

# 和七旬父亲一起打造安全而有尊严的家

# “适老化不是买出来的，是改出来的”

走进伍峙维(小伍)位于华南理工大学五山校区的家,记者的第一感受是“惊讶”,因他家的客厅就像一个“手工作坊”。

这里是小伍和他年近七旬父亲的“战场”和“乐园”。为了照顾患有罕见病的父亲,小伍从一名摄影师变成适老化用品的设计师和康复师。更重要的是,他成为一名致力于传播适老化理念和温度的科普视频博主。而他做科普的初心,是用爱和双手为父亲打造出安全而有尊严的家。



图据《经济日报》



实施适老化改造的工作人员为82岁的老人安装床边扶手。

## 开启改造之路

### 父亲摔倒促使家居“适老化”

小脑共济失调是一种神经系统退行性疾病。患病10年,曾经爱好钓鱼、性格开朗的退休教授伍叔渐渐变得口齿不清、步履蹒跚,无法独立行走。

为此,小伍给父亲买来助行器和轮椅,开始对卫生间、卧室进行各种适老化改造。然而,家并没有因此而变得安全,伍叔仍会在家中摔倒,多次被送院急救。

最严重的一次发生在2024年2月。酷爱用3D打印机DIY的伍叔,用铝型材给拐杖加装了轮子。某天去洗手间时,带轮拐杖因为惯性滑出1米多远,伍叔瞬间失去重心,整个人重重地砸在地上,头破血流。

“那次,父亲摔断了鼻骨,缝了13针。”回想起来,小伍仍然后怕。也正是这次事故,让他开始思考如何才能让家变得更安全。“适老化不是买出来的,是改出来的。我要根据父亲的具体情况改造适合他使用的产品。”

改造大多花费甚少甚至称得上廉价,但它们精准地击中伍叔生活中的痛点。“老人的需求是一

点点增加的,适老化的重点不在买,而在改。”小伍笑着说,“细节设计到位了,关键时刻都能‘救命’。”

## 细节里的安全

### 将灯具开关汇集在助行器上

“适老化的本质是要适配老人的需求。”小伍的想法很简单,老人的活动半径到哪,安全和便利就应该延伸到哪。围绕父亲的每一个需求,家里逐步进行全方位、无死角的改造。最能体现这一理念的便是改造后的助行器。

第一个细节,是把开关“搬”到父亲手边。在一次查看监控录像时,小伍发现父亲摔倒的另一个原因——身体失去平衡。当时父亲伸手去关客厅的灯,在松开助行器、手肘前伸的瞬间,因失衡跌倒。

“必须解决这个问题!”小伍开始和父亲一起DIY。他负责出思路实施改造,伍叔则负责在电脑上设计建模,用3D打印机把零件“造”出来。

第二个细节,是妙用“懒人夹”。对行动不便的老人来说,弯腰捡东西是一件危险的事。小伍的解决方法同样简单:他在助行器前端装了个挂钩,挂上几块钱

买来的“懒人夹”。伍叔只需用夹子夹起掉落物品,就能将其夹进助行器下方的小托盘里。

第三个细节是随处可见的荧光手胶。仔细观察,你会发现伍叔的助行器和轮椅手柄等,都缠着彩色的羽毛球拍手胶。“这是我最得意的细节之一。”小伍解释,“手胶防滑,而且这种荧光色在黑暗中能发光,能起警示作用。”

## 有温度的改造

### 父亲自己动手打印改造零件

最让小伍自豪的是这些改造成果都来自父亲的设计和打印。“这个东西是我爸爸设计的。”成了小伍介绍每处改造时的“口头禅”。

据了解,伍叔生病后,随着身体状况变差,人也变得越来越消沉。为了改变父亲的精神状况,小伍买来一台3D打印机,毕业于清华大学的伍叔两天就学会用电脑建模和打印。从开始按照模板打小船、花瓶到后来搞原创设计,父亲“打”得不亦乐乎,也意外开启与儿子携手改造家的历程。

“我是学机械的,这些东西对我来说很简单,但我从来不动手替他画,一定要把设计的权利交

给他。”小伍说,“如果什么都不让他做,他会觉得自己是个废人,那种挫败感比病痛更折磨人。我必须让他感觉‘我是可以的’,让他找回对生活的掌控权。”

让助行器更稳定的延伸柱,是伍叔设计的;安放开关的小平台,是伍叔建模的;健身器的稳定座,是伍叔打印的;出门总会吸引无数眼光的“酷炫战车”——轮椅,更是父子俩携手创作的结晶。

