

乌镇老人如何「智慧」养老

“如果大门长时间不关,24小时内没有出入卫生间等,中心都会接到报警

单就保障安全一项服务,如果没有这些智能设备,只依靠人工上门确认,成本至少是现在的10倍

本报记者李坤晟

10月20日,浙江乌镇,第六届世界互联网大会如约而至。2014年第一届世界互联网大会召开时,乌镇本地互联网相关企业仅有12家。短短几年光景,乌镇培育引进的互联网企业已超过900家。

智慧政务、智慧教育、智慧医疗、智慧交通等高新技术产业的落地,深刻改变了乌镇人的生活,其中也包括乌镇老人的晚年生活。

物联网技术让居家养老更安全

81岁的胡晖是附近小有名气的“网红奶奶”。性格开朗的她将智能手机玩得比很多年轻人还溜——用手机APP“全民K歌”录歌是小菜一碟,拍抖音、做直播才算紧跟潮流。

身为一支平均年龄70岁以上,有40多名成员的广场舞社带头人,胡奶奶常在网上给队员挑选表演的行头。

“淘宝的东西好一点,如果考虑价格,也可以用拼多多。”在乌镇居家养老服务照料中心活动室,胡奶奶在手机上熟练地切换各种应用程序。

胡奶奶活得像年轻人,但只要出门,她总会带上SOS手环。

身体稍有不适的时候,轻轻一按手环上的紧急求助按钮,另一端的服务照料中心会立即派出工作人员。

冯韶军是这家从2015年开始运营的服务照料中心的负责人,“手环主要为高龄老人、独居老人设计,租金1天1块钱,已经有200多位老人开始佩戴。”

“对老人来说,快速感知身体状况,第一时间做出反应至关重要。”冯韶军说,通过智能设备,中心已经完成80多起救助。

去年10月,88岁的沈品文老人夜晚上厕所滑倒,臀骨骨折。她忍痛爬到桌边摸到SOS手环求助,工作人员收到警报后第一时间联系家属,但并没有联系上。工作人员随即通知社区站点上门救助,最终在短时间内将老人送上救护车。

除了主动呼叫,手环还有被动监测功能。曾有一位老人在家摔倒,动弹不得,但当时手环并不在身边。中心工作人员接到系统平台提示,发现老人的手环长时间没有位移,判断可能有意外发生,于是果断上门救助。

在乌镇居家养老服务中心,记者看到了包括SOS手环在内的数款智能设备,这些设备主要有紧急报警、红外线无人感应、门磁感应、电子围栏、GPS定位等功能。

如果大门长时间不关,24小时内没有出入卫生间等,中心都会接到报警。

“单就保障安全一项服务,如果没有这些智能设备,只依靠人工上门确认,成本至少是现在的10倍。”冯韶军说。

线上线下结合才是真“智慧”

“乌镇智慧养老是随着互联网大会的举办应运而生的。”桐乡市民政局社会救助与养老服务科科长李根说。

2014年,首届世界互联网大会在乌镇召开,乌镇当地开始寻找能同互联网结合的项目。“智慧养老”率先浮出水面。

今天的乌镇,老人人手一张“乐享生活卡”。这张卡会记录持卡老人的个人基本信息、健康信息、服务信息。老人们通过刷卡签到,就能享受服务照料中心的各种服务。

“以前我们只能聚在一起,晒晒太阳,拉拉家常。现在有一天不来中心活动,就不习惯了。”年近七十的沈淑銓老人,目前是广场舞社团的得力干将。

乌镇居家养老服务照料中心覆盖3个城镇社区和1个自然村,服务4000多位老人。但每天来中心吃午饭的老人大概在200余人次。运营第一年,冯韶军团队发现,很多高大上的设备利用率并不高。

