

居民自制床边扶手送邻里获赞背后—— 实用好用的“助老辅具”从何来

近日,北京朝阳区将台乡阳光上东社区的50多个老年家庭收到了一份特别的礼物——由社区居民秦志坚设计生产的床边扶手。这个小小的扶手帮助行动不便的老人解决了起身难题。但在暖心举动的背后,却也折射出老年人在购买适老用品过程中存在的一些问题和痛点。



秦志坚送给邻里的床边扶手

秦志坚演示如何安装扶手

讲述:居民自制床边扶手送邻里

“这本来是为我母亲设计自用的,没想到送给社区的一些老人使用后,还挺受大家欢迎,我也觉得挺有成就感。”在阳光上东社区的家中,秦志坚向记者讲述了自行研发设计床边扶手的故事。

“之前我母亲在一次意外中扭伤,膝盖肿得老高,每次起床都需要人搀扶,十分不便。”秦志坚回忆说,当时在建筑研究院工作、擅长动手的他就用木板给母亲自制了个“简易版”床边扶手:将两块木板固定在一起,形成90度夹角,一块木板塞进床垫下,另一块木板上方用木头做出扶手形状,再打磨、刷漆。

“那时候想着她也就临时用一段时间,凑合一下就行了。可谁知她腿脚恢复了正常后,却觉得用起来很顺手,怎么也不愿意扔掉了。”秦志坚说,可两厘米厚的木板塞在床垫下实在不美观,撑得床垫都“张开了嘴”。于是他决定发挥自己的“技能”,再好好为母亲设计一款。

重新选择了厚度只有约6毫米

的钢板做材料,可以“无痕”塞到床垫下,床沿露出部分用钢骨架拼出扶手形状,看上去美观了不少。可由于钢板的刚度不足,秦志坚做出模型,固定好后一摇,发现扶手左右直晃,这次尝试以失败告终。秦志坚很快又想到了铝合金。“铝合金和钢相比强度低、刚性好,将底座材料换成铝合金,果然解决了扶起来不稳的问题。”

材料选好了,还有细节待推敲:镂空的设计使铝合金底座不至于太笨重;底座上横纵排列的筋条可以增加刚性,上面凸起的小圆点使底座更好地和床垫咬合;手扶区域用的是包裹汽车方向盘的发泡材料,不会硌手,方便抓握,冬天也不会凉……细节上,秦志坚又大改了三次,小修改调整更是不计其数。

和市面上很多床边扶手相比,秦志坚设计的扶手用料很“实在”,安全性也高。他还做了破坏性实验,要有280公斤的拉力,才能拉断扶手。这个扶手安装也更便捷:市

面上很多扶手都需要固定在地面或床板上,这对于安装位置的平整度、老人的动手能力都是考验。秦志坚的扶手只需将底座压在床垫下,利用床垫的重力和底座与床垫的摩擦力就可以稳稳固定住扶手。

到了制作环节,问题也接踵而至:由于底座的铝合金板比较薄,生产工艺要求高,需要工厂先开模具才能生产。秦志坚打了几十个电话,跑了京津冀好几个工厂,才最终选定了3家,分别生产铝合金底座、钢骨架和发泡材料。经过一年多的打磨,才有了这款安全、实用、美观的扶手。

由于工厂开机成本高,秦志坚在给母亲制作床边扶手的同时,还量产了一批。在一次社区活动中,秦志坚了解到社区也有许多行动不便的老人,便提出可以将床边扶手免费送给小区里有需要的人。社区随即通过公众号、微信群宣传,仅半个月的时间,就有50人登记申领。秦志坚最近又赠送了120个床边扶手,供给将台乡其他社区有需求的老人。

声音:老年用品认知度仍待提高

“实用的适老产品,能让老人的生活幸福感大大提升。”在西城区白纸坊街道养老服务中心的适老用品展示区前,北京康养集团诚和敬公司适老化业务负责人李军向记者介绍着充满各种细节的适老用品:可以提醒吃药的药盒、带放大镜的指甲剪、能躺着喝水的护理杯……

“这个20多元的扣背器,最受老人欢迎。”李军介绍说,卧床和呼吸道有疾病的老人每隔一段时间就需要家属用手扣背辅助排痰,这个空心的小物件可以防止不专业的人实心扣背,对老人骨骼造成伤害,日常还可以用来拍腿、拍肩膀按摩,一物多用。

