

# “老同学”相伴守护“迷雾中的老人”

## ——普陀首家认知障碍照护专院探访记

午后阳光透过明亮的玻璃窗，洒在普陀区真光新村第八小区一栋经过改造的敬老院里。90岁的张阿婆坐在活动室靠窗的椅子上，眯着眼，她拍了拍身旁正在整理活动用品的工作人员：“老同学，我们今天做什么呀？”被她称为“老同学”的，是这里的工作人员，有时是护工，有时是院长。大家都对这个称呼心照不宣，它源于老人认知功能改变后独特的逻辑。

这里是真康敬老院，普陀区首家专门接收认知障碍老人的照护机构。最近，这里迎来了首批入住的10位老人。他们平均年龄超过85岁，都患有不同程度的认知障碍。

### 床位做减法 专业做加法

走进敬老院，环境整洁明亮，适老化设施随处可见，空气中没有沉闷的气味，反而隐约有舒缓的音乐流动。院长蔡颀介绍，这里的前身是一家核定84张床位的普通敬老院。经过专业化改造，床位数量“不增反降”，精简至54张有效床位。

她解释道，认知障碍老人的照护，不同于普通的养老服务，需要更开阔的公共活动空间和更精细的环境设计以降低风险、舒缓情绪，也需要更高的照护人员配比。目前，真康的护理员与老人配置比达到1:3，远超普通养老机构标准。此外，还配备了专职社工，所有管理人员也均需接受认知症照护培训。

活动室里有一处被称作“记忆咖啡馆”的角落，张阿婆有时会在这里，由护工陪着，慢慢将饼干还放进烤箱，或是摆弄几下咖啡壶。这些简单的动作，是她尚能胜任的“工作”，完成后，她常会露出满足的神情。房间里的“个人记忆盒”是另一



■ 今天早上，真康敬老院工作人员带领老人做健康操



■ 老人和护理人员在“记忆咖啡馆”拉家常

本报记者 张龙 摄

个巧思，里面放着老人家属准备的旧照片、常用物件。对于认知障碍老人来说，这个小小的盒子能帮助他们认出“这是我的地方”。

“我们希望不只是简单地‘看住’老人，而是通过专业干预，尽可能延缓他们认知衰退的进程。”因此，这里主要接收轻、中度认知障碍长者。一旦老人发展到重度，需要卧床或者用药物强力控制，我们也会协助家属将其转介至更合适的医疗或护理机构。因此，入住老人也需持有专业机构出具的认知障碍评估证明。照护机构每月的费用在7700元至9700元区间，根据房型与照护计划有所不同。蔡颀坦言：“费用不算低。但对于有刚性照护需求的家庭来说，其实是在为一个家买一份安心。老人得到专业的照护，家人也能减轻压力和负担。”

### 陪伴有方法 照护有温度

但真正让这里不一样的，还是人与人之间的温度。两年前，张阿

婆的老伴去世，她开始出现记忆力 and 判断力的减退。去年12月刚入住时，张阿婆每天都吵着要回家。护工汪阿姨和同事们总是像老街坊一样，坐下来陪她聊聊“家里”的事。今天天气怎样，窗台上的花开得如何，总是顺着她的话头，聊她年轻时的趣事、挽着她散步、做手工。渐渐地，老人把这里当成了另一个“家”，把每天悉心照料她的护工和时常来看她的院长，都认作是昔日的“老同学”。这个美丽的“错误”让她找到了归属感和安全感。如今，她每天脸上笑容也多了，活得简单而快乐。

81岁的老高被大家亲切地称为高老师，曾是大学教授的他除了轻微认知障碍，双目几近失明。入住至今不到十天，尚在“磨合期”，他说，这里什么都好，就是担心时间长了身体机能会退化，因此特别要求每天要保持足够的活动量。他看不见，就由护工搀扶着，从房间走到走廊，默默记下步数；从活动室到餐厅，记住转了几次弯。一遍遍行走，护工成了他可靠的“眼睛”。

汪平芝，老人们口中的汪阿姨，从安徽来沪从事养老护理已有两年多。“自己家里老人都不在了，孩子也大了，闲不住，想做点有意义的事。”谈及为何选择照护认知障碍老人，这位质朴的妇女说得很实在：“对老人好，这是积德的事情。”在她看来，这份工作最重要的是“耐心”和“真心”。她把老人当作自己的父母来对待，通过聊天、按摩、泡脚等细致关怀，让老人感受家的温暖。面对老人偶有的“过激”言行，她不急不恼，用善意去化解。看到老人从抗拒到依赖、从冷漠到绽露笑容，她感到充实而满足。

### 探索多模式 服务可上门

在老龄化程度日益加深的上海，出现认知障碍的老年人口数量也在快速增长。数据统计显示，老人年龄每增加6.3岁，认知障碍患病率就会增加1倍。每一个数字背后，都是一个在记忆迷雾中挣扎的老人和一个负重前行的家庭。