最高大的技术并不意味最细致周到的服务。“仅仅依托‘线上’,不是真正的智慧养老。”冯韶军颇有感悟地说。

无论是基于传统思想,还是基于现实条件,大多数中国老人依然会选择居家养老。冯韶军团队也进行过摸底,90%的乌镇老人选择居家养老。

为了让智慧养老更接地气,经过一年多摸索,中心开始采用线上线下相结合的管理方式。

线上以智慧养老综合服务平台为核心,组建会员管理、服务需求评估、照护服务管理、社区服务交互、服务数据分析5个系统;线下以照料中心为依托,开展社区集中照料和居家上门服务照料。

在乌镇,老人可以通过手机随时选择送餐、修剪指甲、健康体检等多种上门服务,也可以一次性购买全年“打包式”服务。

“通过数据可视化系统,我们可以看到所有工作人员为老人上门服务的动态,也能查阅每个老人的信息,既保证了到达率,也能尽可能保证了质量。”冯韶军介绍说。

记者看到,智慧养老综合服务平台大屏旁,就是一张乌镇所在的桐乡市的电子地图,上面布满了红绿蓝三种颜色的小光圈。三种颜色分别代表当天上门服务动态完成项目,未服务项目,正在服务项目。

桐乡市民政局副局长李中中表示:“目前,桐乡市已初步形成了以智慧养老综合服务平台为核心,各级为老服务站点为依托,社会化运作机制为导向的‘互联网+’养老服务模式,打造了智慧养老的桐乡样本。”

中国打响社区养老攻坚战

- ◆ 2020年底前对所有纳入特困供养、建档立卡范围的高龄、失能、残疾老年人家庭实施适老化改造
- ◆ 2022年底前培养培训200万名养老护理员、10万名专兼职老年社会工作者
- ◆ 到2022年,社区100%配建养老服务设施,力争所有街道至少建有一个具备综合功能的社区养老服务机构

▲ 10月6日,在江西省南昌市南昌县武阳镇前进村的“颐养之家”,几名老人在午饭前一起聊天。

新华社记者彭昭之摄

图表信息来源:《民政部要求到2022年社区养老服务设施配建率达100%》

制图:陈琰泽

养个“中不溜”的孩子最幸福?

深度老龄社会加速到来,养老困局撕扯着无数家庭

本报记者邱冰清、陆华东

养育出优秀子女的家庭尤其是独生子女家庭,父母在接受亲朋邻里艳羡眼光的同时,早已随时做好“进养老院的准备”;

“苏大强”式父母以道德枷锁挟挟子女,让他们陷入“养儿防老”的漩涡中难以喘息;

子女不在身边的空巢老人,突发急病只能艰难地拨出求救电话甚至死在家里也无人知晓;

坐在马路边宁愿吸一整天的尾气,只是为了能看见“活物”,高龄独居老人内心的孤单难以想象;

农村留守的贫困老人,面对大病几无“还手之力”,或许只能在绝望中等待死神的降临……

截至去年底,我国60周岁及以上人口约2.49亿,其中65周岁及以上人口占了近七成,达1.67亿。深度老龄社会正加速到来。养老困局撕扯着无数家庭,子女与父母各有各的难。

全面小康社会,没有老人的幸福生活,是不完整的。如何让老人健康快乐地生活、优雅地老去,是关系“人民向往美好生活”的大问题。

儿子优秀却指望不上

起初没觉得有什么问题,直到生了病,老两口越来越感受到空巢的危机与生命的重荷

李勇(化名)今年65岁,老伴儿甄萍(化名)和他同岁。退休前,两口子都是市里的公务员。他们俩有个特别优秀的儿子,从大学开始,一路从中科大,到清华,再到天津,如今在英国工作。

在世俗意义上,有这样一个儿子,对任何的父母来说,都是一种骄傲和幸福。

周围邻居常常在羡慕两老优秀的儿子之余,感叹一句:“那么优秀有什么用呢,自己一点也指望不上。”

