

辅助床可以帮助老人移位,床垫可以预防和治疗褥疮……

照护老人将会越来越轻松

舒舒服服洗个澡,踏踏实实睡个觉,轻轻松松遛个弯……这些对于大多数人来说简单的日常小事,对于失能或半失能老人而言,都是巨大的挑战。

板抬起功能,可用于辅助老人以仰卧或侧卧的姿态完成日常皮肤清洁。针对只能仰卧进行淋浴的老人,产品还在床垫下方做出了专门的减压设计。当老人安

平,便于糖尿病患者的日常血糖管理。此外,它还有蓝牙传输和可选高低血糖警报功能,当葡萄糖水平过高或过低时,它会提醒用户。

如何让老年人居家生活更舒适?

据了解,已有参展企业上海试点“长者善居”项目,走进社区,为老年群体提供改造服务。目前,首个“长者善居”家庭已完成改造。

设计师通过上门走访,为社区内一对老年夫妇量身打造家居解决方案,特别考虑了老年人在视力、听力和身体灵活性方面的挑战。

关于健康养老,还有多少可能?

今年10月,民政部、全国老龄办发布公报显示,截至2023年末,全国60周岁及以上老年人口已超2.9亿。据预测,2050年前后,我国老年人口数将达到峰值——4.87亿。可以说,银发经济是一片广阔的“蓝海”。

今年1月,国务院办公厅印发了首个以“银发经济”命名的政策文件,明确国家将着力培育高精尖产品和高品质服务模式,让老年人共享发展成果,安享幸福晚年。

7月21日,《中共中央关于进一步全面深化改革、推进中国式现代化的决定》发布,明确发展银发经济,创造适合老年人的多样化、个性化就业岗位。

近日,第7届虹桥国际经济论坛“共享银发经济:老龄化社会的新机遇”分论坛发布了《银发电商发展报告》,首次提出银发电商概念,并提出促进银发电商健康发展的对策建议。

据统计,前6届中国国际进口博览会养老康复及辅助产品预计成交额累计达3.48亿美元。相信未来还将有更多展商汇聚于此,带来一系列创新适老设计和服务,让先进的理念和技术交汇。

据央视新闻

故乡的炊烟

田恩忠

在我的脑海中,总有这样一幅画面:漫步在田间小路上,一轮红日像颗红豆,燃红了东天的霞光。袅袅炊烟飘着饭香,呼唤劳作的男人享受温馨与欢畅。炊烟宁静、古朴,让我和同辈人深深地眷恋。

炊烟是故乡的诗人。记得那个年代,吃饭是个大问题,于是就有人有意在粥里放红薯,让大家吃了顶饿。有时,有人用白高粱碾成黍米,熬出饭来汪着浓浓的液汁,清香扑鼻。往事如烟,每当忆起老家老屋飘出的炊烟,我都会沉浸在美好的记忆中。

炊烟是故乡的梦想。上世纪七八十年代,全国掀起文学热。我和很多青年一样,做着当作家的梦。这是我那个阶段人生的坐标,犹如大海的航标灯,黑暗里的萤火虫,是人生的奔头和希望之光。我和朋友们成立了《乡土》文学社,我被选为社长兼主编,副社长是邢承谦,编委是杨耀峰、刘德如,联络科长是刘胜义,美编是于泽海、郭万祥。我们还请当时《无名文学》的主编李子为刊物题名,请县委办公室的刘云甲设计封面。《乡土》杂志问世,带着泥土的芳香,充满生机。杨耀峰还通过《北京文学》编辑给作家浩然写信、寄刊,浩然还回信鼓励了我们。沧县籍著名作家蒋子龙也回信说,几十个农村青年,热爱生活,喜欢文学,自写、自刻、自印,自己出版发行,是干事业的气魄。我们还请沧县籍作家肖复兴当我们的顾问。

后来,我们35名文学社的成员都有作品和书籍出版,12人成了国家干部,还有的当了画家和企业家。炊烟是送我们一代人进步的底气,伴随着文学的高光时代,也是我们梦想成真的时代。

炊烟是故乡的乡愁。记得我上小学的时候,打草、打菜、拾柴火是那时人们的主业。家家户户都为柴火犯愁,没有柴火哪来的炊烟?怎谈得上吃饭?自古开门七件事,柴米油盐酱醋茶,柴在首位。我们小的时候,春天里天不亮就下打草。那时,没有钟表,我们听云雀(我们叫它“鹤鹤”)叫就起床,天亮后打满了草筐,就赶回家去上学。

时光流逝,如今回到故乡,路边的蒿草、芦苇、庄稼秸秆没人要了,长势疯狂。家乡父老都烧天然气,用电饭煲了。炊烟渐渐渐远,留下一抹乡愁,缠绵在心头。



防褥疮翻身床垫

近日,第7届中国国际进口博览会火热进行中,医疗器械及医药保健展区持续火爆。其中的健康养老专区就瞄准老年照护“痛点”,集中展示了一批适老设备。

如何让老年人移动起来更安全?

