

## 解码新职业

记者跟随助浴师上门为91岁老人洗澡——  
看见方奶奶笑了,再累也值得

本报记者 徐坊

洗澡,普通人生活中再日常不过的小事,但对一些老人来说,却异常艰难。

这个难,主要有几个方面的原因:子女不在身边,没人帮忙洗;老人身体原因,家人在身边也不敢洗;在公共浴室洗澡,有安全风险……各种各样的原因,导致一些老人可能几个月都没洗过一次澡。

随着养老服务体系的发展和老年人对生活质量要求的提高,养老照护服务领域出现了很多新职业,其中就包括老年助浴师。顾名思义,助浴师就是帮助洗澡的老人,不过他们的服务对象大多是高龄或失能、半失能老年人。

近日,我给浙江久安公益事业有限公司00后助浴师揭瑞茜当了一天跟班,一起上门给一位高龄的半失能老人洗澡。

## 准备,更充分一点

浙江久安公益事业有限公司居家养老部位于湖州南浔古镇。我到的时候,揭瑞茜正忙着烧水。热气氤氲间,她已满头大汗。我赶紧上前接过烧水壶,往热水瓶灌水。助浴还要带热水上门?

“今天要去的老人家里没有独立的浴室,更别说热水器了。洗澡需要的水量大,所以我们提前烧好几壶带过去。”揭瑞茜解释道。

终于,地上的6个热水瓶都灌满了,揭瑞茜和我一起拎上车。

这个出生于2000年的衢州姑娘,大学的专业是旅游管理,和养老一点都不搭界。那为什么要做助浴师?揭瑞茜笑着称是偶然。

“我一开始来这里的时候,主要负责每个月的活动策划和执行,比如端午节粽子、包青团,定期组织集中服务等。后来跟着养老服务员上门多了,看到很多老人的不易,我也想做点不一样的事。”她考取了养老护理员初级证书,助浴成了她的日常工作内容。

揭瑞茜告诉我,考虑到天冷容易感冒,给老人助浴一般在端午以后,天气热起来了,老人的洗澡需求也更大,从去年9月到现在,她所在的小团队已为36位老人洗了澡。

揭瑞茜说,干这行,力气要大,心也得细。“因为给老人洗澡还是存在一些风险的,所以要做好充足的准备。”此前,她接受过专业的培训,包括如何助浴以及基本的急救、护理知识等。

汽车后备箱里已放得满满当当。充气浴缸、水桶、电水壶、喷头、大浴巾、沐浴露等洗护用品一应俱全。一旁的黑色双肩包里,还有血压仪、血氧仪、理发器、吹风机等。我们仔细清点了一遍,该带的都已经带好了,就出发了。

这次的助浴对象,是南浔区东迁街道丁家港新村91岁的方奶奶,因高龄、下肢肌肉萎缩等原因,她已卧床一年多。

和我们一起去的,还有高级养老护理员施佳诚、初级养老护理员杨晓仲。我心里暗暗吃惊:洗个澡要这么多人?

## 助浴,多点细心和耐心

方奶奶住在一楼,一个人静静地侧卧在床上,被子下露出的两条腿特别细。

“方奶奶以前身体还好的,现在因为年纪大了,长期卧床导致下肢肌肉萎缩,还有些耳背。”施佳诚是久安居家养老东迁片区经理,对这一带的老人很熟悉。聊天中我得知,方奶奶有两个孩子,女儿嫁在外地,隔得远,有时间就会回来看看,日常主要由儿子照顾。“这次就是他儿子向我们求助的。他儿子媳妇很孝顺,会用轮椅推着方奶奶去剪头发,每天也会帮着擦身,但洗澡真不敢。这个年纪,万一不小心感冒了或者摔一跤,对老人可能是致命的。”

助浴的第一步,从体检和健康评估开始。我负责记录《上门助浴评估表》。

揭瑞茜拿出血压仪,将测量臂带轻轻地套在老人的胳膊上。“助浴前,每个老人都要量血压、测血氧,还要看看身上有没有暴露的伤口或者压疮。这些准备工作虽然繁琐,但一步都不能少,健康状况决定了老人能不能接受助浴。”

没想到,血压仪刚启动,老人就喊痛。

第一次碰到这样的问题,我有点不知所措。揭瑞茜有经验。她检查后发现,是方奶奶因为长期卧床,皮肤比较脆

▲ 助浴前,服务团队成员为老人理发。 共享联盟·南浔 李冲 摄  
▶ 助浴服务团队成员正在搬运设备。

弱,血压仪的臂带鼓起来,压迫了胳膊,让老人感到不舒服。

揭瑞茜重新调整臂带,像哄小孩一样,一下一下轻轻地摸着老人的胳膊,但手上的活没停下,“126、67,血压正常。”“血氧饱和度94%,还好,在临界点内。”“体温36.8摄氏度,还可以。”

