

独特的青山绿水好食材 优质的全方位康养服务

打造养老福地 生态好 医养合 旅居乐

□本报记者 郭铭华 闫一菲

2014年初,居住在上海的吴孝忠老人听说牡丹江凉爽宜人,随后的夏天在那里的南山养老院住了20多天。

2015年夏,吴孝忠老人带着十多个朋友,又来到牡丹江,“这次住在市中心,一天玩一个景点,都不想走了!”

2016年春,号召了更多的亲朋好友,吴孝忠老人倒数着奔赴牡丹江的时日,打理行装做好了出发的准备。

冬天去温暖舒适的南方过冬,夏天到清凉宜人的北方避暑,这种追逐自然、愉悦身心的候鸟养老、异地养生方式,近年来受到越来越多的老年人喜爱。

我省作为全国最北端的省份,不仅拥有凉爽的夏季气候,优良的生态环境、丰富的绿色食品、独特的旅游资源等天赋异禀的优势,而且不断提升接待服务水平,涌现出“花样翻新”的养老模式,正精心为天下老年人打造着一片生态养老福地,让来龙江养老的“老爸老妈们”安享“夕阳红”。



我省优良的生态环境吸引了大批外省老人来休闲养老。 本报资料片

美景美食 “生态”梧桐树引来“候鸟”老年人

夏季凉爽舒适,我省有22万平方公里的大森林、大湿地、大湖泊,空气质量优良,是天然氧吧,全年有8个月的时间适合老年人生活。

独具特色的旅游资源非常适合老年人的晚年精神需求,拥有镜泊湖、兴凯湖、五大连池等众多世界及国家级风景名胜区、旅游景区。

全国领先的绿色食品供应体系,催生出了优质畜牧业和高品质液态奶的供应能力,非常适合老人“吃得量少,但要有营养;种类不需要多,但要安全保健康”的饮食习惯和要求。

“我最喜欢的是,黑龙江夏季也不潮湿,就是连续下几天雨,一两天后就会恢复干爽舒适。”来自北京的杨宗智老人今年82岁,他思路敏捷、口齿清晰,与记者说起住在牡丹江镜泊湖的感受时赞不绝口,“没有雾霾,空气新

鲜,食材很新鲜,符合老人口味。”

82岁的王殿忠老人自打2015年夏天带着老伴从南京到黑龙江农垦北大荒养老中心度假后,就“恋”上了这里,并许诺年年都要来。去年5月中旬,作为首批南来的“候鸟老人”,他在龙江住了两个月,当时这位老人用幽默风趣的语言,在微信朋友圈晒幸福:“天气凉爽,早晨四点天就已大亮,四点半太阳就已一丈多高。这里的大米透明、清香软糯,非常好吃!”这样的一段文字还配上一张王殿忠老人身穿红色T恤、精神饱满地站在树下的照片;另一张照片是王殿忠的老伴赵俊芳半袖外又加了外衣,配文“此照片献给我在新疆、安徽和广东的朋友们,特别是在南京、江苏的朋友们,你在烧烤和蒸煮的水深火热里煎熬,真同情你们哦!这里是真冷!不信,请看。”幽默的语言加上美丽的景色,羡煞他俩的老伙伴们。

“6月份才开始逐渐进入南方老人飞来我省避暑度假的旺季,一直会持续到9月份,可现在我们养老中心的200多张床位已预订一空了。很多是去年在我们这儿住过的老人,今年早就预订了房间。”黑龙江农垦北大荒养老中心经理唐薇说,除了夏天气候宜人,玉米、东北大米等绿色食品特别受欢迎,很多老人走时都要带一些回家,吃完了,再打电话让工作人员帮着回购。

春末夏至的山花烂漫、秋季时令的天宝物华,都透露着我省独有的气质风貌。毋庸置疑,这里拥有得天独厚的生态化资源优势和朴实厚重的黑土地文化。如何将这种优势转化成发展内生动力,在保护生态资源的同时培育出可持续的支柱性产业,为全省人民创造出更多的财富,是我省不断探究的重要课题。近年来,我省站在老龄化时代全面开启的档口,面对养老产业蕴含的广阔需求空间,将发展“候鸟”养老产业作为撬动银发经济的支点,举全省之力推动。特别是今年我省“候鸟养老”打出的生态牌,要求养老基地临近森林水源,周边15分钟能看到林子摸到水。

口口相传 “保姆式”服务留住南来“外乡客”

“我们让厨师做饭时,少放油和酱油,尽量做得清淡,照顾南方老人的口味。”牡丹江市仁和养老院院长苏晶对于如何照料“候鸟老人”颇有心得,“上车饺子下车面”,老人们来,我们就准备鸡蛋面、紫薯小馒头,送老人走时,用菜汁和面,包花样饺子,既有本地特色,更是希望老人感受到家的温暖。”

