

## 案例链接（一）

# 父母安全，子女安心

■ 吴晓蓉



记得我从北京刚到深圳工作后不久，想到妈妈一个人很寂寞，把她接到深圳和我生活一段时间，不幸就发生了……第二天上午我正开着会，电话来了：“晓蓉，我摔倒了，在地上，自己站不起来了……”医生诊断结论：腰椎压碎性骨折！

这件事也终于促使我下定决心回北京，照料和陪伴年迈的妈妈和公婆，把工作和生活结合在一起，为身边的人做些实实在在的事情。回北京做的第一件事就是为妈妈住的房子消除所有的安全隐患，让悲剧不再重演。

目前妈妈住的房子是八十年代中科院恢复知识分子政策后建的，60多平米的老旧住宅。妈妈现在已经是快八十岁的人了，身体情况总体还好。但有些老年病也找上门了。比如：糖尿病、骨质疏松、膝盖和脚经常疼、容易哮喘、得过脑血栓（恢复了）。

针对妈妈的身体状况和她居住的房间情况，我和易享生活的小伙伴们认真评估研究，进行精心的适老化设计。

房间所有的灯都改成带芯片的遥控灯，在走廊里安装了感应灯。妈妈起夜时方便多了。

取消原来的进户门和防盗门，换成了一个外开的加厚保温防盗门。腾出原来内开门的地方安装了一个壁挂的换鞋凳。老妈可以舒服地换鞋啦。



增加换鞋凳

洗手间改进的地方最多。在洗浴区安装了L

型扶手，配上符合人体工学座上去又舒服又保温的浴椅，椅子还可以折叠不占地方。在洗浴区和马桶之间安装了浴杆和浴帘，基本做到了干湿分离。在墙壁方便拿取的位置安装了置物架，暖气片也选择了能挂毛巾的那种。



卫生间增加扶手浴椅

将洗手间的门换成了折叠门。如果有条件换成推拉门就更好了。（图 - 卫生间门改折叠门）在洗手间到餐厅的墙上开了一个小洞，洗衣机的上下水管从这里过，这样洗衣服时洗手间的门也能关上了。



家里餐厅的桌子换成了可拉伸的，节省空间，人多时可以很方便拉出来，而且桌角都做了防撞处理。餐桌和写字台前的椅子配了符合人体工学

并带扶手支撑的适老椅。妈妈很喜欢坐在椅子上看书或者晒太阳。



餐厅改造后

我和妈妈之间有一个随时可以联系的智能设备，她一但有摔倒等危险情况发生，就会自动发送到我们的手机上，我可以准确知道她所在的位置。



这次帮妈妈改造她的房间，虽然看似都是细枝末节，实际解决了很多老人生活不便的地方，消除了许多安全隐患，妈妈住起来感觉舒适多了，我的心也渐渐地踏实了下来。通过这次改造，我深深地意识到自己肩上的责任和担子，适老化改造，平淡无奇，却实用无比。推己及人，相信还有太多的父母需要我们的专业服务，有道是“父母安全，子女安心”！

（作者为易享生活创始人 CEO、清华大学文研 95 级校友）