此时,门外的施佳诚、杨晓仲也没闲着,他们将车上的设备一趟一趟搬进屋里。

因为方奶奶下不了床,我们这次采用充气浴床洗澡。

尚未充气的浴床扁扁的,只需要老人翻个身或者平缓地移动一下,我们就像换床单一样成功将充气浴床铺到老人身上。等方奶奶躺到了浴床中间的凹槽处,我们启动电机充气。很快,四周的护栏充足了气立起来,一个简易的浴缸就有了。为了防止打湿床铺,我们还在充气浴床下面给整张床铺上了一块类似桌布的红色塑料膜。

“果然还是要人多啊!不然光靠我们两个,还真忙不过来。”我心里暗暗想。

接下去就开始洗澡啦!男生自觉守在了门外。

从洗头开始。考虑到我是新手,揭

瑞茜让我负责托住老人的脑袋,她拿着花洒轻轻地给老人冲水。床是靠墙的,我脱下鞋子爬进去,跪在床上扶着方奶奶的头,还帮她捂住耳朵,防止进水。但没过5分钟,我的胳膊和腰就酸得不行了。

再看方奶奶,第一次接受助浴,她很紧张,手紧紧地抓着盖在身上的浴巾,嘴里不停念叨:“水流下去了,我屁股和背都湿了,床要弄湿了。”

“放心,我们下面都垫了东西,不会湿的。你放轻松,胆子大一点,会给你洗得香喷喷。”揭瑞茜贴着老人的耳朵,安慰了一次又一次。

我们加快了手上的速度,尽量在20分钟内结束。但我们还是洗得很仔细,脖子、背、手、脚底,甚至精细到发丝和耳朵内,都轻轻地给老人清洗、按摩。

## 守护老人的尊严

洗完澡,我们赶紧帮老人擦干,换上一旁早已准备好的衣服。

“太舒服了,谢谢你们啊!”方奶奶脸

上露出了笑容,话也变得多了。再看我和揭瑞茜,衣服早已湿透。

我打开房门,终于可以休息一下了!我正想着,却见揭瑞茜又拿着血压仪和血氧仪,给老人做起浴后检查。我赶紧跑回去。

“指标都好的,前后差不多。”揭瑞茜将设备收进黑色双肩包,还把洗澡前摘下来的手单给老人重新戴上。施佳诚拿起扫把打扫房间。

“上门助浴不仅是在帮老人,失能人群清洁身体,也是在他们‘失控’的人生阶段,守护他们的尊严。”揭瑞茜碰到过很多老人,他们虽然无法支配自己的身体,但头脑依旧清醒,极力想保持体面,特别是在儿女面前。但是,几乎每个长期卧床老人的房间,都弥漫着一股共同的味道。

刚进门的时候,我其实也闻到了这个味道。但我和揭瑞茜他们都很默契地忽视了。

“谁不想把自己收拾得干干净净啊,但他们确实没办法呀!”因此,每次助浴完成后,他们都会给老人洗洗衣服、打打打扫卫生、陪他们说说话,做点力所能及的事情。

今天助浴的时候,我们也尽可能照顾着老人的自尊。怕老人尴尬,我们在脱衣服前就给她盖上了一床大浴巾,隔尿垫是等盖好被子再垫上去。

我赶紧拿起老人换下来的衣服,到门外的水池洗干净,晾起来。屋内,揭瑞茜和施佳诚正和老人说说笑笑,“我们多来看看你好不好?”老人笑得更开

心了。

“助浴师真不好当!”回去的车上,我不禁感慨,也向揭瑞茜发问,“你这么年轻,助浴这行要一直做下去吗?”

“虽然人行偶然,但每次看到老人的笑容,那种成就感和喜悦是无法用言语表达的。”揭瑞茜说,“每个人都有老的那一天。我帮助他们,也是帮助以后的自己。”助浴师的很多经历,是让他们感到“值得”的瞬间。家住菱湖的周奶奶因为车祸瘫痪在床,一年多时间里,儿子精心照料,但唯独忘了洗澡这件事。当揭瑞茜团队带着浴缸上门,给老人洗头洗澡,还贴心地给她擦身体乳、穿衣袜、剪指甲时,一向爱干净的老人流下了眼泪,“很久没有这么舒服过,你们比我孩子还亲。”至今想到这句话,揭瑞茜还十分感动。