“太把我们当贵宾了!”吴孝忠老人已过古稀之年,曾是上海电力公司的职工,退休后选择旅行养老的方式,走遍祖国大好河山。“每年夏天都要到牡丹江待上一阵子,花不了多少钱,享受的却是贵宾级服务!”吴孝忠老人说到这两年来龙江旅居养老的感受,不住地称赞,“以后啊,只要我这身板还硬朗,我年年都要来这里。”

2015年我省启动打造“候鸟式”养老品牌,此后,由省领导亲自带队到南方17个省市宣传推介“龙江候鸟养老

品牌”。记者从省民政厅了解到,据统计仅去年夏季共吸引了65万老年人到我省,创造了“旅养结合”型养老经济新的增长点。

将养老事业做成产业,我省很有一套。2015年4月,我省建立了“黑龙江天鹅颐养联盟”,选取8个试点市和300多家养老机构、旅行社和相关服务组织作为加盟成员,与14个省市建立了合作关系,并建立起养老网络服务云平台。老人想当“候鸟”,只要打个电话,“联盟”就能为老人安排好外地养老的一切事宜,实现了全省优势资源的“整合利用、整体联动、互补共享”。

除了在国内南北间“迁徙”,“候鸟老人”们更是已飞出国门。2015年,3600多名国内外老年人选择入住黑河市养老机构。在黑河,老人们不仅享受到适宜的气候条件、生态资源,还能领略到俄罗斯异国风情,不出院门就

能把赴俄罗斯旅游的相关手续办理齐全。随着黑河市第二社会福利院组织的30名“候鸟老人”赴俄罗斯旅游,拉开了黑河市“候鸟老人”跨国旅居养老的序幕,这批老年人有幸成为第一批由养老机构组织开展的赴俄跨国休闲旅游养老的“候鸟老人”;五大连池工人疗养院每年也接待上万名俄罗斯“候鸟老人”来养老养生,形成了“候鸟老人”的“国际化”互动。

据省民政厅社会福利和慈善事业促进处工作人员介绍,今年,我省除挖掘生态条件好的、适合老年人居住的养老机构、农村田园村庄等养老服务设施外,还对兴凯湖、镜泊湖、五大连池等风景区中政府部门闲置资产进行盘活利用。目前,全省有220多处机构适合省外候鸟老人养老。同时,我省还将利用两年时间对全省养老从业人员进行全员培训,面向失业人员、农村劳动力、在职工人和普通高校学生等人群开展定向培训,力争实现养老机构正式从业人员持证上岗率达90%以上,到2020年全省形成每年13000人的养老服务业人才学历教育能力。



我省候鸟老人在俄罗斯旅游留影。 图片由黑河市民政局提供



俄罗斯客人在我省参加新年活动晚餐。 图片由黑河市民政局提供

养老+医疗 “不是病房 不是养老院 而是家”

□本报记者 郭铭华 闫一菲

“银发浪潮”的到来,迫使养老、医疗遭遇两难问题,尤其是一些医院不收、养老院不要、家庭照顾不起的失能老人,他们生存状况将成为社会的大问题。据统计,截至2015年底,我省60周岁以上老年人口已达646万,其中需要专业护理的失能、半失能老年人有130多万,他们面临“医院不能养、养老院不能医”的窘境,呼唤着“医养结合”型的护养机构。为此,我省充分发挥医疗卫生和中医药资源的比较优势,全力打造“医养结合”新业态。

看病养老一举两得
“医养结合”为老人解难题

检测血压、翻身、喂水喂饭……由于身患重病,82岁的王大妈手术后需长期留置胃管和尿管,一年前住进了省海员爱心护理院,接受全天的专业医疗照料。作为全省省第一家失能老人护理院,这里的老人可以接受医疗和养老的双重服务。为了实现“楼上养老,楼下看病”,在省海员爱心护理院新建院区中,养护院和医院是建在一起的:1层~4层是省海员总医院利民分院;5层~17层为护理院失能老人入住房间,分为临终、重度、中度、轻度失能护理区和特需护理5个区域,共开放床位1000张,实现了一边养老、一边治疗的有机融合。

“老人们不愿管这叫病房,叫家。”哈尔滨市安康福利院院长陶凤军说。在医养结合这条路上,安康福利院走出了自己的步伐,“以内科为主,心脑、神经、呼吸……多是治老年病,效果显著。”陶凤军说。

不仅哈尔滨市,其他地市同样将“医养结合”作为养老破题的重要途径。2012年,大庆市通过对原医院改造,建成了大庆市庆新老年护理院和大庆市老年人医养康复中心。随后,大庆市继续推进医养结合机构养老,建成了大庆市普济医养康复中心、大庆振培养老院和大庆市让胡路区仁爱养老院3所医养结合养老机构。