儿子远离中国,按照李勇的话说,他们老两口的“巢”就没有一天不是空的。起初,他们还没觉得孩子不在身边有什么问题。直到甄萍生了病,老两口越来越感受到空巢的危机与生命的重荷。

甄萍退休不到两年就患上了帕金森。患病初期,她还只是行动缺乏平衡性,生活上还能自理。随着时间的推移,甄萍的病一天天加重,家里找了一个保姆照顾甄萍。

疾病的到来,显然打破了李勇两口子早先对于老年生活的规划。他们原本打算退休后每年都选择一个地方旅游,隔段时间就去英国看看儿子,这样老两口自得其乐,孩子也没有负担。但退休前“老了以后绝不拖累孩子”的想法在严酷的现实面前不堪一击。“身体是说不行就不行啊。”这是甄萍生病后李勇常说的一句话。

即便老两口的生活质量因为甄萍的病急速降低,远在海外的儿子却帮不上什么忙。上厕所需要两个人架着,吃饭必须卡着固定时间点才不容易呛到……这些都是远在海外的儿子做不了的事情。

甄萍家的保姆说:“倒是经常跟他妈妈视频,但是每次都只会说一句:妈妈,我爱你呀。光把爱挂在嘴边有什么用呢?一点都不实惠啊!”

儿子也曾打算回国生活,但没有找到令自己满意的工作,只能暂时留在英国。“不成器的小孩是养来讨债的,太优秀的小孩是给社会培

养的,只有养个‘中不溜’小孩的父母最幸福。”了解李勇家情况的邻居感慨道。

为了让行动不便的甄萍能呼吸到室外新鲜空气,李勇先是买了辆带篷的电动车带甄萍出去逛。等到甄萍已经不能自己支撑着坐好时,李勇又买了辆SUV,还特意去学了驾照。如今,电动车、汽车都停在小区的院子里,落了灰,因为甄萍肺部感染住院了。

“哎,也许她‘走’了,对两口子来说都是一种解脱。”有邻居感叹。

女儿孝顺却难以解脱

似乎必须每个月空出大量时间完整地待在父母家,才称得上“孝顺”

年逾八旬的吴敏(化名)和老伴陈东(化名)有两儿两女,两个儿子和大女儿在身边,小女儿在距家1小时车程的城市。过去,早起锻炼身体、没事骑个自行车、跟着儿女出去旅游……70多岁的陈东几乎满头黑发,身形矫健,家里的事都是他在料理。因为有个他,老两口生活几乎不用子女操心,不定期回家看看就行。

几年前,陈东脑中风,左半边身子动起来没过去那么灵活了,以前话就不多的陈东,变得越来越沉默。陈东病了,整个家庭的生活节奏也跟着变了。吴敏变成了“身体好的那个人”,家里多了一个护工,不定期回家的子女也在老大的号召下排出了值班表按规定回家,原本留给孙女们小住的房子也变成了“值班室”……

护工只负责护理陈东的工作:早晨来帮他穿好衣服,做理疗,带着陈东出门稍稍锻炼,下午也重复类似工作,定期帮他洗澡。其他家务则主要由大女儿陈莉和小女儿陈夏承担。由于陈夏在外地工作,她的排班是每隔一周回来一趟,周五下班回来周日下午回去,负责晚上的“值班”和白天的家务。

陈东病了,吴敏的心情再也没有晴朗过。“天天在家唉声叹气,又吃不下饭,她心情不好我们大家也好不起来,还容易有摩擦。”陈东生病的第二年,大女儿陈莉退休了。除了小女儿陈夏“值班的”周末,其他时间都由陈莉负责。可以说,除了不需要她“值班”的晚上,陈莉的时间都给了父母。

陈莉和吴敏时有摩擦,却又互相离不开,她们共同盼望的就是陈夏回来的周末。对陈莉而言,她终于能得到“暂时解脱”,对吴敏来说则是“终于来了个态度好的。”