在和他们的聊天中,我也对助浴服务有了更多了解。《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》中,对老年人助浴助洁的服务作出规划,支持社区助浴点、流动助浴车、入户助浴等多种业态发展,培育一批专业化、连锁化助浴机构。拿湖州来说,助浴的形式已经比较丰富,直接开进社区助浴车、团队上门助浴等都有了。“目前提供助浴服务的机构,要么是公益团队,要么是承接政府购买服务的社会组织,但毕竟服务人群有限。要想惠及更多老人,还得走市场化这条路,目前还在起步阶段。”久安公益养老产业部副部长杨晓仲说。

确实,我们搬东西的时候就有附近村民过来看热闹,“现在还能请人专门洗澡啊!”有人不知道有助浴师这个职业,也有人节俭惯了,要让他花钱请人来洗澡,难。另外,对助浴师来说,目前也还没有统一的行业标准和规范。“相信在我们大家的努力下,会有越来越多的人了解并接受这个新职业,让更多老年人受益。”揭瑞茜坚定地说。

忙了一中午,我拧开矿泉水喝了一口,手,香香的。



徐坊

## 在150台摄像机前,记者变身动作捕捉演员——

## 在虚拟与现实之间翩然起舞

本报记者 李睿

左手抬起,从右侧往左划下去,右手反之,从左侧划下去,脚步随手而动,双手合抱并拢,一同朝前方抬起,打开胸腔缓缓向下鞠躬……

在杭州市中南卡通“之江一号”AI表演动画数字摄影棚内,一袭黑色紧身衣的我缓缓舞动着。我面前的荧幕上,实时出现一位宋朝女孩动画形象潇洒作揖的画面。

作为一名见习的动作捕捉(简称动捕)演员,我的表演通过动作捕捉技术,转化成数据,经过动画师精修等一系列工作后,最终在电影或游戏中呈现。

数字孪生技术的发展催生了动捕演员这一职业。相比传统的动画制作,动捕演员的加入能大幅度提高动画制作的效率,节省时间和经济成本,此外还有高精度的优势,可以达到以假乱真的效果。我们熟悉的《功夫熊猫》中会武术的熊猫阿宝,《指环王》中的咕噜……其实背后都是由一个个活生生的人来演绎的。他们,正是动捕演员。

动捕演员如何连接虚拟与现实?带着满心好奇,我来到中南卡通“之江一号”AI表演动画数字摄影棚,探寻其中的奥秘。

## 穿上动捕服,就是个工程

变装,是动捕演员正式开始工作的第一件事。

“动捕服需要贴身穿,就像学舞蹈时穿的练功服,不仅要合身,更要紧身。”我的带教老师汪媛领我来到更衣间,为我挑选合适尺码的黑色上衣和长裤。我摸了摸衣服,内里光滑,但表面是毛毡材质,整体并不轻薄。紧身且厚,以至于我光是穿上动捕服,就已经冒出了溽溽汗。

换好衣服出来,汪媛给了我几张魔术贴,“可以贴在腰间,固定住上下装,以防动起来衣服跑偏。”一头连着上衣,一头连着裤子,贴上之后,我向上了举胳膊,确实牢靠。

接着,盘起长发,戴上同样黑色的帽子;自己的鞋倒是不用脱,外面套上黑色的鞋套。

“头发没散落,衣服也合适,OK!”汪



记者参与动捕拍摄。

拍友 马丁 摄

媛往后退了一步,看了看穿戴完毕的我,满意地点了点头,“接下来进入最重要的一步——贴点。”

黑色十字底,中央镶嵌着一颗白色的小圆球,这些“十字点”,学名叫“反光标记点”,也称“Mark点”。

该公司动捕技术负责人肖盼龙告诉我,这些点可以反射红外光给光学动捕摄像机的摄像头,从而让摄像头能够捕捉到点的二维平面数据。通过多个摄像头的的数据,可以最终确定这些点在三维空间中的绝对位置,实现全身动作的精确捕捉。

贴点,是技术活,得交给专业的人来做。场记黄杭铭麻利地将一个个点贴到了我的动捕服上,全身上下,一共50个。“点的位置有什么讲究吗?”我由好奇,黄杭铭浅笑一声,落了句玩笑“凭感觉”。

凭的是感觉,更是经验。黄杭铭随后解释,一般反光标记点主要贴在关节处,且基本呈对称分布,如肩关节、肘关节、膝关节等。

但也不全是,比如小臂的外侧多了一颗,是为了系统能够识别胳膊内外侧;又如我的左小腿中央,比右小腿多了一颗,则是由于两条腿距离过近,因此区别对待以便于系统识别出左右腿。

