

00后养老护理员张双有一群特殊的“粉丝”——

她用靓丽青春宠爱“夕阳红”

● 长沙晚报全媒体记者 李金

8月19日是“中国医师节”，当白衣天使们收到节日祝福时，在湘江新区泰康之家·湘园健康照护区，“粉色天使”00后张双也收到了一群特殊“粉丝”——24位患有认知症的爹爹阿姨的笑容和掌声。

今年人社部在“养老护理员”职业下增设了“社区助老员”“老年助浴员”2个工种。今年刚从湘潭卫工职业学院毕业的张双，来到梅溪湖街道华茂社区的泰康之家工作，兼顾这两个岗位，用“爱心、细心、耐心和同理心”照护这些有认知障碍的老人家。

打破认知：接纳并认可照护好长辈的前提

19日，记者走进健康照护区，恰是午饭时。只见一群白发苍苍的爹爹阿姨穿着五颜六色的围兜，正围着两个长桌吃饭。

“奶奶，来吃一口饭，可好吃了。”笑容满面的张双一手端碗一手拿勺子，微微蹲下身，给闹情绪不吃饭的李奶奶耐心喂饭。

张双喂一口，李奶奶就吃一口。偶尔李奶奶会把喂进嘴里的饭吐出来，张双温柔地哄着说：“奶奶乖，吃完饭就带你看电视哈。”

她青春洋溢的脸庞给护理区增添了不少朝气；她的耐心温情给爷爷奶奶们带来了更多温暖。

“让长辈们吃饭很重要，他们就跟很小的孩子一样，不知道饿或者拒绝吃饭。”张双介绍道，她最重要的工作便是认知症长辈的餐饮营养照护。

原来，患有认知症会导致老人记忆力退化或认知出现时空混乱等症状，会“无法自主吃饭”；或因心情郁闷导致“不愿吃饭”；也有老人不理解为何要吃饭以及无法觉察到饥饿因而“不知要吃饭”。

但对于老人们而言，充足的营养摄入是照护中至关重要的环节。“我会根据长辈们各自的身体状况和饮食特点制订他们的餐饮计划，保证营养摄入。”张双告诉记者，去年5月份她就来实习了，一开始很不适应甚至有点委屈。

在她刚实习时，遇到一位爷爷，拒绝进食，最长有三天三夜水米不进，短短半个月便瘦了5公斤。这位刘爷爷又比较沉默，不喜欢表达，也不愿意跟工作人员沟通。

工作人员和家属以及医生沟通后，给他插鼻饲管，帮助他摄入营养。没想到刘爷爷大发脾气，特别抗拒。

“当时很委屈，在家我都没这么照顾过爷爷奶奶。”好在张双的委屈经过指导后得到了释怀，她用更多耐心和爱心来“讨好”刘爷爷，时不时“无事献殷勤”，给他送水、送牛奶、送粥，建立熟悉感。功夫不负有心人，一个月后，刘爷爷终于愿意进食了。

“通过这个事情，我意识到要照顾好长辈们不仅需要耐心、细心和爱心，也需要同理心，把他们当小孩子哄着护着也要疼爱着。”张双说。



张双耐心陪长辈做游戏，逗长辈开心。
长沙晚报全媒体记者 李金 摄

重塑理念：照护老人是门技术活

过去在很多人眼里，“养老护理员”等同于“老年人的保姆”，职业认同感不高，不少家长都不愿意自己的儿女大学毕业去“给老人家当保姆，端屎端尿”。

对此，张双笑道，自己没想那么多。“把爷爷奶奶们照顾好，获得他们子女们的认可，我有了满满获得感和成就感！”

前段时间，这里入住了一位86岁高龄的长辈，之前他已经在国外的养老院卧床、插管了大半年。通过细心观察，张双发现他对于多感官刺激疗法有回应，比如在他焦躁的时候，轻轻抚摸他，通过触觉可以舒缓他的情绪。于是张双和同事们就坚持通过这样的方式来照护他。忽然有一天，张双扶着老人的时候，发现他居然能走路了。“这份成就感，真是难以言表！”

