

徐汇“老吾老计划”，为照护家庭卸下重压 化解“一人失能，全家失衡”困境

文 / 记者 沈艺飞 图 / 资料



在老龄化日益加深的今天,许多家庭面临着“一人失能,全家失衡”的困境。在徐汇区,60岁以上老年人口已占全区总人口的36.4%,居家失能、高龄独居家庭的照护压力尤为突出。为了缓解家庭照护者的压力,提升居家养老的质量,徐汇正全面推进“老吾老计划”。

打通养老服务的“最后一米”

近几个月来,徐汇区第三老年福利院(以下简称三福院)走进凌云街道,通过护理培训、实操指导、入户服务等方式,为失能老人家庭提供系统化支持,帮助家庭照护者提升专业能力,缓解长期照护压力。据悉,三福院与街道协商,因地制宜分设了北、中、南三个支持中心。无论在哪个片区,居民们都能就近找到专业的照护支持,打通养老服务的“最后一米”。

“以前总觉得自己照顾得挺周到了,现在才知道,原来喂饭都有这么多学问。”在一次家庭照护能力辅导课上,居民李阿姨分享了自己的收获。她

的老伴因中风行动不便,进食时经常出现呛咳。经过培训后,李阿姨学会了正确的进食体位和喂食技巧,老人进食情况明显改善。“不仅吃饭更安全了,胃口也比以前好了不少。”李阿姨说。

除了基础照护技能培训,认知障碍照护也是项目重点内容之一。居民王阿姨曾因母亲患有轻度认知障碍而倍感焦虑,对老人反复提问、情绪波动等行为难以理解。参加专题培训后,她逐渐认识到这些表现并非老人故意为之,而是疾病带来的影响,并学习了沟通陪伴技巧。“现在母亲的情绪稳定多了,我们相处起来也轻松了不少。”王阿姨说。



入户指导贴近家庭实际需求

相比课堂培训,入户指导则更加贴近家庭实际需求。今年70岁的陈爷爷患有认知障碍多年,生活起居已无法自理。作为失独家庭,家中照护重担全部落在老伴王奶奶一人肩上。长期高强度照护让王奶奶身心俱疲,家庭养老一度陷入困境。

上门开展入户照护指导期间,王奶奶主动向工作人员倾诉长期居家照护面临的各类难处与现实困境。工作人员当场精准匹配院内服务资源,细致为老人讲解机构喘息服务相关内容。在了解到老人符合相关政策条件后,工作人员主动协助办理居家长期护理保险申请手续,同时介绍了机构喘息服务等资源,帮助家属减轻照护负担。

目前,陈爷爷已顺利享受到居家长护险服务,

专业护理人员定期上门开展照护服务。对于王奶奶而言,这不仅减轻了日常护理压力,也让她获得了难得的喘息空间。



“老吾老计划”在家庭与专业照护之间架起桥梁

作为上海市2026年基本养老服务清单项目之一,“老吾老计划”正在尝试构建从技能培训到入户指导、从政策链接到心理支持的家庭照护全过程服务体系。徐汇区正是依托辖区内专业养老服务机构,通过照护技能培训、护理实训、入户指导等多元方式,为失能老年人家庭提供持续支持服务,在家庭与专业照护之间架起一座桥梁。

“许多家庭缺的并不是爱,而是专业照护知识和社会支持。”三福院相关负责人表示,希望通过“老吾老计划”,将专业养老服务从机构延伸到家庭,让照护者获得更多支持,让老年人在熟悉的家庭环境中享受到更有品质、更有尊严的晚年生活。