“适老化改造不仅仅是为了满足老人的基本生活需求,更要关注他们的身心健康和情感需求。”小伍说,“老人年龄再大,也有创造力,这是他们对抗衰老、对抗疾病最好的武器。我们做子女的,不是要扑灭他们‘想折腾’的火苗,而是要保护它、点燃它。”

如今,小伍在照顾父亲之余多了一个身份——“无障碍赋能”视频号的科普博主。他通过短视频分享家庭适老化改造经验、教训以及奇思妙想,因此“出圈”。

“我想传播的是一种认知。”小伍说,“适老化,首先要懂老,其次才是适老。你要了解老人喜欢什么,必要时动手改造他愿意接受的东西。”

据《信息时报》报道

## 声明公告 13164692093

遗失声明:武汉市黄陂区...  
遗失声明:武汉市黄陂区...  
遗失声明:武汉市黄陂区...

## 东湖景园小区房屋办证咨询公告

按照武东景发[2024]39号《问题房办证工作实施方案》及联席会议会议精神,东湖村配合办证相关工作。根据武自然资规[2020]43号文规定,经办证对象书面申请,东湖村初步审核,拟对下列不动产转移登记办理前期手续,先予登报公告,如有异议,请自本公告之日起十五日内,持异议书面材料送达东湖村,逾期无异议或异议不成立的,东湖村将“公告结果”呈送相关部门办理后续手续。

序号	不动产坐落	面积(m²)	权利人(出卖人)	买受人(办证对象)
1	4栋1单元406号	80.98	蔡建	郑德
2	13栋1单元2003号	100.25	冯亚群	冯亚群
3	2栋1单元404号	80.89	徐友元	徐友元
4	14栋2单元1202号	59.1	喻成华	何进香
5	24栋1单元1805号	79.85	赵敬成	胡志波
6	11栋1单元2306号	121.09	郑耀东	胡志波
7	16栋1单元1101号	122.95	吴盛	胡玉琴
8	125栋1单元2103号	100.03	何婷	林静
9	103栋1单元1303号	100.25	吴凤英	刘富
10	122栋1单元2203号	80.89	吴凤英	刘富
11	1324栋1单元2004号	100.23	郑友明	罗敬
12	124栋1单元1904号	141.71	谭建明	彭顺秋

## 东湖庭园小区房屋办证咨询公告

按照武东景发[2024]39号《问题房办证工作实施方案》及联席会议会议精神,东湖村配合办证相关工作。根据武自然资规[2020]43号文规定,经办证对象书面申请,东湖村初步审核,拟对下列不动产转移登记办理前期手续,先予登报公告,如有异议,请自本公告之日起十五日内,持异议书面材料送达东湖村,逾期无异议或异议不成立的,东湖村将“公告结果”呈送相关部门办理后续手续。

序号	不动产坐落	面积(m²)	权利人(出卖人)	买受人(办证对象)
1	13栋4单元402号	80.63	孙锦芳	桂婷婷
2	24栋3单元103号	99.71	袁东根	何剑
3	13栋4单元403号	100.57	吴冬桂	何云芝
4	23栋3单元1001号	100.04	鲁知清	黄久荣
5	12栋1单元203号	99.08	张艳红	李惠
6	19栋3单元101号	99.98	谭建明	刘学
7	18栋3单元601号	100.54	纪海洋	万耀开
8	13栋2单元1002号	80.63	陈金学	吴群峰
9	12栋2单元701号	99.08	谭世清	肖冰彦
10	30栋2单元704号	121.35	邱宏莲	肖锋

## 东湖庭园小区房屋办证咨询公告

按照武东景发[2024]39号《问题房办证工作实施方案》及联席会议会议精神,东湖村配合办证相关工作。根据武自然资规[2020]43号文规定,经办证对象书面申请,东湖村初步审核,拟对下列不动产转移登记办理前期手续,先予登报公告,如有异议,请自本公告之日起十五日内,持异议书面材料送达东湖村,逾期无异议或异议不成立的,东湖村将“公告结果”呈送相关部门办理后续手续。

序号	不动产坐落	面积(m²)	权利人(出卖人)	买受人(办证对象)
1	11栋3单元803号	118.36	周必胜	周长春
2	16栋3单元1001号	118.73	李治浩	戴青
3	12栋1单元201号	99.08	曹祥顺	丁敬普
4	23栋1单元901号	100.04	谭玲	丁阳
5	32栋2单元1204号	121.37	万双盈	丁阳
6	18栋2单元301号	100.54	戴建建	郭华新
7	30栋3单元1402号	80.74	谭建明	罗志成
8	19栋1单元701号	99.98	张再芝	吴必初
9	30栋1单元404号	121.35	谭玲	张敬