2025年12月，本市17部门联合制定《上海市应对老年期认知障碍行动实施方案》提出建立多元照护模式，构建居家、社区、机构相衔接的照护服务模式。

真康的探索，也并未止步于机构的围墙之内。蔡颀多次提到“要将服务带出去”，将专业照护延伸到社区。机构所在的真光新村正全力打造认知障碍友好社区，这为机构与社区联动提供了契机。目前，专院已签约31户家庭，提供“家庭照护床位”服务，由持证护工上门，提供生活照护、康复指导、情绪支持与家属技能培训，按需计时收费。

“很多家庭由于照护者缺乏专业知识，承受着巨大的身心压力。”蔡颀说，“我们前期介入既能提升老人当下的生活质量，也为未来可能需要的机构照护提前搭建信任桥梁。”此外，专院还计划在社区开展认知症科普活动，以及针对春节等照护“真空期”推出“临时短住”服务，缓解因“阿姨”返乡导致的家庭照护难题。 本报记者 解敏

## 「五分钟级」直达进社区 「五官之翼」腾空而起



■ 无人机携带医院特色制剂从市五官科医院汾阳院区起飞 本报记者 徐程 摄

低空物流配送体系启动 复旦大学附属耳鼻喉科医院

本报讯（记者 左妍）今天上午，伴随着一阵低沉的轰鸣声，一架印着“五官之翼”字样的无人机从复旦大学附属耳鼻喉科医院（上海市五官科医院）汾阳院区缓缓升空，精准装载该院特色制剂后，朝着打浦桥街道社区卫生服务中心的方向飞去。不到10分钟，无人机平稳降落在社区医院的指定区域。

这场“低空飞行”，正是“五官之翼，光明之路”互联网分级诊疗·无人机配送启动仪式的核心环节，是全国首个从三甲医院到社区医院的低空物流配送，标志着这家专科医院在推动优质医疗资源下沉社区的进程中，迈出了跨越性的一步。

作为耳鼻喉科三甲医院，复旦耳鼻喉科医院的不少特色制

剂需冷藏保存或满足患者急用需求，传统地面配送却常遭遇“最后一公里”瓶颈：交通拥堵拖慢时效，高温天气威胁冷链药品品质，高频次小批量配送又拉高成本，难以常态化覆盖社区。

为破解这一难题，医院经过周密筹备，率先引入低空无人机物流体系。依托上海地区56家互联网签约单位（含17家社区医院）的分级诊疗网络，打造“医院—社区”直线低空物流走廊，为优化医疗资源布局按下“加速键”。

复旦大学附属耳鼻喉科医院门急诊办公室/互联网医院办公室主任谢诗蓉表示，这一创新模式的价值，体现在看得见的改变里：传统互联网药品配送超24小时的时效，被压缩至5—10分钟的“分钟级”直达；无人机搭载的恒温货箱，全程守护冷藏制剂品质，彻底消除冷链配送的“温度断点”风险；规模化运营还降低了单次运输成本，让急用药、冷藏药等特殊制剂“即时可及”，社区患者在家门口就能便捷获取。

据了解，无人机配送将从初期“需定点定时”模式，逐步升级为“高频次、响应式”智慧物流网络。医院计划在试点基础上，把服务辐射到上海更多社区，同时拓展配送品类，未来还将试水社区采样标本“无人机快速送检”，进一步缩短患者诊断等待时间。

## 想拔罐？下个团购单

### 全市首家！新江湾城社区卫生服务中心套餐上线美团

本报讯（记者 孙云）“中医拔罐养生 38元”“中医拔罐疗法+红外线3次 98元（原价198元）”“护士上门换药、血管通路 197元（原价198元）”——你是否想到过，打开美团App就能团购家门口的社区卫生服务中心服务套餐？新年伊始，杨浦区新江湾城社区卫生服务中心作为全市首个“吃螃蟹者”，在美团平台上线了三款医疗卫生服务产品。这不仅是社区卫生服务中心在数字化便民服务领域的突破，也体现了杨浦利用“大厂”集聚优势，在互联网经济服务民生中的又一创新实践。

新江湾城社区是一个年轻的社区，中青年居民占比很高，辖区内的湾谷科技园、抖音、哔哩哔哩等园区和互联网大厂还有很多中青年白领，他们习惯于在手机上购买各类生活服务和获取各类服务信息。针对这一特点，新江湾城社区卫生服务中心通过智慧赋能+流程再造，重塑社区卫生服务体验。率先上线的服务精准对接居

民高频需求与居家场景，不仅有伤口造口护理门诊、口腔保健挂号，还有中医特色疗法、居家护理、带管患者专业维护等内容。其中，中医疗法是社区卫生服务中心的一大特色，单次仅38元的中医拔罐养生由资深中医技师开展，可以缓解居民颈肩腰腿痛等常见不适，价格则与社会机构的市场价持平，性价比很高。上门换药服务则由经验丰富的护士确保无菌规范操作，可以为术后患者、慢性伤口患者及行动不便者解决奔波之苦。“上门血管通路维护”（如PICC、输液港维护）也是由经过严格培训的专业护士团队提供，保障带管患者治疗间歇期的安全，大大减少频繁往返医院的负担。

跨前一步，主动下沉服务社区居民和园区上班族，在沪上许多社区卫生服务中心都已有实践，在美团开通挂号服务和形象展示的也已有不少，此次新江湾城社区卫生服务中心上线团购套餐，更是在“互联网+医疗健康”政策引导下的一次全新探索。