照顾老人家，管吃管喝就差不多了。照顾好老人家，尤其是有认知症的长辈们，则需要很强的专业技能。

这些特殊的长辈每天都是“新的一天”，他们一觉醒来昨天的人和事可能全部不记得了。每天清早，张双都会满面笑容重复着昨天打招呼的话：奶奶早上好，我是张双，我是来照顾您的！

张双告诉记者，虽然这些长辈的记忆只有一天，但他们的脾气性格相对稳定。通过长久细心观察、用心熟悉，然后投其所好，在新的一天里，她便能迅速跟他们成为朋友，打成一片。

“跟长辈们相处时，首先要认同他们，而不是反驳他们，哪怕他们说的都是错的。”张双分享起工作心得：比如，本来刚刚吃完饭，但长辈非说怎么还不吃饭。你

千万别告诉他“已经吃过了”。他会不理解，因为他确实是忘记了吃过饭这件事了。你得告诉他“好的，再过一会儿马上就吃饭了。”然后拿一点点小点心给他吃，带他看电视转移他的注意力，让他忘记“吃饭”这件事。

每个人都要老，尤其是随着我国人口老龄化加剧，急需更多优秀的养老护理员。聊起职业规划，张双打算深耕养老行业，持续提升自己的护理技能，考取“营养师”“心理咨询师”等相关证书，踏踏实实走好每一步，照护好每一位爷爷奶奶。“我在长沙工作很开心，也希望通过自己和小伙伴们的努力，让越来越多的老人家来长沙幸福养老！”

■ “Z世代”入职记”系列报道④

赤马湖体育滑雪场今年暑期举办了6期免费培训活动
免费培训让青少年爱上滑雪

长沙晚报8月19日讯（全媒体记者 颜开云 通讯员 刘志光）19日，位于浏阳市沙市镇的赤马湖体育滑雪场迎来30名学习滑雪的青少年，这是该滑雪场今年暑期举办的第6期免费培训活动。

赤马湖体育滑雪场是湖南省首个室内滑雪场，建筑面积近1.5万平方米，于2011年11月投入运营。“场内分别设有初级滑道和中级滑道，适合不同层次的滑雪爱好者参与。”

赤马湖体育滑雪场办公室主任黄孟玲说，10多年的运营和推广，加上北京冬奥会影响，让赤马湖滑雪成为不少长株潭游客青睐的运动项目，“今年夏天，我们已接待了1万多名滑雪爱好者。”

孩子是滑雪的主力军，赤马湖体育滑雪场作为长沙市研学基地，今年以来共接待、培训学生3万多人。据了解，为了让更多青少年爱上滑雪，自2020年以来，

在长沙市教育局、长沙市体育局的指导支持下，赤马湖体育滑雪场每年暑假都推出免费滑雪培训活动。今年暑假，又安排了6期，每期30人，由专业教练带着孩子们在滑雪场学习训练。

与此同时，为推广冰雪运动，赤马湖体育滑雪场连续多年与当地的赤马中学合作，定期举办“夏令营”“冬令营”等活动，培训学生滑雪。

“科技医生”问诊河湖“富贵病”
宁乡运用现代科技手段开展蓝藻水华预防

长沙晚报8月19日讯（全媒体记者 张禹 通讯员 王竞维 刘梓琦）近期，受夏季高温天气影响，水体富营养化风险大大增加，蓝藻水华极易在河湖爆发，威胁生态系统功能的正常运行与水质安全。为持续深入打好碧水保卫战，长沙市生态环境局宁乡分局迅速响应，积极开展蓝藻水华预防行动。

连日来，长沙市生态环境局宁乡分局指挥生态环境监测站专业人员，携带便携式检测仪，深入辖区内各重点断面及饮用水水源等关键水域，开展现场检测工作。生态环境监测站专业人员介绍，这些便携式检测仪，能够在短时间内高效、精准地对水体中的蓝藻密度、叶绿素含量等关键指标进行快速分析。此举宛如请来了一位“科技医生”，问诊河湖水体“富贵病”，为蓝藻水