有一款多功能体位辅助床,可以改变形态:担架位置、座椅位置和站立位置,每种形态下都支持左右侧倾。通过电动操作,可以实现老年人的半坐半立和渐进式站立,帮助其锻炼腰部和大腿力量。

如何让老年人卧床更舒心?

一些参展企业推出了防褥疮翻身床垫,配合气泵使用可实现“小气候管理”——让人体皮肤和床垫接触的部分时刻保持空气流动,可用于预防和治疗压力损伤或压力性溃疡。

如何让老年人洗浴更安心?

一款淋浴推床具有电动升降及背



可以实时查看葡萄糖水平的传感器和手机应用程序

全、平稳地仰卧在淋浴推床上后,照护者还可以根据自己的身高,将淋浴床的平面调整到让自己感到舒服的高度。

如何让血糖监测更便捷?

一款葡萄糖监测系统可通过传感器和手机应用程序,实时查看葡萄糖水



老游戏

牛崇岭

老年人都有小时候喜欢玩且至今忘不了的老游戏。

老游戏看起来简单,做起来有趣。“鸡毛蒜毫”这个游戏,是由5个方格子组成的十字形,双方各执4枚棋子,摆在专用棋盘两端的4个点上。玩游戏的人一边念着“鸡毛蒜毫”,一边走棋。念到“鸡”字,棋子原地不动;念到“毛”“蒜”各走一步,且中间不能有棋子阻挡;念到“毫”时,遇到对方棋子,就可以把对方棋子吃掉。

记得小时候,两个人面对面

席地而坐,中间用木棍儿画好棋盘,一人拿4个石子,一人拿4个土坷垃,就可以玩了。现在,我们是在纸上画好棋盘,用杏核或大豆作棋子,干净又卫生。游戏前,两个人用“石头剪刀布”的方式决定谁先走。很多棋类游戏在决定谁先走这个环节都是先走者沾光,只有“鸡毛蒜毫”这个游戏往往是谁先走谁输。因此,双方出拳时,都不愿先出,有时还会耍赖,为的是让对方先走“鸡毛蒜毫”的第一步。

一天,小外孙和我玩“鸡毛蒜毫”的游戏,他一旦走错,就会拿回棋子重走。我告诉他,落子无悔,不能一看吃亏了就悔棋,要遵守游戏规则。

“鸡毛蒜毫”是两个人的对战,在玩的过程中,人会变得专注而用心。这个游戏现在玩,可以帮助我们老年人缓解压力。如今,电子游戏经历了多个阶段,先后出现了多个有趣的游戏形式,但我觉得还是老游戏玩起来令人轻松愉快,也可能是我虽老了,但童心未泯吧。



家住沧州市新华区志强路建设银行宿舍的马玉兰老人今年74岁。6年前,她喜欢上了抖异型空竹——酒瓶。每天下午,她都会用这种有趣的方式锻炼身体。

韦殿禄 摄

老年人的幸福

李俊杰

相濡以沫的老夫妻,携手走过无数个春夏秋冬,每一道皱纹都刻着共同的回忆。夕阳西下,他们相互依偎的身影,映在斑驳的墙面上,宛如一幅静谧的画卷。他们回忆着青春岁月里的浪漫,感慨着时光的匆匆,却又在彼此的眼神中找到了永恒的安宁。

曾经,他们一起经历过生活的困苦。年轻时,为了养育子女,他们不辞辛劳地工作,省吃俭用。如今,孩子们都已长大成人,有了自己的家庭和事业。老两口终于

可以放慢脚步,享受属于他们的时光。他们会一起去菜市场买菜,为对方挑选喜欢的食物。回到家后,老先生会在厨房里忙碌,做一顿可口的饭菜,老太太则在一旁打下手,偶尔唠叨几句,但眼神中满是幸福。

老年人喜欢看着孙辈们嬉笑玩耍。有一位老人,经常带着自己亲手制作的小点心来到公园,分给孩子们吃。孩子们围在他身边,听他讲述年轻时的冒险经历。老人的脸上洋溢着自豪的笑容,仿佛

又回到了那个充满活力的年代。他知道,自己的故事将会在孩子们的心中种下一颗勇敢的种子,让他们在未来的生活中更加坚强。

老年人的幸福,是午后那一杯温热的茶,是夜晚那一盏守候的灯,是对生活的感恩,是对岁月的宽容。他们在平淡中品味着幸福的滋味,在宁静中感受着生命的真谛。让我们珍惜身边的老人,用心去感受他们的幸福,让幸福之花在我们的生命中绚丽绽放吧。