

人物: 护理员 陈凤芹 55 岁

多看、勤跑 照看失智失能老人有妙招



陈凤芹喂老人吃饭

本报讯 今年 55 岁的陈凤芹是顺馨老年公寓的护理员，她勤快又喜欢和老人聊天，整栋楼层的老人见到她都会亲切地叫她“乖乖”。陈凤芹说，护理员的工作虽琐碎，除了照顾老人还是照顾老人，但这份工作却充满着温情，在这里让她再次尝到了为人子女的幸福。

三年前，陈凤芹来公寓做护理员，刚开始还有些不适应。有一次，她给老人喂饭，老人突然猛地抬手，一巴掌打在陈凤芹身上，端在手里的饭菜瞬间一片狼藉。“每次挨打后，我都会躲起来哭一场。”陈凤芹说，现在不论被打被骂，自己都不在乎了，这种心态的改变并不是对工作的妥协，而是在与这些老人相处的过程中，她感受到了那种亲人间的依赖。

“我父母去世早，孩子们都已成家立业，我在这里工作图个踏实。”陈凤芹家住高新区接庄镇，她每天 5 点半起床，6 点半准时出现在公寓里，1000 多天的坚守让陈凤芹成了公寓里老人们的“贴心人”。每天早上她来到公寓时，多数老人还未起床，陈凤芹要帮他们穿衣、洗漱、吃早点，当她终于能坐下来吃饭时，已经是 9 点多了。“如果有老人呼叫我，无论手中正在做什么，必须马上放下，立即向老人房间飞奔去。”陈凤芹在公寓里负责照顾的多为失能、半失能老人，平均年龄 80 岁。说起照顾老人，陈凤芹总结了四个字——多看、勤跑。虽然年过五十，陈凤芹腿脚麻利又有力气，对于她的照顾，老人们赞不绝口。

与陈凤芹同在一个楼层的护理员还有 3 个人，大家都是好姐妹，平均年龄为 45 岁。“我们是上白班的，老人一天的照看护理全靠我们几个人。”陈凤芹告诉记者，她是护理员中的老大姐，平时照顾老人自当更加仔细，同时也要时刻关注老人的情绪变化。“别看公寓里的老人经常叫我‘乖乖’，他们有时也像个孩子，很容易生气，一哄就又笑了。”

上午 11 时 30 分，陈凤芹在阳台上帮失能老人进行食物粉碎，一个个摆放整齐的饭盒、一台榨汁机，她有条不紊地忙碌着。很多老人身体不便，需要护理员喂饭，有时一顿饭就需要护理员弯腰 40 多分钟。“累了就直起身子停一下，然后赶紧继续，如果中途休息，很多老人就不吃饭了，这样对他们的身体不好。”陈凤芹说，干老年人护理工作没有耐心不行，没有爱心更不行，自己不仅要问心无愧，对老人更要用心。

(苏茜茜 报道)

快过节了，老年公寓里的他们又要忙活起来啦

耐心 细心 用心， 做老人 贴心人

如今，生活在老年公寓里的老人越来越多了，老人们在公寓里的日常生活离不开护理、保洁、伙房等工作人员的细心照料。55 岁的护理员陈凤芹说，在这里照顾老人，她再次尝到了为人子女的幸福；59 岁的后厨师傅龙兴河说，在这里掌勺和在家一样，老人们吃饭，健康、卫生最重要。

人物: 后厨师傅 龙兴河 59 岁

卫生、健康 在这里做饭要和在家一样



龙兴河在后厨备菜

本报讯 “工作二十多年，我是食品安全的把关者。”今年 59 岁的龙兴河是顺馨老年公寓伙房负责人。“龙师傅做的饭比外面餐馆的可口，嚼着软乎，吃起来也新鲜。”今年 80 岁的李桂英老人是老年公寓里的“老住户”，在她看来，评价一家公寓的好坏，伙食非常关键。

绿豆芽肉丝、土豆炖鸡、辣椒干页豆腐、海米油菜，中午的食谱一出，龙兴河就开始忙碌起来。顺馨老年公寓现在执行老人点菜制，根据老人点的菜，伙房负责人统一调度采购。“老年人吃饭必须讲究，入口的东西马虎不得。”龙兴河告诉记者，他年轻时在城区一家大型饭店工作，那时做饭不仅要造型别致，口感也要“够味”，酸甜辣必须做足。来到老年公寓后，龙兴河的掌勺模式发生了很大变化。“在家里给亲人怎样做饭，在这里就怎样做。首先要保证食材新鲜，还要注意少油少盐。”为了让老人吃到可口的菜品，龙兴河每天都会跑到老人身边询问意见，有时根据老人的爱好设计菜谱，什么助消化、什么润肺止咳、什么补充维生素等等。

同在伙房的师傅张祥君比龙兴河小几岁。在他看来，龙兴河是个有经验且负责任的“大师傅”。“他对食材的搭配很有一套，选购食材时很小心也很仔细。记得有一次，有个采购的小伙子买来的白菜不新鲜，龙师傅果断扔掉，说这样的菜坚决不能上老人的餐桌。”张祥君本在外地做餐饮，由于住在济宁的父母日渐年老，一年前他回到济宁并应聘了老年公寓的这份工作。张祥君说，若是以后父母愿意来公寓住，能有龙师傅这样的大厨掌勺，他会很放心。

“后厨的大师傅们就要开始忙活了。”龙兴河告诉记者，眼下临近元旦，老年公寓的后厨师傅一点不比饭店厨师轻松，不仅每天照常负责老人和员工的一日三餐，还要提早备好过节食材，制作节日菜谱。每逢过节，他们总是三口两口地吃完饭后，赶紧回到后厨开始忙活。“这些年，越来越多的老人选择在公寓里过春节，人多了，我们自然就更忙了。”据龙兴河介绍，除夕当天，他们要给老人准备饺子和一顿丰盛的年夜饭，摆好各种健康搭配的饭菜，再给老人送到房间里去。虽然任务繁重，但龙兴河一直坚守一个真理——“在这里做饭，和家里一样。”

(苏茜茜 报道)