华的防控工作提供有力的数据支撑。

在传统的蓝藻水华防控中，往往依赖于人工巡查和经验判断，效率与准确性均有所欠缺。此次行动中，长沙市生态环境局宁乡分局充分利用现代科技手段，通过大数据分析、在线监测与现场快速检测相结合的方式，构建起了一套全方位、多层次的蓝藻水华预防体系，大大提高了监测的效率和准确性。

与此同时，长沙市生态环境局宁乡分局积极与相关部门沟通协调，共同研究制定蓝藻水华预防与治理的综合方案。通过优化水体环境、增强水体自净能力、实施生态修复工程等一系列措施，从源头上减少蓝藻水华的发生概率，确保水质安全和生态系统的健康稳定。

长沙县星沙街道部分小区附近新增“限时早市”
买菜方便了，出行不难了

长沙晚报8月19日讯（全媒体记者 吴鑫飏 通讯员 刘萍）近日，长沙县星沙街道部分小区附近新增“限时早市”，让居民感受到了城市管理面子与里子二者兼顾的新变化。

19日早上，记者来到长沙县星沙街道凤凰城小区附近，只见“限时早市”内忙碌、和谐、有序，行政执法人员正在巡查，不少附近居民在挑选新鲜的蔬菜。

居民李女士告诉记者，这个区域居住人口有近两万人，附近并没有大型农贸市场，流动摊贩的存在解决了居民买菜的需求，但是每到上下班时段，摆摊占道行为又极大影响了正常出行，让居民困扰不已。

“如果直接‘一刀切’地不允许摆摊，会给部分需要买菜的居民带来不便。”长沙县行政执法局星沙行政执法队相关负责人表示，为在便利与有序之间找到平衡，他们深入各

小区周边进行实地走访，认真了解群众与摊主双方的诉求，并主动与社区、小区物业形成联动，共同制定管理方案。

社区根据方案在小区周边设立临时疏导点，规定每天早上9时前，由执法人员、社区工作人员负责规范流动摊贩有序摆放，并督促其9时后及时收摊；收摊后路面将由物业工作人员负责清理、冲洗。

“起初还会埋怨政府管得太多，后来渐渐发现不仅路面清爽了、投诉少了，我们的生意反而更好了。”摊主黄先生说，如今，“九点就走、保持整洁”已成了摊主们的共识，不少摊主收摊时还会注意打扫好摊位周边卫生。

“我们不仅早上有地方买菜，上班下班的时候道路也干干净净的，便民又有秩序，这样太好了！”采访中，不少居民为这样的变化竖起大拇指点赞。

老小区加装电梯患上“拖延症”？

居民反映：惠泽园小区加装电梯工期超出约定日期 施工方回应：目前电梯已安装，9月10日前完成全部施工

● 长沙晚报全媒体记者 罗悦

近日，芙蓉区居民陈女士通过长沙晚报全媒体群众工作平台留言求助称，其居住的小区楼栋加装电梯，施工已经用时将近一年，工程进度才一半。现在偶尔只有一两个工人在施工，远超合同上的完工日期。“本来加装电梯都是考虑家里老人方便，现在钱都交完了，却迟迟不完工。”陈女士称。

针对市民反映的问题，晚报帮帮团记者进行了调查。电梯施工方回应称，目前陈女士所在楼栋的电梯已安装完毕，预计9月10日前完成该小区14台加装电梯的全部施工。

居民：电梯加装工期拖延，超出约定完工日期

陈女士家住芙蓉区荷花路与马王堆中路交叉口的惠泽园小区，该小区交付时低层楼栋并未安装电梯。陈女士所在的楼栋是6层建筑，在此居住的居民有不少老人和小孩，上下楼梯非常不方便，“希望加装电梯能尽快完工，能早日用上电梯。”居民十分期盼。

陈女士告诉记者，去年10月初，自己居住的楼栋单元全体出资业主与乙方湖南华强机电有限公司就加装电梯一事签订了合同，安装一台西奥客梯，总费用56.379万元，为该单元12户业主自筹资金。合同约定施工总工期为合同报建完成之日起的125个工作日，乙方发送给甲方的施工计划显示，整个工程包括代办加装电梯报建手续，完成报建手续所需要的所有工作，按报建施工图纸及双方同意的方案进行井道、候梯厅建设与装修，电梯设备的购买、运输、安装调试、检测、验收开通等步骤。