依托中医药资源
开发健康养老产品

“老人每天上午进行森林负氧离子疗养,下午运用推拿、针灸等中医技法分类治疗老年慢性病,三餐辅助龙江特色绿色有机食品加以调理。”这是我省中医药大学附属二院探讨设计中医药健康养老套餐,该院院长张晓峰介绍,“中医在预防保健方面具有独特优势,而老年人是非非常适合此种治疗方式的群体。”

我省拥有丰富的中医药资源和中医人才,如今省内很多医疗机构向健康养老产业进军发力。

省中医药大学附属二院依托医院的科研实力和中医药诊疗服务能力,以开发“医养结合产品”为重点,在“以医带养、健康产品、候鸟式养老、对俄医疗服务”四方面确立市场的突破方向,开发健康养老产品。其中,“以医带养”突出医养结合,发挥中医“调理、调养”优势,形成“治未病”的核心市场竞争力。“候鸟式养老”和“对俄医疗服务”主要立足传统中医技术规模优势,形成“旅居+候鸟养老+中医养生、诊疗服务”特色产品。

同样着眼于利用中医药优势的还有漠河北极村张仲景养生院,该院院长高志军介绍,该院针对老年人和平

质、气虚质、阳虚质等9种中医体质类型,研发6大类老年养生组合产品。还为老年人提供了定制化健康养老服务,根据每位老人的体质特征、兴趣爱好、生活习惯等制订养生、保健治疗和治疗方案。

出台指导性文件
助推“医养结合”落地生根

近年来,我省把“医养结合”养老模式作为一项重点工作强力推进,在《黑龙江省关于民办养老产业发展的意见》中明确提出了鼓励“医养结合”型养老模式的政策措施,并出台了《关于加快推进医养结合发展的意见》等指导性文件。

目前,全省医养结合型养老已全面铺开。全省200张床位以上的养老机构90%内设了医疗机构,二级以上医院90%与养老机构实行了签约协作,建立绿色通道,基本卫生服务项目覆盖到90%以上的社区养老中心和居家老人。

积极鼓励闲置医疗资源向养老转型,扶持医院领办养老机构,使全省新增一批大型“医养结合”机构,并催生出医院与养老院“联体服务”、医院改建老年护理院、医院“以医带养”等多种发展模式,养老机构与相关医疗机构建立“绿色通道、护理扶助、快速转诊”等业务协作机制;依托基层医疗卫生机构,在社区居家养老服务点设立医疗服务站(点),并利用信息网络平台,为社区居家老人建立健康档案,为高龄、重病、失能老人提供定期体验、上门巡诊、家庭病床、社区康复等服务等,这些都是我省未来几年发展医养结合的重点工作。

我省推出7条
夏季养老旅游线路

本报讯(记者郭铭华 闫一菲)为充分发挥我省生态优势,进一步推进“候鸟”式养老模式发展,今年我省推出了欧陆风情休闲游、温泉湿地养生游、镜泊湖度假游、火山圣水康疗游、华夏东极体验游、森林深处畅游、神州北极探游等7条夏季养老旅游线路。

据了解,“欧陆风情休闲游”线路为哈尔滨一地,太阳岛、伏尔加庄园、东北虎园、极地馆、冰上杂技秀等,旅游景点颇多,养老旅游地产遍布全城,是老年游客夏秋季旅游的最佳目的地。“温泉湿地养生游”线路为哈尔滨一大庆一林甸一扎龙自然保护区,地热资源丰富,泉水清澈,富含锶、偏硅酸等多种对老年群体康养有益的元素。“镜泊湖度假游”线路为哈尔滨一亚布力一雪乡一海林一镜泊湖,是老年游客休闲避暑的胜地,适合夏季旅游。“火山圣水康疗游”线路为哈尔滨一五大连池一黑河一布拉戈维申斯克市(俄)。“华夏东极体验游”线路为哈尔滨一兴凯湖一虎头要塞(乌苏里江)一珍宝岛一千鸟湖一街津口一万亩大地号(建三江二道河农场)一三江湿地一瞎子岛一哈巴罗夫斯克市(俄),横跨我省三个地级市,在旖旎的边境湖泊、江河、湿地、农田中穿行,尽览广袤的湿地风光与黑土农业大机械化作业,还可参观赫哲族渔村,体验粗犷豪放的渔猎生活。“森林深处畅游”是一条森林养生主题线路,包括哈尔滨一铁力桃山一伊春一五营自然保护区一汤旺河国家公园一嘉荫恐龙地质公园一萝北名山岛(嘉荫一名山段界江游)。“神州北极探秘游”线路为哈尔滨一五大连池一格加达奇一北极村,以“找北”为主题的养生度假旅游线,既适合避暑又适合度假,还可以自驾。

同时,省农垦总局民政局局长孙明义介绍,我省垦区还因地制宜精心设计了牡丹江镜泊湖林海雪原、建三江湿地黑瞎子岛、红兴隆珍宝岛小三峡、安五大连池、哈尔滨风土人情等5条生态“候鸟养老”线路。

黑龙江省老年人口变动趋势图