“不同人身形不同,点位也会进行微调。”黄杭铭说,“目前我们这套动捕系统要求是50个点,平常拍摄过程中有需

要,还会给演员加戴手部和面部动捕设备,以捕捉手指和面部动作细节。”

## 比有氧运动还累

一切准备就绪,我们走上了“舞台”。这是一间占地面积超1000平方米的动作捕捉棚,可以同时支持10人以上表演动画拍摄。

我放眼摄影棚内,发现四周密密麻麻环绕着摄像机,足足有150个。正是这150个光学动捕摄像机,与我们衣服上的反光标记点相互作用,最终才得以成像。

影棚的中心位置,贴着几个“T”型的地贴,“站在这,和我一样,双脚打开与肩齐平,双手打平,抬头挺胸,目视前方。”汪媛一边示范一边讲解。

这个步骤是为了校准点位,以保证演员的动作与画面可以准确对应。坐在影棚后台的动作捕捉师们,在电脑上进行着数据采集校准,我们眼前的屏幕里,便实时生成了自己的虚拟角色。

我的虚拟角色,是一位全副武装、背插长箭的霸气女侠。我挥挥手打招呼,荧幕里的“我”会做着相同的动作来回应。

面对我这个演技舞蹈小白,汪媛搬出了她的“速成秘诀”,对应着女侠的形象,教了我几个简单的动作。

一个侧弓步加上双手剑指,犹如一位战场上杀敌的飒爽女侠,英气逼人。看似不难,我先学着老师的动作照葫芦



记者在荧幕中的虚拟形象。

拍友 马丁 摄

画瓢,但所谓“眼睛会了,身体不会”,大抵就是形容我了。

“核心收住,肩膀往下沉,背打直……”我一边在心里默念动作要点,观察自己的动作,仿佛回到了被健身教练“狂虐”的日子。

“坚持3秒。”汪媛数着节拍,而此时的我,动作确实更好看了,身体却有些撑不稳。“比在健身房上有氧课还累人。”我忍不住脱口而出。

动作看似简单,但由于对精确度要求极高,简单几个动作下来,我累得气喘吁吁。

## 朝“苏东坡”作揖,需要练几遍?

更多的时候,作品并非单人表演。岗位实习到一半,影棚内来了一群动捕演员。按照计划,他们将进行动画《苏东坡》的动捕拍摄。

刚“出师”的我跃跃欲试。和场记沟通后,我被安排了一段简单的双人表演——朝苏东坡扮演者作揖。

“就按照我刚刚教你的作揖动作,先走几步到‘苏东坡’面前,站定后作揖鞠躬即可。”一旁的汪媛一边说,一边示范了一遍。与此同时,屏幕上的“我”,从女侠变身一变,成了一位身着宋朝服饰的姑娘,画面里还多了一位风流倜傥的“苏东坡”。场记一声令下,略紧张的我在众人

有一种奇妙之感。奇妙于虚实的实时转化,更奇妙于在周遭150台摄像机的“围攻”下,观众依旧看不见你,甚至不知你姓名。

肖盼龙告诉我,目前动捕演员是个比较小众的行当,全国动捕影棚数量并不多,主要集中在上海、北京、杭州等地。从业者以年轻人为主,大多出身影视表演或舞蹈专业。

这些在聚光灯下站了多年的演员们,来到动捕行业,从事的却是一份不露脸的幕后工作。尤其是其辛苦程度并不亚于传统演员,为什么还会选择这份工作?

“不是所有人都能站到聚光灯下被清晰地看见。”一旁陪我闲聊的汪媛回答得倒是坚定。与其说转为幕后的动捕演员让她失去了“露脸”的机会,不如说动捕技术的出现,让她的舞台变得更为宽广。“不仅是我,还有和我一样可能自身条件不算优越,但仍然热爱表演的人。”

和我今天新鲜奇妙的体验感一样,从事动捕演员两年,汪媛依然觉得“非常新鲜”。动捕技术的产生,给整个动画行业带来了颠覆性的影响,“以前传统关键帧动画时代,一名动画师一天可能只能制作几秒钟的作品,但现在有了动捕技术,一天能捕捉约一集动画的数据量,10分钟左右,效率有了大幅度提升。”

当然,这些光靠动捕演员还不够。我们表演的同时,影棚透明窗外的办公室里,还有一群更加幕后的人。他们有的是负责采集数据的动作捕捉师,有的是后期对数据精修处理的数据精修师等,办公桌上的三台显示器是他们的“标配”。有他们,才有我在荧幕上看到的“自己”。

日后,看到荧幕上那些深入人心的动画形象时,希望作为观众的我们,都能留意片尾滚动字幕里出现的名字。

扫一扫 看视频



李睿



扫一扫 看视频

扫一扫 看视频