去年12月20日，陈女士所在楼栋单元的电梯加装项目投入施工，截至目前完成了井道封顶施工。根据陈女士提供的付款支出记录显示，从2月3日基坑制作完成付款到5月21日三层主体完工付

款，间隔长达3个多月。

陈女士向记者提供了一份“承诺书”。该承诺书显示，项目承建方湖南华强机电有限公司（企业）承诺增设电梯项目于2024年6月30日前顺利通过验收。

“目前并不是每天都在施工，偶尔一两天有工人在施工。”陈女士告诉记者，眼看着工期越拖越长，她想知道什么时候才能施工完。让她烦心的还有电梯施工带来的麻烦，“建筑施工垃圾很多，搞得楼道里很脏乱，一下雨，打通的连接处也经常漏水。”“4~5个月能完工的事，搞了快一年了。”“为什么拖这么久都没完工啊？”小区不少居民表示同样的疑惑。

8月17日下午，记者来到惠泽园小区，在小区楼栋单元的电梯加装现场，记者看到电梯的大体结构基本完成，一楼电梯口堆积着不少建筑材料，周边搭建着脚手架和绿色围挡，并未见到有工人施工。

位于小区里的加装电梯项目部大门紧闭，门上贴有工程施工进度计划表。计划表显示，惠泽园小区B3栋等7台电梯的竣工日期为今年5月20日，A3栋等7台电梯加装工程竣工日期为今年6月4日。



记者在现场看到，一楼电梯口堆积着不少建筑材料，周边搭建着脚手架和绿色围挡，未见有工人施工。
长沙晚报全媒体记者 罗悦 摄

施工方：目前电梯已安装，9月10日前完成全部施工

8月18日上午，记者再次来到惠泽园小区。在湖南华强机电有限公司惠泽园加装电梯项目部，记者见到了加装电梯施工项目负责人。

对于居民反映“电梯加装工期拖延”的说法，该项目负责人给出了回复。“合同约定的125个工作日。去年12月，项目仅施工了几天，挖了基坑就遇上雨雪天气。之后施工过程中，因为燃气管道改建和业主砌墙等协商问题，一度停工。”

该项目负责人介绍，陈女士所在楼栋单元施工进度缓慢的主要原因是燃气管道改建耽误了时间。燃气管道改建首先需要把管道移位，才能进行之后的电梯加装工作。因为该原因，施工推迟了2个月。

随后，该负责人向记者展示了一份燃气管道改建记录，显示施工队4月14日开始对陈女士所在楼栋单元的燃气管道进行改建，改建花费一周时间。“实际上，我们是4月22日才开始对陈女士所在楼栋单元的电梯加装正式施工。加上6月因为暴雨天气和中高考，整个月都没有施工。”

当记者询问小区电梯何时完工时，该负责人拨打陈女士所在楼栋单元班组长电话，确认该楼栋电梯已安装完毕，目前只剩下装修部分，加装电梯施工基本接近尾声。该负责人称，预计9月10日前拆除完该小区共14台电梯外的脚手架，完成全部施工。

晚报
帮帮团民有所呼 我有所应
深入调查 帮你解难责编/李春璞
美编/邓莉娜 校对/李乐

留言板(2024-8-7)

肖女士：我们是润和长郡小区业主，原本地下车库建了充电桩，但近期改造到了楼面。移到外面以后充电时间延长了2小时，收费增加了74%。我们觉得非常不合理，咨询了物业他们也表示无奈，希望相关部门能帮助维权。

回音壁(2024-8-9)

望城区月亮岛街道办事处：您好，留言已悉！此前街道办事处已收到过相关投诉，经核实，润和长郡小区充电桩目前由第三方公司承担运营。小区充电桩是便民设施，现行收费标准确实存在不合理之处。但当前大范围的改建还未结束，等改建工程完成后，街道将与第三方公司进行沟通，实行合理定价，统一价。