新民晚报 社区版

家庭 周刊

2026年11月4日~11月10日
本期 8 版
第 F-944 期

国内统一连续出版物号 CN 31-0062　总第 9630 期　上海报业集团主管主办·上海新民社区传媒有限公司出版

从一扇门到万家门，他把专业照护送进认知症老人家庭

冯伟冬：为消失的记忆搭一条『旁路』

在我国，认知症老人数量已接近 1700 万，仅上海就超过 30 万人。在这一群体中，七到八成由家人照护，每位照护者平均每天的看护时长超过 13 小时。“一人失智，全家失衡”，正成为无数认知症老人家庭的真实写照。当老人一点点“退回自己的世界”，除了送进养老院，还能怎么办？

在虹口区曲阳路街道，一家年轻的公司正试图“回答”这个问题。30 岁出头的江苏南通小伙冯伟冬，带着医疗行业多年积累，创办海马忆护（上海）健康科技有限公司（以下简称“海马忆护”），打造了一个认知症全生命周期支持服务平台，致力于把专业照护和干预送进社区、机构和相关家庭。（本版图片由受访者提供）

◆记者　丁雨



■冯伟冬在养老机构的认知专区看望老人（右一）



■认知症老人日常训练中



■海马忆护干预师给老人开展干预训练

从“看见”到“出发”

2016 年，刚从生物制药专业毕业的冯伟冬来到上海，他先后在外资药企实验室、医疗公司、互联网医疗等领域工作，与“医院”打交道多了，他留意到，我国认知症患者约占全球病例的近 30%，就诊率却不足 2%，许多家庭把“老糊涂”当作正常衰老，确诊时往往已错过最佳干预窗口。“认知症通过早期综合干预，完全可能长期维持稳定、延缓进展，守住生活自理能力。”他想为这些老人做些什么，这份念头并非一时兴起，它的背后，藏着他的一段伤痛。

“我家有位长辈就是因认知症过世的，他的晚年就是被‘关’在家里，没有照护，也谈不上尊严，我想看看其他老人是怎样生活的。”带着这个心结，冯伟冬开始以“家属”身份探访多家养老院。

他见过被束缚带固定在椅子上的老人，也听过护理员当着他的面，对认知症老人冷嘲热讽。冯伟冬心里堵得厉害，他看见的，是一个活生生的人——也是别人的父母。

这些见闻在他心里挥之不去，一个念头也渐渐清晰：去帮助那些患有认知症的老人和他们的家庭。但辞职后，他没有急着创业，而是做了一个让不少人意外的决定——出国去日本，先当“学生”。

为什么是日本？在他看来，国内当时侧重基础生活照料，对认知症老人异常行为的应对经验不足；而日本老龄化严峻，在照护认知症老人这一领域起步早、落地成熟。“我想走进真实的照护现场，而不是停留在书本上的理论。”

在大阪一家华人养老集团，他做了近半年义工，与老人同吃同住，随一线护理员学习机构管理与日常照护，又走访多家养老机构和辅具市场。他逐渐体会到，国内养老机构更看重老人的人身安全与护理流程规范，日本则把“人本照护”放在首位，先接纳情绪、以陪伴代替照护。“并非国内的做法不足取，而是突发应对上，日本有不少值得借鉴的经验。”但日本模式根植于本土，难以直接移植。

他又前往澳大利亚，“希望多考察一条路径，探索适合国内老人的方案”。澳大利亚的照护侧重神经科学与蒙台梭利理念，注重保留长者残存能力——老人可以自己做料理、分配餐具、叠衣、种花，在安全前提下像正常人一样生活。在他看来，日本长于共情陪伴，澳大利亚偏重科学干预，二者恰好互补。在此期间，他考取了上海市高级养老护理员证书，这一高级（三级）职业技能证书须经理论与实操双重考核，在养老护理行业颇具分量。带着一路求学的积累，他在心里立下了一个目标：“我们计划打造国内首家获得国际蒙台梭利协会（AMI）MDDA（Montessori for Dementia, Disability and Ageing）全球机构认证的认知症专业照护机构。”

曲阳是实现理想的“沃土”

照护理想再“丰满”，也需要一块落地的“土壤”。回国后，冯伟冬辗转多个创业孵化基地，始终没能找到可以让照护真正落地的场景。经人引荐，他第一次走进曲阳，“从全市首家市民驿站，到率先探索认知障碍友好社区，曲阳在为老服务上的眼光与担当，让我一下子就动了心”。



