“患阿尔茨海默症等病症的失智老人走失后容易发生受伤、跌倒等危险情况。天气变冷，早预防、早发现阿尔茨海默症早期症状，防止老人外出时迷路十分重要。”10月31日，市中医院脑病科四区主任李红宇提醒。

阿尔茨海默症是一种中枢神经系统的退行性病变，主要发生在老年或老年前期。疾病的主要特征包括进行性认知功能障碍和情感障碍。阿尔茨海默症的症状包括记忆障碍、失语、失用、失认以及视空间能力损害等。李红宇说，阿尔茨海默症在老年医学科比较常见，有几个危险信号，老年人家属可通过其日常表现进行判断。一是记忆力衰退，处理熟悉的事情出现困难，可能影响日常生活，如炒菜多次放盐、做完饭忘记关燃气，不知道穿衣服的次序等。二是语言表达出现困难，对时间、地点等感知混乱，如忘记简单的词语、记不清楚日期、讲不清楚自己所处的位置等。三是理解力或合理安排事物的能力下降，如不能正常与人交流，常把东西乱放等。四是情绪不稳定，行为异常，性格转变，如情绪大起大落、喜怒无常，变得多疑、自私、挑剔，失去做事的主动性等。

据介绍，阿尔茨海默症目前尚无彻底根治的方法，但通过良好的生活习惯，包括规律的体育锻炼、科学的饮食、适当的社交活动可以预防疾病的发生和发展。对于有记忆力减退症状或患有阿尔茨海默症的老人，家属应及时送诊，接受系统的治疗。在日常生活中，采取一些可行性强的方法，让患者不迷路、不走失，显得尤为重要。去年，市公安局联合市民政局免费发放了首批200个防走失“神器”。防走失“神器”具备多模块方位感知、4G网络回传功能，同时能够满足位置找寻、轨迹查询、越界预警等需求。监护人可以对佩戴人员居住、生活区域设定一个区域范围，如果佩戴人活动范围超出该区域，监护人就可以及时收到预警信息。今年，市公安局依托科技创新破题，研发失智人员救助平台，研创走失提醒、越界干预智能方位感知设备，并免费向全市发放。有需要的家庭可通过线上填写申领信息，或者直接向居住地派出所咨询，免费领取使用。

除此之外，李红宇还为大家推荐几种防老人走失的方法。一是如果老人随身携带手机，建议在手机里储存亲属、社区、属地派出所的联系电话，便于好心人或民警联系。二是可为老人制作一张身份卡，上面注明老人及家属的姓名、电话号码、家庭住址等信息，帮老人缝在衣服上。三是尽量避免老人独居，多陪伴老人，老人外出时最好有家人陪同，以免发生意外。

记者手记

多方考量，服务晚年

□梁智玲

市场有需求，服务有质量。当越来越多的家庭需要面对养老问题时，如何让养老服务的观念深入人心、如何规范化发展养老服务便成为一个社会课题。

对有养老需求的家庭来说，选择家政、养老服务要擦亮眼睛，通过正规、专业的平台，找技术过硬的服务人员，不仅能保证服务质量，还能让老人家更放心。同时，在选择养老服务时，子女也应该多关心老人的需求和感受，尊重他们的意愿。如果老人身体还硬朗，喜欢自己动

手，那就随老人的心思；如果老人身体不太好，或者需要人照顾，那就请个家政来帮忙，让老人轻松一些。

从社会层面来讲，各养老服务相关部门可从养老基础设施规划、养老人才培养、养老机构考核等方面着手，大力营造助老、敬老的氛围，多方面、多维度编织养老服务网络，让老年人适应社会变化，接受养老服务，过好幸福晚年。

