郧阳区社会福利院柳陂分院孔晓静

晨昏相伴，耐心陪护银发岁月



清晨六点半，薄雾还笼罩着郧阳区社会福利院柳陂分院，29岁的孔晓静已经轻手轻脚推开第一间房门。她俯身，在一位失能老人耳畔轻声唤道：“大爷，该起床啦。今天太阳好，待会儿推您出去晒晒太阳。”

从河南远赴十堰，从护理专业学子到福利院护理员，这位29岁姑娘，把青春最好的时光，融进了老人们琐碎日常的朝夕陪伴里。

■文、图/记者 徐国文


孔晓静细心为一名老人擦拭身体。

像哄孩子一样，她一口一口喂老人吃饭

在郧阳区社会福利院柳陂分院，沟通是孔晓静每天最先要跨过的难关。院内20余名老人中，不少人沟通存在障碍，拒食、拒药等不配合的情况时有发生。面对这些，孔晓静从不急躁，她像哄孩童一般，蹲在老人身前，握着他们的手，一遍遍柔声劝慰。

“爷爷，今天有您爱喝的排骨汤，我喂您喝一口好不好？”孔晓静端起碗，把勺子放在嘴边轻轻吹凉，递到老人唇边。老人偏过头，她便绕到另一侧，笑着哄劝：“那咱们先吃一口饭，吃完这口，我给您拿桃酥。”等到老人终于张嘴，她顺势送上一勺，眼里满是鼓励。

为了让老人多吃一口饭、多喝一口水，孔晓静花了不少心思。她留意到部分老人爱喝茶，便及时上报，为老人购置茶叶，泡好送到床头；有的老人偏爱零食，她的抽屉里常备饼干、糖果，一边哄劝，一边一口饭、少量零食交替喂食。

遇到不肯服药的老人，她就端着水杯坐在床边，闲话家常，等老人情绪平复，再慢慢喂药。同事常笑她“把老人当孩子带”，她却认真说道：“他们有时候就和小孩子一样，需要耐心哄着、用心疼着。”

每两小时一次巡查，日复一日坚持

如果说耐心是养老护理的底色，细心便是孔晓静日复一日的坚持。

不同于普通养老照护，她照料的老人大多伴随失能、失智问题，照护难度更高。院内部分老人吞咽功能衰退，稍有不慎就容易呛咳。每次喂饭前，孔晓静都会将饭菜用料理机打成糊状，小勺缓缓送到老人舌根，确认吞咽完毕，才喂下一口。

一碗饭喂完常常要半个多小时，手臂酸麻，她从不为求速度而简化流程。

更考验人的，是照料大小便失禁的老人。孔晓静给自己定下铁规：每两小时提醒、协助老人如厕。白天如此，夜里也不例外。深夜，她轻步走进房间，唤醒老人、搀扶如厕，走廊里只有拖鞋轻擦地面的细碎声响。

孔晓静告诉记者，夜间使用纸尿裤虽符合规范，但纸尿裤闷湿不适，老人不善表达，心里却难受。只要能让老人保持干爽舒适，自己少睡一会儿不算什么。

在她看来，护理不只是简单看护，更是把每一处细节落实到位：床单要平整，指甲要勤剪，晴好天气推老人晒太阳，气温下降及时添衣。这些不起眼的小事，她一一记在心上、落实在行动上。孔晓静说：“老人不会多说，但心里能感受得到，你待他们好不好，他们都清楚。”

擦干委屈的泪水，转身仍是爱笑的姑娘

养老护理，照料的是身体，也常常要直面委屈。

有一回，一名老人情绪突然失控，抬手打到孔晓静脸上。一阵灼痛袭来，泪水瞬间涌上眼眶。她强忍着没有落泪，洗净脸颊，依旧笑着回到老人身边，轻轻拍抚老人后背：“爷爷，没事了，别怕，我在这儿陪着您。”直到安抚老人安然入睡，她才躲进值班室，悄悄拭去眼泪。

“要说心里不委屈，那是假话。”谈及这件事，她的声音轻轻的，“但他们是因病失控，不是有意的。我不能和老人计较，更不能丢下他们不管。”说起这话时，她眼里透着温柔，把委屈尽数化作包容。

把异乡当成家乡 用温暖丰盈晚年时光

除了基础照护，孔晓静还想方设法丰富老人们的生活。

天气晴好时，她推着老人们到院中晒太阳，组织大家唱老歌、做简易手指操。有人唱跑了调，引得众人开怀大笑，她站在一旁拍手打节拍，笑得格外开心。遇上沉默寡言的老人，她就坐在一旁拉手闲谈，讲外面的新鲜事，还试着学郧阳方言和老人唠嗑，惹得老人打趣：“你一口河南腔说郧阳话，真是稀罕。”

每逢节日，她提前数日张罗准备。端午节包粽子，她把糯米、红枣端到老人面前，手把手带着大家包；中秋节做月饼，特意备好模具，压出印着“福”“寿”的饼坯，老人捧着亲手做的月饼，像拿到奖状一般欢喜。

福利院一名工作人员介绍，孔晓静来院这几年，老人们的精神面貌明显改观，“以前不少老人不愿出门，现在一到活动时间，都主动下楼。”

从河南到十堰，从陌生到扎根，孔晓静把异乡当成家乡。2023年，她在郧阳区成家，本可以有别的选择，却依旧留在福利院。“我学的是护理，做的也是护理，这些老人离不开人。”说话时，她正蹲在老人床边，细心掖好被角。阳光斜斜穿过窗棂，落在她略带疲惫却依旧年轻的侧脸上，为她镀上一层柔和光晕。

暮色渐浓，福利院慢慢安静下来，孔晓静开启夜间巡查。她轻轻推开每一扇房门，查看老人安好。走廊灯光拉长她的身影，像一束安静的微光，照亮老人沉静的暮年。

在平凡岗位上，这名“95后”姑娘没有豪言壮语，只是日复一日，将温柔织成细密针脚，悉心守护暮年时光，让每一位入住这里的老人，都能在生命余晖里，收获被珍视的暖意。