■海马忆护团队开展认知症照护能力提升培训

曲阳路街道始建于 1978 年，是改革开放后上海重点建设的大型居民住宅区。上世纪 80 年代初，邓小平同志视察曲阳，留下“你们生活得好，我就高兴”的殷殷嘱托，这份对民生的关切，也成为曲阳社区服务一路先行的精神源头。

2008 年，全市首家市民驿站在玉田路诞生；2023 年起，街道又启动“认知障碍友好社区”建设，为 24 个居民区 6241 名老人做了风险测评，办起“乐智课堂”和“照护者沙龙”。可街道也清楚，科普筛查之外，曲阳缺少一支能把专业照护做扎实的团队。

了解到海马忆护的照护理念后，曲阳路街道营商办相关负责人黄斌很感兴趣，与冯伟冬多次交流后，公司很快落户。街道随即帮企业对接各部门与区民政，又牵线养老机构、金融服务等合作；今年 6 月，冯伟冬作为虹口企业代表登上“老博会”展厅。

合作也很快落到实处。海马忆护承接街道认知障碍友好社区深化项目，在社区开展风险筛查、科普与干预，并参与承办今年的敬老节主题活动。“十分感激曲阳给了初创公司难得的信任，未来业务可以走向全国，但‘根’永远留在曲阳；我们也计划在辖区落地专门的认知障碍照护样板机构和支持中心，沉淀出适合上海社区的运营模式，服务更多家庭。”

海马忆护走出“第三条路”

一家初创公司，就这样在曲阳扎下根来。

可扎根只是开始。一家认知症照护企业究竟能改变什么，答案要到一个个老人身上去找。“之前我遇见很多护理员连老人原先的工作背景都不知道，也打心眼里觉得没必要知道。可一旦了解老人的过去，当他情绪上来的时候，你就知道怎么引导他。”正因为相信“行为背后总有需求”，他记住了许多被旁人忽略的细节。一位曾在新疆工作生活过的老人躁动不安，护理员翻出一段新疆歌曲，旋律一起，老人很快平静，开始讲起当年的故事；一位退休英语教师对旁人简单的问候毫无反应，但一句“How are you”问过去，却像按下开关，他立刻回应“fine”“good afternoon”……

这些瞬间并非偶然。冯伟冬解释说，认知症最早夺走的是短期记忆，久远的记忆却往往保留着。他用“神经可塑性”来理解这一现象：神经元细胞体虽会坏死，但周围完好的细胞仍会伸出“小手”——突起，重新寻找下一个细胞，像在原本断路的地方搭一条“旁路”。“很多老人原本忘记曾经会做的事情，经过训练后又会了，就是这条‘旁路’搭好了。”

顺着这个逻辑，“怪异”的行为也有了应对路径。一位因突发脑中风后患上血管性痴呆的老人，总在厨房里大小便，家人一直认为“他是失禁了”，后通过冯伟冬和他的同事观察，“他只是认不出卫生间在哪里了”。于是，干预师在卫生间门上做了醒目的黄色标识，配合定向与感官训练，老人终于重新找到了那扇门。

冯伟冬还推崇蒙台梭利式的“日常劳作”，让老人剥豆子、叠衣服、整理床单，做力所能及的事。一位 88 岁认知症重度患者连儿子都不认识，通过训练后，却能自己叠被子、整理床铺，做一些力所能及的家务。“老人没有事情做，就会给你‘找麻烦’。我们在乎的不是结果，是他参与的过程，让他觉得自己还是个有用的人。”冯伟冬解释为何他总强调“要让老人‘动’起来”。

从“看懂行为”到“接住情绪”，冯伟冬一直把照护的落点放在共情上：“老人说想妈妈了，我就和他聊‘妈妈做的哪道菜最好吃’，然后陪着老人写菜单、买菜，尝试和老人一起复刻‘妈妈的味道’。”

说起“海马忆护”这个名字，冯伟冬坦言推敲了很久，最终落回一个严谨的医学名词——海马体。那是大脑中负责储存记忆的器官，配上一个“忆护”，大家一看便知，这是一家与记忆、与认知照护有关的公司。冯伟冬说：“其实我们每个人，都走在通往衰老的路上。谁也不知道，明天的自己会不会成为他们中的一员。”正因如此，他想把这件事做扎实。“我希望有一天，当我们自己老了，不用慌，也不用怕，知道有一个地方，能给我们专业而体面的照护。”