2026年11月1日
星期日
责编 缪佳祎
版式 虞君明

这座城市的养老服务因为年轻人的加入更添温暖底色

00后舟山姑娘朱珊露，成了老人的“小孙女”

□记者 陈佩佩

临近正午，禾仁庭闸乐颐养社区护养区飘来阵阵饭菜香。朱珊露正在一间病房里忙着给老人喂午饭。“阿公，我们吃饭嘞！”她俯下身帮老人掖好被角，戴上一次性手套，一手端碗、一手握勺，把一勺温热的饭菜稳稳送到老人嘴边。走到下一间房，她又细心调整老人背后的靠垫，轻声问问胃口好不好。走廊里有人隔着老远喊“小朱”，她笑着应一声，手上的动作丝毫没停。

几年前，舟山养老机构护理岗位多是“60后”“70后”，“小老人照顾老老人”曾是行业常态。如今，越来越多“90后”“00后”专业护士走进养老一线，发挥专业优势，守护老年人的健康与体面，为这座城市的养老服务增添温暖底色。


照护老人需要耐心与细心

朱珊露为老人按摩腿脚

跨界选择：助产专业毕业生走进养老院

朱珊露是2001年出生的舟山姑娘，毕业于浙江舟山群岛新区旅游与健康职业学院助产专业。按原本的职业轨迹，她该和大多数同学一样走进医院产科，迎接一个个新生命。毕业后，她先在一家医院做了半年护士。一次刷招聘软件时，她看到一家养老机构的招人信息，抱着“试试能不能干”的想法投出简历。2024年8月，她正式成为一名养老护理员。

这个选择一开始没少遭质疑。母亲最想不通：年轻小姑娘，怎么偏偏去做照料老人的活？

即便家人难以认同，朱珊露依旧一头扎进养老行业。她跟母亲说：“能陪老人走完人生最后一段路，我觉得很荣幸，也找到了自己的价值。我有系统的护理底子，也相信能把这份工作做好。”

可真正上手后，她才发现，这份工作的琐碎与辛苦，远远超出想象。

她负责的护养区住着30多位失能、半失能老人，最年轻的70多岁，院区里还有百岁老人。每天7点40分到岗，交班查房、监测体温血压、按医嘱给药、喂饭喂药、翻身叩背、擦身更衣、压疮防范、处理排泄物……一天的日程被细碎的照护事项填得满满当当。

“原来觉得养老护理员就是给老人穿衣、陪着玩，细心、有耐心就行。”朱珊露说，真做起来才知道处处是讲究，翻身预防压疮，力道轻了没用，重了怕弄疼老人；擦身要精准把控水温和力度，皮肤脆弱的老人稍不注意就会泛红；叩背排痰、轮椅转运也都有标准操作。刚入行时，给一位老人擦完汗，她就满头大汗，如今这些操作已驾轻就熟。

护士出身的她，工作不只基础照料。针对行动不便的老人，她参与制定康复计划，指导被动肢体锻炼、行走训练与床椅转移；协助护士长把控护理质量，参与带教培训，把标准化操作带给更多一线护理员。

将心比心：在陪伴中学会理解衰老

一开始处理老人大小便，朱珊露也别扭过，下班后要缓好久才能平复。但看着床上动弹不得的老人，她总想着“人人都有老的一天”，咬咬牙就扛过去了。时间久了，她反倒觉得这就是日常工作的一部分。

助产专业的学习背景，成了她照护老人的底气。之前有位老人吃葡萄时突发噎食，嘴唇发紫，她第一时间用海姆立克急救法施救，同时呼叫医护人员，最终帮老人排出异物，转危为安。

比体力劳作更难的，是安抚老人的情绪。不少认知障碍老人抗拒服药，总疑心药里“有毒”；有的情绪失控、出言指责，甚至追在身后谩骂。从业初期，朱珊露曾对此感到委屈和不解，但在日复一日的照护中，她逐渐摸索出与老人相处的办法，耐着性子解释这是医生配的药，再转移话题聊老人感兴趣的事，聊着聊着，老人就愿意配合了。她渐渐明白，失能老人身体受限，心理也敏感脆弱，机械的流程化照料，护不住老人的尊严，也安抚不了他们的情绪。

从那以后，朱珊露试着把自己放进“孙辈”的角色里。老人爱拉着人唠家常，哪怕手里活再多，她也会停下听几句；子女在外地的老人想要视频，她随时帮忙连线调试。有老人用舟山土话叫她“宝贝”，每次听到，她都觉得心里一暖。

而这份工作让人最难以适应的，是离别。护养区的老人大多高龄、常年卧床，有人住着住着就“走了”。入职以来，她已经历十多次老人离世。有一次，她还盘算着，第二天给一位常照顾的奶奶多添件衣服，推出去晒晒太阳，结果上班时突然收到老人离世的消息。

“前一刻还在跟你说话，下一刻人就不在了。”第一次面对这样的离别，朱珊露很难接受。带教老师跟她说，产科是把人迎进来，养老护理是陪人走好最后一程，两件事一样重要。“见过离别越多，我越觉得，这份岗位缺不了人。”她说，自己最大的心愿，就是让老人们都能体体面面地走。


朱珊露在给老人喂饭

蓄力深耕：“00后”青春力量汇入银发赛道

刚做护理员的前几个月，朋友问起工作，朱珊露常常含糊带过，不愿细说。现在再有人问，她会坦然回答：“在养老院做护理员。”

母亲的态度也从一开始的坚决反对，慢慢变成理解和支持。每次听她讲养老院里的趣事，母亲都会觉得欣慰。“她现在觉得，我做这份工作没给她丢脸。”朱珊露笑着说。

入职以来，朱珊露已经考出养老护理员初级资格证书，最近又报了中级养老护理员培训班，打算一步步把岗位技能夯实，沿着专业路径往上走。助产专业背景加上一线照护实操经验，也让她对未来有了更清晰的方向，扎根养老行业，用专业知识给老人更优质的照护。

聊起自己年老之后的规划，朱珊露坦言，等年老之后，自己也愿意入住养老院。现在的专业养老机构，早已不是大家印象里无奈的选择，而是能够提供完善健康保障、康复支持、心理关怀兼具专业与温情的照护空间。

朱珊露的选择并非个例。她所在的禾仁庭闸乐颐养社区里，90后、00后护理员占比已达20%，年纪最小的一位出生于2006年。“年轻人亲和力强，擅长和老人沟通，组织康乐活动、教老人使用智能手机、线上挂号都很有优势。”禾仁庭闸乐颐养社区护士长陈阿苏介绍，院里实行分层管理，一线护理员主要承担喂饭、洗漱、排泄照料等日常生活照护；具备护士资质的人员重点负责给药、医疗照护、康复方案制定指导、压疮防控、突发事件处置、心理照护以及护理质量监督、护理员带教培训。年轻护士在校经过系统专业学习，还有临床实践基础，经过院内带教，鼻饲、压疮护理、生命体征监测、康复指导都能独立开展。“年轻人的加入，让我们整个护理员队伍的专业素养和操作规范性都有了明显提升。”

近年来，舟山持续优化养老服务供给，夯实基层照护能力，精心打造“家门口”的养老服务枢纽。与此同时，我市把养老护理人才队伍作为服务提质的核心支撑，加快构建“引育培用留”全链条培养体系，聚焦失能照护、认知障碍照护等一线刚需设置精准培训，补齐从业人员专业能力短板，推动全市养老服务质量稳步提升。相信未来会有越来越多的年轻护理员加入，在细碎的日常里守护长者的晚年体面。

照片由受访者提供