



# 病房里的『临时亲人』

累计服务患者八万余人次  
市一医院免陪照护服务覆盖七十一一个病区，



■ 护理员可娟娟  
左妍 摄

本报记者 左妍 实习生 张依文

申城街头巷尾已漾起新春气息，上海市第一人民医院虹口院区骨科11楼病区的走廊里，清晨7时便响起了护理员可娟娟轻快的脚步声。这位40多岁的河南大姐住的宿舍离病区不过五六分钟路程，却总习惯早早到岗，将护理用品整理妥当，让一天的照护工作从容开启。

面对老龄化进程加快、双职工家庭普遍化带来的“一人住院、全家停摆”困境，市一医院去年全面启动院内免陪照护服务，如今该服务已覆盖南北院区71个病区，累计服务患者8.23万人次。新春佳节临近，护理员们的脚步依旧忙碌，她们，是患者眼中的“临时亲人”。

## 细节记在心头

7时30分，白班照护正式开启，护士交班会上，可娟娟认真温习了患者的最新情况，哪床需要重点跟进康复训练，哪床老人行动不便需加倍细致照料，牢牢记在心头。

15床文女士刚做完腰椎、髋关节手术没几天，如今已能在可娟娟的搀扶下，扶着助行器慢慢挪步。“慢点儿，我扶着你。”可娟娟一手轻扶文女士的胳膊，一手护着她的腰，轻声叮嘱着。

回到病房，她熟练地打来温水，拧干毛巾为她擦脸。“先做好基础护理，再协助如厕、擦身。”可娟娟一边忙活，一边和记者说道。

隔壁病房里，来自安徽的20岁骨肉瘤患者小黄，正跟着可娟娟做康复训练。小姑娘经术前化疗后从老家来沪手术，因父母身体原因，仅由姥姥、奶奶陪同，起初满心紧张不安，可娟娟

的耐心照料，让她渐渐放下心来。小黄的床架着嵌入“照护呼叫服务”的暖屏，抬手就能联系到护理员。

“脚向上勾，对，保持3秒，真棒，我们再来一次。”可娟娟俯身在床边，一手轻托小黄的脚踝，一边柔声鼓励。

“可阿姨特别温柔，什么事都替我想到了，我一点都不害怕了。”小黄笑着说，春节前就能出院回家了。

忙完一轮护理，可娟娟和记者聊起家常。如今她住在医院附近的护理员宿舍，不用再24小时驻扎病房。“我们护理员轮流回家过年，今年我就不回去了，一来医院里患者需要人，二来也能多挣点钱，过年和家里打个视频就好。”话音刚落，床头的呼叫器便响了起来，可娟娟立刻放下水杯，快步走进病房查看情况。

## 无缝延伸院外

家住东宝兴路的张女士告诉记者，去年11月，86岁的母亲乘坐公交车时意外摔倒，被确诊为右小腿胫骨骨折。突如其来的意外，让兼顾工作与家庭的张女士瞬间陷入照料困境。

“脚托我根本不会用，看着妈妈卧床不起，我连她的伤腿都不敢碰，还要处理床上大小便的事，当时真的快崩溃了。”张女士回忆道。

“那一刻特别无助，还好医院有免陪照护服务，护理员张炳霞阿姨来之后，我一下子就觉得有了依靠。”张女士说，母亲因脚肿需要等待7天才能手术，张炳霞全程相伴、细致照料：察觉到老人头痒，便在老人身体稍好后每周做一次床上洗头；床上大小便这类家属难以应对的事，她处理得干净利落；老人术后疼痛焦虑，她便守在床边唠家常，耐心缓解老人的情绪。

术后10天，老人需要转至江湾医院做康复治疗，张女士最担心的便是新环境、新护理员的磨合问题。“换个护理员，至少要几天才能熟悉老人的情况。”抱着试一试的想法，张女士向医院提出希望张炳霞能提供延伸护理服务，没想到这一诉求很快得到满足，张炳霞随即跟着老人前往江湾医院，继续贴心照料。

熟悉的护理员，让康复过程格外顺畅。张女士仔细算过，若自己请假照料母亲，不仅缺乏专业护理知识，收入还会大打折扣，相比之下，免陪照护的费用与请假损失基本平衡，更重要的是，老人能得到专业、贴心的照料。如今，老人已能借助助行器自主上厕所，每天还能在客厅缓步走好几圈，生活基本能借助辅助工具自理。

## 智能手段提效

随着免陪照护体系日趋成熟，医院主动延伸服务半径，让“护理不止于出院”，实现了从医院到康复机构、从病房到家中的照护无缝衔接，为众多患者家庭破解了照料难题。

病房里，智能手段让照护更高效、更安心。卧床患者只需通过床头的“暖屏”或“照护支持应用”，抬手就能呼叫护理员，无需费力呼喊；家属则能通过手机，实时查看“协助进食、整理床单位、康复训练”等各项护理任务的完成进度。透明化的服务流程，让家属即便不在身边，也能随时掌握患者的照护情况。