患有肩周炎的老人没法抬起胳膊梳头,一款带有弧度、握柄约30厘米长的长柄梳就能解决难题,老人只需将手举到胸前高度,就能轻松梳好头。

“想买到用起来顺手的老年用品,其实也有很多讲究。”李军说,需要综合考虑居室环境、使用场景、老人的身体状况、体型等,很多时候都需要量身定制。比如,核心城区不少老人家里面积小,就要尽量选择可折叠的适老产品;若老人身体较胖、外出需要使用轮椅,要选择轮子较粗、耐磨性好、减震效果好的产品;展示区里光是不同类型的拐杖,就摆了9种,既有便携可折叠的,又有底部是三爪、四爪支撑更牢固的,还有带两个不同高度的扶手,方便坐着和行走拄握等等。老人的鞋和年轻人也有很大不同。李军举起展示架上的鞋说:“老年鞋很轻,即便是冬天的鞋,重量大多在120克到180克间,鞋底的花纹是前后双向的,防滑功能更好。不少老人有拇趾外翻、扁平足等问题,老年鞋的鞋头设计得比较宽,足弓支撑做得更足,穿着不累脚。”

“但我们在实践中也发现,仍有不少老人对老年用品的认知和接受程度较低。很多老人都不知道、没见过像助行器、洗澡凳等产品,更别说挑选了。”李军说:“我们也不断在为提高老年用品的知晓度上下功夫,通过宣传,先让更多老人知道市面上有什么,能帮老人解决哪些实际问题,让他们可以有更好的认知和选择,逐步转变消费心理和观念。”

(北京日报客户端)

问题:老人想买称心用品不容易

“自从用了床边扶手,睡觉、起夜都安心多了。”“这份礼物暖心又实在”……秦志坚送出的扶手受到了老人们的好评,然而,在这温暖的善举背后,也反映出老人在选购和使用老年用品时面临的问题。

由于信息不对称,很多老人压根儿不知道还有床边扶手这类辅具。秦志坚收到过一封脑梗患者家属写来的感谢信:一位60岁的老爷子脑梗刚出院,还在恢复阶段,收到秦志坚送的扶手前,老爷子想起身要靠老伴儿拽起来。老爷子挺胖,老伴儿又很瘦弱,每次起床都要费不小的力气。有了床边扶手借力,老爷子自己就能慢慢坐起来了,康复的自信心都增强了不少。“还有起床费劲的老人,在天花板上钉了根绳子,靠拽着绳子起身。可绳子不仅不稳当,还不容易

吃上劲。”秦志坚说。

不光是床边扶手,由于缺少好用的老年用品,老人在日常生活中往往是能凑合就凑合。82岁的杨文武住在朝阳区,他家的坐便器扶手是他自制的。“老伴儿两年前做完腰椎间盘突出手术后一直没恢复利落,坐下又起身有些费力,有了这个扶手,上完厕所撑着起身能借点力。那阵子家里正好有个椅子坏了,我就锯掉了木头靠背,拆了坐垫,只留了四个不锈钢腿和椅座外围的框架,正好可以立在马桶周围。虽说比没有强,但老伴儿用起来还是有隐患。扶手的4个腿有点轻,跟地面没有固定,也不敢把全身的重量都压在扶手上。”杨文武说。

为何不在网购平台直接购买现成的、能固定的坐便器扶手呢?杨

文武说自己从没考虑过从网上购买。“我们上岁数的眼神儿不好,也玩不转手机,在网上挑东西还摸不着实物,谁知道买来的是啥样?”

可即便是网络玩得溜的年轻人,在为父母挑选老年用品时,也常常感到无从下手,雷蕾就有这样的困扰。她想给母亲选购一款助行器,当她开始搜索时,市面上的助行器种类之多让她感到惊讶:从最基本的四个支撑点且没有轮子的款式,到两个轮子和两个支点的简易型,再到四个轮子的复杂款式;轮子还有能否转弯的区别;有的助行器主打轻便易携带,有的主打稳固耐用,有的还带储物篮……迷茫的雷蕾不得不花大量时间来比较不同的品牌、型号、买家评价,希望能找到最适合母亲的那款。