“差不多到周四,两个人都会打电话给我,问我这周回不回来,什么时候回来。”陈夏坦言,过去父亲没生病时,她虽不会固定时间回家,但平均下来也差不多半月回家一次,不觉得有什么负担。如今定下“规则”每隔一周回家“值班”,对她而言更像是一种“任务”。

“那种每个人都盼望你去解脱他们的急切,和你在那个环境中听到的全是满满的抱怨,让人觉得‘回家’变成了一种负担。”如果某一周陈夏不能按约定回家,她需要调班,抽空再补上。

陈东、吴敏退休工资很高,子女四人经济条件还不错。陈夏和哥哥、弟弟多次向母亲和大姐建议家里再找一个保姆,一个人负责带

父亲康复,一个人负责家务。这样大姐和母亲也不会因为家务活里鸡毛蒜皮的小事争执,也可以减轻子女的负担。结果遭到了父母的竭力反对,他们不喜欢家里有太多生人。

陈夏还有一年也将退休,到时候可能每月需要十到十五天留在家中照顾父母。“大姐早就跟我说,你退休了我也就好了。”

陈夏表示,自己仿佛是被铐上了伦理的枷锁。因为大姐做出了表率,似乎自己必须抛下在不同城市的丈夫和女儿,每个月空出三分之一乃至二分之一的完整时间完整地待在父母家,才称得上“孝顺”。

“我挺担心我妈的,人长期心情不好容易影响健康,我就是担心我妈照顾外公外婆把身体给弄垮了。”陈夏的女儿高月说。

身体越来越“不争气”

前年突发心脏病,挣扎着掏出口袋里的手机给儿子打了电话,“就差两分钟我就报废了”

崔浩(化名)说几句话就得揉一揉自己的腿。站了10分钟,崔浩有些支撑不住,扶着墙撑了会儿,还是拉着老伴王连珍(化名)一起坐下了。

“老了,不中用了。”崔浩30年前断过腿,当时没治好留下了后遗症,站不了多久。崔浩说话时得时不时地看一眼王连珍,确保她在自己的视线范围内。王连珍三年前得了老年痴呆,时而清醒,时而糊涂。“她糊涂的时候趁人不注意就出门了,幸好邻居在路上碰到她把她送回家。”

崔浩和王连珍两人都是82岁,育有一儿一女。儿子在县里工作,女儿嫁到了邻村。平时只有两位老人在家。老两口有两亩地,每年土地流转费用有2400元,外加80岁老人每月100元的补贴,两个人一年有近5000元的家用。

当记者问他,儿女女儿平时是否给钱时,崔浩顿了一下,说了句不给。随即,想到孙女,崔浩很开心,指着桌上的蛋黄派、牛奶等说:“孙女每次回来都会买东西给我们。”

崔浩年轻时在炼油厂当过工人,王连珍是生产队里负责妇女工作的,年轻时风风火火的两位老人,从没想到自己老了以后身体这么“不争气”。

“我有肺气肿、糖尿病、心脏病、胃糜烂,腿也不行,还得过脑梗。她除了老年痴呆,胃还不好。”崔浩边说着边掏出自己的药盒,数了数,自己每天要吃二十几颗药。“哎,钱不够用啊。吃药就要吃穷了。”

崔浩前年突发心脏病,自己挣扎着掏出口袋里的手机给儿子打了电话,儿子赶来送到镇上的医院,再转至县医院。“老太婆什么都不懂,我只能自己给儿子打电话啊。还好来得及,就差两分钟我就报废了。”

“站着心里难过,坐着腿疼头也疼。人老了,就像机器老化了一样,不中用了,差不多了。”崔浩说,真到了不能动的那天,也没办法。

当记者问崔浩,子女不在家,老两口身体都不好,为什么不去村里的养老院?崔浩告诉记者,村里的养老院主要负责五保老人等政府兜底的特殊群体,像他们这样想去养老院一个月得一两千元钱,“哪来这个钱呢?”