

『00后』下乡当养老护理员

另一种青春答卷

■海南日报全媒体记者 刘阳秀

10月16日中午,海口市三江镇旗调村一户人家中,护理员陈大蓉细心地为失能老人吴阿公刮胡子、剪指甲,又给他按摩放松肌肉。这位“00后”姑娘动作轻柔娴熟,每一个细节都很到位。

日前,陈大蓉参加2026年海口市职业技能竞赛——第七届“工会杯”家庭服务行业职业技能竞赛,获得养老护理员组一等奖。

学习护理学多年的陈大蓉,今年6月毕业。凭借扎实的专业能力,她不仅快速成长为公司的护理主管,还动员好友谢祥妃、周智怡、黄思琪一起,组建了一支青年护理小队。她们在海口三江镇不同的村落之间奔波,为失能老人提供居家照护服务,用专业与温情,在乡村大地上书写一份属于“00后”的青春答卷。



谢祥妃在给老人进行按摩护理。



陈大蓉为老人提供护理服务。

本组图片由海南日报全媒体记者 刘阳秀 摄

下乡路上苦乐相伴

每个工作日早上6时许,青年护理小队的四位女孩陆续骑电动自行车从三江镇出发,骑行十几公里到不同村落的失能老人家中。从一个老人家到另一个老人家,间隔数公里,“每天来回有几十公里,通勤时间2个小时左右”。陈大蓉说,天热的时候,她们曾被晒中暑,路不好走,骑车也曾摔过。

做这一行,陈大蓉认为需要爱心和耐心:“这些老人就像小孩子,我们要静下心来了解他们的需求。”每次开始服务新的失能老人,她经常都会遇到老人的抗拒,甚至驱赶。面对这样的困难,陈大蓉不急于靠近老人,而是保持距离,静静观察,先安抚老人情绪,再逐渐拉近距离。“初次上门要做好沟通,建立信任是首要任务。”陈大蓉说,笑容是认可的标志,“只要老人对你笑了,就意味着你和他们之间有了信任。”

起初,有些家属看陈大蓉身形瘦小,担心她护理时无力帮老人翻身,可当家属看到老人在她的照料下,干净整洁、进食正常,这份偏见慢慢消散了。

陈大蓉还遇到过老人生命体征异常的突发情况。“有一回,一位老人突然抽搐,其实我内心很慌,但我知道自己不能乱,也不能让家属慌,这时候十分考验人的应变能力。”她最终凭借专业的护理知识,帮老人稳住体征,并安慰了家属。直到下班后,她才意识到自己的紧张,“回到宿舍脚还是抖的,不停地喝水,这种紧张真是后知后觉。”

谢祥妃也有过相似经历。她在护理过程中遇到老人突发高血压急症,老人的配偶在一旁都急哭了。她靠着自己的经验,帮老人稳定了情绪,老人最终转危为安。经历这件突发事件后,原本对她护理能力持怀疑态度的老人的家属,逐渐改变了态度,从心理上认可了她的工作能力。

当然,女孩们也曾有被误解的时候。“有一次,我给老人做完护理,休息的时候被家属看到,他误以为我没干活,就批评了我。”陈大蓉记得,“当时我委屈到流泪,口罩都被眼泪打湿了。”但她坚持下来了,她知道这个过程会很漫长,她要用行动来证明自己。

黄思琪也遇到过类似的情况。有一天,她回到宿舍后,一直心情低落,其他三个姐妹见状,纷纷过来安慰她。经过一段时间的努力,黄思琪最终以实际行动赢得了老人家属的认可,“现在有老人还盼着我每天去他家。”黄思琪说道。

她们所求不多,一份朴素的认可,足以抚平身心的疲惫。

家人支持是最厚实的动力

从事护理员这份职业,她们并非一开始就能得到家人的理解。

陈大蓉毕业后,一直对家人隐瞒自己的工作内容,工作几个月后才说出真相。今年国庆假期前,她骑行下乡,摔伤了膝盖,行动不便的她没能回老家,就留在海口。“10月2日那天,跟爸妈通话时,他们察觉到异样,在他们追问下,我才说了实话。”她撩起裤子,露出摔伤的腿,膝盖上的伤口已经结了痂。

父母得知实情后,第一反应满是责备。“因为我学

了6年护理专业,他们本以为我会去医院当护士。”陈大蓉说道。接下来的几天,她耐心地向父母讲解海南长护险政策,介绍居家养老护理员的工作职责。

短短数日,家人的态度发生了转变。10月6日晚上,陈大蓉父亲发来很长的语音,全力支持她的工作,一句“哪天搬不动老人随时打电话,我和你妈可以过来海口帮你”,让陈大蓉深受感动。

她的两个哥哥也十分支持,哥哥们正在服兵役,手头并不宽裕,还专门给她转了一笔钱。“他们告诉我,如果遇到老人突发情况要送医,这笔钱可以用来应急。”提及此事,陈大蓉湿了眼眶,开始哽咽。

谢祥妃的家人起初也有点反对,觉得照顾老人是一份又脏又累的工作。但谢祥妃没打退堂鼓,相反,她一直给家人讲述自己工作的点滴。看到她最终收获老人与家属的信任,家人也慢慢改变了对这份工作的偏见。

周智怡幸运很多。“我妈一开始就没有反对我,甚至看到我做久了,她自己都想加入这一行。”她笑着说道。

老人最需要心灵的陪伴

在这四个女孩眼里,养老护理不能简单理解成“伺候老人”,她们一致认为,除了照顾生活起居,护理工作最重要的是对老人的心灵陪伴。“很多老人常年孤独,我们除了提供护理服务,日常的陪伴才是最重要的。”谢祥妃分享道,如今,几位服务对象的家属都把她当成了家人对待,这是最让她感动的地方。

与年长的护理员相比,这四个女孩认为她们的优势在于学习能力更强,更愿意创新方法,为老人带来欢乐。陈大蓉介绍,平时和老人沟通不畅时,她会在纸上画出不同水果的图形,让老人指出想吃哪种。她还打算把这些图形做成小卡片,让姐妹们带在身上,用来和老人互动。如今,她们还学会了利用短视频平台和AI技术创作趣味视频,帮助老人消遣娱乐。

每天晚上,回到宿舍,四个女孩用餐时会一起交流当天工作的情况,比如哪位老人出现某种状况怎么应对、如何与家属沟通等等。“吃饭时、睡觉前,我们随时都能打开话匣子分享。”谢祥妃说,“不光讨论已发生的,未发生的情况我们也要预设,准备应急预案”。

社会普遍认为养老护理工作辛苦、年轻人不愿干,但她们正用行动打破这种固有印象。陈大蓉的故事在母校传开后,许多学弟学妹咨询她这个职业的相关问题。当被问及是否想换一份工作,她给出的答案是“没有”,“当你把这件事当作你喜欢的事去做,每天都会有动力。”

“很多人都以为我们年轻人做这种工作坚持不了多久,事实是,我们敢干,我们就要做给他们看!”谢祥妃对此非常乐观,她认为海南今年初才推出长护险,养老护理服务行业将迎来更大的机会。

骑车下乡路上,她们摔倒过,也遇到过恶劣天气,但她们始终保持积极的心态。如今,这四位少女的身影,依然每天在一条条乡间小路上穿梭,书写自己的故事。

“你不觉得我们几个看起来都很乐观吗?”陈大蓉对记者说完这句话后,四个女孩都哈哈大笑了起来。■

原图拍摄/刘阳秀
△绘图/陈海冰
陈大蓉(左)与谢祥妃讨论护理工作计划。