

# 静居伏城享清欢 医护常伴乐暮年

## ——“益寿光年”阳谷伏城医养中心解锁有温度的养老生活

文/本报记者 梁丽姣  
图/本报记者 张小石

走进山东健康“益寿光年”阳谷伏城医养中心，目之所及皆是暖意：休闲长椅上，几位老人晒着太阳唠着家常，笑声阵阵；康复区里，康复师正耐心陪着老人做康复训练，细致又贴心；颐彩学院内，有的老人挥毫泼墨，有的围坐打牌，热闹又惬意。这里没有冰冷的养老氛围，只有专业的守护、温情的陪伴和快乐的时光。阖家安居、结伴康养，早已成了这里的日常。

### 医养融合，筑牢晚年“健康盾”

4月24日上午8时许，76岁的王为民（化名）老人在伏城医养中心颐康医院的PT（物理治疗）室、OT（作业治疗）室，循序渐进地进行康复训练。康复师给老人制定了科学规范的训练方案，全程耐心引导，还细心纠正老人急促的步伐，陪着老人一点点恢复肢体功能。“这里的康复设备多、医生专业又有耐心，我在这里康复了一段时间，不用搀扶也能走一段路了。”王为民笑着说。

王为民的康复之路，正是中心医养结合的生动体现。中心设有按一级综合医院标准建设的颐康医院，内设内科、中医科、康复医学科等多个临床科室，以及CT室、B超室等检查科室，老人日常头疼脑热、慢性病发作，都能在这里得到及时妥善的治疗。

作为核心医疗支撑，颐康医院构建了完备的康复治疗体系，开设PT室、OT室，康复室配备齐全的专业康复器械，可精准开展电磁疗、肢体功能训练等针对性项目。康复专家团队会细致评估每位老人的身体状况，量身定制专属康复方案，全方位助力老人修复身体机能、增强体质。

考虑到老年人慢性病多、用药杂，老人入住时，医护团队会对老人进行全面健康检查，重新评估并科学调整用药方案，保障用药安全有效。针对失能、失智老人，医院专门打造“四位一

体”认知症防治照护中心，组建由医生、护士、康复师等组成的专业团队，提供全方位医疗护理、精神安慰和人文关怀。

“从建设之初，我们就立足老人全周期养老需求，引进先进的CCRC养老理念，组建了一支有温度、有情怀的专业团队，用心守护每一位老人，让他们安稳度过后半生。”山东健康集团康养发展公司总经理助理、伏城医养中心院长李殿斌说。

### 温情照护，点亮长者“幸福灯”

认知症防治照护中心里，住着不少受慢性病、重症困扰的老人。疾病夺走了他们正常表达能力和自控能力，情绪易失控，常表现出恐惧、反抗甚至攻击行为。

护理主管李苗苗已在这里工作近6年，起初面对老人无端的打骂也感觉委屈，但久而久之，她读懂了病症背后的无助与脆弱，学会了包容与理解。许多老人无法用语言表达需求，护理员便牢记每位老人的脾气、习惯，通过细微表情和肢体动作读懂他们的心思。

跌倒坠床、噎食、突发急症，都是老年照护的常见隐患，也是护理团队的重点防线。三餐时，护理员都会守在老人身边喂食，李苗苗也会来回巡视。凭着细心与责任心，她多次化解致命险情：包思林（化名）老人戴假牙吃饭时表情痛苦，她及时上前用海姆立克急救法化解假牙误吞危机；孙尚勤（化名）老人吃小番茄时脸色变得青紫，常规急救无效时，她不顾被咬伤的风险，徒手取出异物保住老人性命。

白天照护烦琐劳累，深夜值守更考验人。夜里是老年人心脑血管疾病高发时段，值班人员需反复巡查，留意老人睡眠与身体状况。老人们多睡眠浅、易醒，糖尿病老人需频繁更换纸尿裤，最忙时，李苗苗一晚上就给一位老人换了十几次纸尿裤。“照护老人，最需要的就是耐心和同理心，因人而异、温柔以待，才能给老人们一份安稳的陪伴。”李苗苗说。

这份辛苦中，也藏着双向奔赴的温情。冬天天冷，护理员常挽起袖子干活，有的老人会主动帮她们拉一拉袖子，轻声问



康复师指导老年人进行康复训练

“冷不冷”。一句关心、一个举动，便能抚平护理员的疲惫，也让李苗苗读懂了生命的厚度与意义。

### 多元文娱，绘就养老“喜乐图”

中心贴心规划动静分区，适配不同老人的养老需求：为失能、认知障碍老人打造安静舒适的照护专区，让其安心休养；为活力老人预留宽敞的休闲文娱空间，方便其聊天、遛弯儿、开展活动。

对于活力老人而言，每天的生活充实又精彩——早饭后，快乐管家带领大家做拍拍操、手势舞活动筋骨；自由活动区，打牌、下棋、书画、手工艺等项目任选；下午，大家一同练习八段锦，舒缓身心。中心还推出打卡积分制度，充分调动老人的参与热情，实现老有所学、老有所乐、老有所安。

4月24日上午，90岁的郭田君和91岁的霍玉盈夫妇相互搀扶着走进颐彩学院，郭田君直奔棋牌室和老姐妹打牌，霍玉盈则到书画室练习书法。夫妇俩在这里住了5年，除了刮风下雨，每天来颐彩学院参加活动已成习惯。

候鸟式旅居养老是中心的一大特色，每年接待外地老人35000余名，不少老人因认可这里的环境与服务选择长期

入住。这得益于中心得天独厚的地理位置——这里距正在建设中的雄商高铁阳谷东站仅1.5公里，高速路网四通八达，为异地康养提供了便利。

72岁的李佩金来自黑龙江省伊春市，自2024年起，每年5—9月，他都会和老伴跨越1800多公里来这里开启“候鸟式”养老。“老伴的姐姐姐夫都住在这里，来这儿就跟回家一样，甚至比在自己家还舒心自在呢。”李佩金笑着说。

“老人和家属愿意选择这里，对我们来说是一份莫大的信任，也让这份事业更有价值。”李殿斌说。多年来，中心不断探索，打造了多元化养老服务模式，既有专业机构集中养老，也有居家上门服务，为独居老人、特困家庭提供无陪护照料、助餐助浴等贴心服务，让养老服务更接地气、更暖人心。

康养是关乎每个家庭的暖心大事，既装着老人们的晚年期盼，更扛着沉甸甸的民生担当。阳谷伏城医养中心稳稳扛起养老重任，用心打磨集养老、医疗、居家、旅居于一体的服务模式，把细节做到极致、暖到心底，让每一位长者的夕阳红，都有温度、有光彩，让“老有所养、老有所依、老有所乐”的美好愿景，变成触手可及的日常。



李苗苗在陪老人进行上肢协调功能训练



老人在练习书法



器材齐全的康复训练室