“现在护理员全程参与查房，和我们一起工作，能更精准地掌握患者的病情和护理需求，照护的专业性也越来越高。”骨肿瘤、关节外科病房（北）护士长张晓丹表示。

医院打造免陪照护“市一模式”，不仅是为了解决患者家庭的陪护难题，更是为了探索老龄化背景下医疗照护服务的新路径。据悉，市一医院依托南丁格尔学校这一重要平台，构建起“岗前培训、在岗轮训、专项提升”相结合的培训体系，累计完成系统化培训1123人次，确保护理员100%持证上岗、规范服务。

假期老年人照护问题不再愁  
近400家养老机构提供“喘息式服务”

# 养老院的“暖心短托”



■ 『春节暖心短托』让老人舒心家人放心  
本报记者 刘敬 摄

本报记者 李一能 实习生 胡非凡

随着春节假期临近，不少家庭正为节日期间老年人的照护问题犯愁。为解决因家政人员返乡、子女外出等带来的老年人短期无人照看的难题，民政部门日前精心遴选并组织近400家具备专业服务能力的养老机构和社区长者照护之家，启动“春节暖心短托”服务项目，用“温情不打烊”的专业守护，为老年人家庭提供坚实后盾。

## 解家属燃眉之急

写书法、打麻将、下象棋……今天上午，记者来到徐汇区第三福利院，只见三楼活动区内喜气洋洋，老人们欢聚一堂，随处可见年味。

“一开始我担心父亲适应不了，没想到住了几天他特别喜欢，和我们以为的养老院大不一样。”杨家宁的父亲85岁，患有轻度认知障碍，而母亲年纪较大无法全身心照顾。相较于居家养老，杨家宁告诉记者，在徐汇区三福院，老人能得到更专业细致的陪护。“第一天刚进来就帮老人理发、洗澡、换衣服，我父亲之前在家里出现的身上瘙痒再也没有了。”在三福院短住两周后，杨家宁和父亲打消了一开始的顾虑，放心地转为养老长住。

虑，放心地转为养老长住。

今年已经91岁的魏其凤于2024年12月来到三福院，对于现在的生活，她用“天堂”来形容。“吃不用愁，穿不用愁，住不用愁。上上下下都很关心我。”从前，魏其凤自己买菜做饭搞卫生，生活自理，子女每周探望一次。随着年龄渐长，子女不再放心老人独自生活。“我都已经72岁了，很多东西也帮不上忙。三福院的短托真是解了我们的燃眉之急。这里离家近，服务周到，老人住得舒心，我们也放心。”魏其凤的儿子告诉记者，今年除夕夜，他们准备在三福院一起吃团圆饭。

## 汇全市优质资源

本次“春节暖心短托”服务覆盖全市范围，旨在为有需求的老年人提供从数日至数周不等的短期托养服务，即“喘息式服务”。参与服务的机构将为入住老人提供包括生活起居照料、科学膳食营养搭配、专业康复护理、日常健康监测管理以及丰富多彩的文娱活动在内的全方位、一站式服务，确保老年人在春节期间也能享受舒适、安全、愉悦的生活。符合条件的中度以上失能老年人，在享受短托照护的同时，还能按规定享受养老服务消费补贴，进一步减轻家庭负担。

去年春节期间，本市就已试点推广“春节短托”服务，取得了良好的效果，如部分养老机构内设绿色通道，联通社区卫生服务中心，为“短托照护”老年人提供在线咨询、预约挂号、远程诊疗、复诊配药等就医服务；部分养老机构进行跟踪服务，征询“短托照护”老年人及家属对于入住期间的感受及意见建议，得到了老

年人和家属的一致好评；部分养老机构为老年人提供测量血压、血糖、体温等健康监测服务，以及各类丰富多彩的群体活动。

试点期间，共有251名老人通过短托服务入住各机构，其中154名老人在体验了专业的照护和环境后，选择了转为长期入住。在成功试点的基础上，去年全年，市民政局积极动员更多养老服务机构加入提供短托服务的行列，全年累计服务老年人超2400人次，有效缓解了众多家庭在老人照护方面的临时性困难，获得了市民的广泛好评。据了解，全国不少省市也在借鉴上海做法后，开展了“短托”养老服务。

目前，上海各参与“春节暖心短托”服务的养老机构已做好人员、物资等方面的准备。有需求的市民可通过民政部门官方网站、微信公众号或养老服务热线，查询具体服务机构名单、服务内容、收费标准及申请流程等信息，为家中老人就近选择合适的短托服务。