



“以前洗澡是过难关，现在适意得很”

两周完成卫生间适老化改造，八旬老人笑开颜

“之前每到傍晚，我心里非常害怕，一想到马上就要帮老头子洗澡，就觉得好像有一个难关要过，卫生间改造之后，现在我完全不担心帮他洗澡的事情了，真的要感谢政府！”

家住豫园街道桃源新村的87岁老人黄慧丽，拉着患有阿尔兹海默症老伴的手，教他竖起大拇指，一起点赞这次历时两周的卫生间适老化改造。



黄慧丽不厌其烦地向记者“安利”电热毛巾架



改造前



卫生间难题全解决了

为什么以前那么害怕给老伴洗澡？黄慧丽告诉记者，之前卫生间有5大问题让她不堪其扰：暗、冷、滑、堵、潮。进行适老化改造之后，格局焕然一新，原本卫生间的5大难题也被一一破解。

27年前装修的时候，黄慧丽和老伴曾经想着享受生活，特地买了浴缸，结果后来发现腿脚不方便，浴缸已经闲置了20年之久，一直霸占着珍贵的空间。

半圆形的玻璃淋浴房只容得下一个人，给老伴洗澡的时候，黄慧丽只能站在淋浴房外，“不方便不说，我身体本身也不好，探着头、伸着手去帮他洗澡，十分难受。”

这次，老人“忍痛割爱”，把浴缸拆了，送给垃圾站的老熟人，把淋浴房敲了，决定再也不装玻璃移门了。

现在，卫生间拥有一个空间很大的淋浴区，给老伴洗澡时，他只需要坐着，黄慧丽可以拿着淋浴头自己动，“360°无死角全都能给他洗到了。”

从卫生间门口到淋浴区地面全都是平坦的，空间被释放出来，甚至可以直接推着轮椅到淋浴区了。

很久没找人通下水道了

以前卫生间只有一个小圆灯很昏暗，老人还患有青光眼，光线的问题迫切需要解决。现在，整个卫生间的照明是一个长条灯带+1个集成吊顶灯+1个浴霸灯，卫生间变得十分明亮。长条灯带既充当了浴柜镜前灯，又是日常照明，黄慧丽说平时进去上厕所，开一个灯带完全足够。

以前，老人为了取暖在本来就不大的卫生间放了两台取暖器，即便是这样，老年人动作慢，洗澡时间长了，还是冻得瑟瑟发抖。

“风暖浴霸十分好用，原来我还担心这个浴霸的取暖效果，因为之前我用的是两个取暖器，现在我甚至觉得太暖和，开个六七分钟就要关上了。”黄慧丽说着说着就笑了起来。

地砖易滑，老两口已经多次在卫生间摔跤。通常情况下，给老伴洗澡时，黄慧丽总要搬张椅子给他坐下，椅子放在地砖上很容易打滑，更不用说卫生间免不了溅水，更加容易滑倒。这次适老化改造

中，黄慧丽老人家中用的是深灰色防滑地胶。这种地胶防滑防水，椅子放上去，完全不用担心不稳导致坐空滑倒。

打理起来也方便，黄慧丽说，平时做清洁，跟拖地板一样用拖把拖一下就能干净，如果发现溅到水，用一个毛巾踩在脚下吸吸水，就算半干也不会滑倒。

事实上，在民政部等9部门2020年发布的适老化改造标准中，防滑地胶成为基础项目之一。

“以前，下水道堵塞问题特别严重，只要我一个电话打给物业，他们就知道，下水道又堵了。”黄慧丽说。

“解决下水道堵塞问题，是老房子适老化改造工程中常见的问题，不过，老人家的问题尤其严重。”项目经理燕亚翔说：“究竟是什么造成了下水道三天两头堵？”由于房龄老，房屋结构也进行过大改，工人们也搞不清楚卫生间的下水管到底在哪里。最后把台盆、马桶都拆掉，工程队的总工程师亲自上门看，才发现了问题所在。原来老人家台盆下水堵，是因为管道里有个大石头，马桶下水堵是因为水管是加接的，没办法直接连接到总管道，无法承受马桶的冲水量，时间久了就堵了。

排查解决了这两大问题，黄慧丽老人说家里很久都没找过通管道的师傅了。

改造历时2周，不用搬出去住

黄慧丽老人家的卫生间是去年12月份完成适老化改造的，从开始施工到改造完成，只花了2周时间，并且全程不用搬出去住。

豫园街道适老化改造相关负责人方敏告诉记者，接到黄慧丽老人的改造申请后，就派人上门了解老人家里的情况，以及改造的需求等，经过沟通，最终确定了改造方案，老人确认好方案和预算后，就开始施工了。

“我儿子在国外，听说我要改造卫生间，也提出了不少要求，不过最后的改造方向，我还是从自己使用的角度出发，就是要‘适老’。”黄慧丽说。

燕亚翔表示，在施工过程中，为了把对老人生活的影响降到最低，都是关上卫生间门作业的，加上整个过程中没什么产生粉尘的材料，对老人家中清洁的影响并不是很大。

黄慧丽老人说，在施工队上门之前，为了防止施工把家里弄脏，她还特地用旧布等铺在地板上，“没想到他们来的时候，这些都准备得好好的，垃圾也都及时带走，很干净。”

改造还用上了“网红”产品

适老化改造中，扶手必不可少。黄慧丽老人还主动要求增加一个，目前，她家卫生间总共有3个扶手：淋浴区两个，马桶旁一个。

“金属外加了层塑料，很结实，握上去也不会冰凉，不用的时候能收起来，这下好了，不用担心老伴摔倒了。”黄慧丽说。

台盆柜悬空不落地，电热毛巾架“拯救”梅雨季的毛巾……近两年，这两款产品在家装市场可以说是名副其实的“网红”产品，在装修社交平台上颇受欢迎。

这次，黄慧丽老人换掉了已经烂掉一半的落地台盆柜，换上了悬空的，一方面不用担心地面的积水让台盆柜发霉，另一方面地面也好打扫，没有卫生死角。

电热毛巾架则是黄慧丽老人向她的4个妹妹以及邻居“疯狂安利”的好物。

“以前我们家毛巾常年都是湿哒哒的，经常要拿出去晒，但我们家住在2楼，只有中午半小时晒得到太阳，麻烦不说，也晒不很干。”黄慧丽说，现在她24小时开着电热毛巾架，毛巾很容易就干了，还能当做卫生间的暖气片。

“现在洗澡适意吗？”“老适意”。记者临走前，黄慧丽老人说，老伴现在真的像是三四岁小孩，不过，卫生间改造好后，有一次替他洗澡，老伴走进后露出了难得的笑容。

据了解，在近期公布的2023年上海市为民办实事项目中，“完成5000户居家环境适老化改造”被列为目标之一，希望让更多老人的生活质量能得到提升。