

深度老龄化阶段,60多岁的退休人员仍需要照顾80岁以上的父母,他们在实际生活中面临着各种困难

# “花甲”照顾“耄耋” 期待更多帮扶

本报记者 李吉森

《2022天津市统计年鉴》显示,截至2021年末,天津市常住人口1373万人,65岁及以上人口206万人,占17.93%,其中,80岁及以上人口37.64万人,占总人口的3.27%。其他相关数据也显示,天津市人均预期寿命已达到81.30岁,预计到2025年,人均预期寿命会达到82.38岁。

80岁以上的老人经历了奋斗和风霜岁月,步入晚年,更需要家人的呵护和社会的关心与帮扶。一些退休的市民,尽管自己已经年过六旬,但为了照顾家中80岁以上的老人,他们仍会全身心地尽孝心。

“老养老”(低龄老人养护高龄老人)的现象正在成为很多家庭的现实。相对40至50岁的中年人,这些60岁左右的低龄老人,正在面临着精力不足、收入下降,甚至身体衰老等问题。当面对80岁以上的父母时,他们即使尽了全力,也会有遗憾、有不甘,甚至有自责、有懊恼。他们期待社会有更多的关切和帮扶。

## 力不从心

64岁的刘国斌(化名),头发已经花白,额头上的皱纹也比前几年深了好多,看起来分外憔悴。

5年前,还没退休时,刘国斌在畅想退休后的生活。他希望退休后可以到郊区骑行、钓鱼、住农家院散心,或者去全国各地旅游。那时候,他的父亲84岁,身体还算硬朗,能吃能睡,生活基本自理。

刘国斌退休不到半年,父亲就出了问题,老人在客厅摔倒,而且还骨折了。自此以后,刘国斌就守在父亲家里,已待了至少三年以上。

父亲骨折后被送到医院治疗,刘国斌日夜守候,忙上忙下。到了夜里,父亲会突然喊他的名字,确认他在不在身边、睡没睡着。迷迷糊糊地,刘国斌在父亲的病床前应答了几声。父亲岁数大了,听力有所下降,他听不到,便大声呼唤儿子,惊得他赶紧坐起来,一直坐到天亮。

熬上几天,刘国斌的身体也撑不住了,只能花钱请了护工。父亲不愿意,觉得儿子在逃避责任,没过几天就把护工数落一通,把护工给气跑了。回到家,父亲的生活起居需要特别注意,行动也非常不便,开始坐轮椅。父亲有些不开心,原来能走能活动,这一下子被约束了,行动受限,感觉浑身都不自在。

不舒服、行动不自由的父亲,把儿子刘国斌当成了唯一的依靠。于是,老爷子不断地使唤儿子,让他倒水,让他擦地,还让他读报纸。刘国斌那时候身体还可以,他觉得父亲前十几年也没生什么大病,自己一直忙于工作,没在父亲身边伺候过老人,到了退休,父亲骨折了,确实应该尽孝。面对父亲的各种要求,刘国斌从无怨言,他全部照做,而且毫不拖沓。

五个月后,经医院复查,父亲的骨折已基本愈合,后期需要再慢慢活动,恢复肌肉的力量。然而,父亲家住四楼,下楼活动多有不便。于是,刘国斌就搀扶着父亲步行下楼梯。30多米的距离,往往要走上20多分钟,有时候,着急的刘国斌直接背起父亲上下楼。

然而,过了一段时间,刘国斌发现,他背不动父亲了。有一天,好不容易气



在不少家庭里,退休老人养护高龄父母,面临着不少难题。本报记者 李吉森摄

喘吁吁地把父亲背下楼,又搀扶他坐上轮椅。刘国斌却眼前一黑,差点昏倒。他也赶紧蹲到地上,扶着父亲的轮椅。那一刻,他意识到自己其实也是个老人了,也需要人照顾。

好在刘国斌的妻子一直默默地支持他,那时候,儿子刚大学毕业,需要操心的事也很多。后来,儿子结婚有了小孩,都是妻子住在儿子家,帮助操持家务。儿子对父亲刘国斌说:“有妈妈在,你就放心地待在爷爷那边。遇到困难时,我们也会去帮忙。”

刘国斌有一个弟弟和一个妹妹,可是他们俩从来不到父亲这里来。弟弟年轻时就游手好闲,一直没有稳定的工作,养活自己都很困难,也一直没有结婚,50多岁了仍是单身汉。而妹妹嫁到了外地,孩子仍在读大学,正是需要钱的时候,妹妹除正常工作之外,还要兼职工作赚钱养家,实在是不容易。

综合盘算,还是刘国斌最适合照顾父亲。他退休了,退休金也还可以,时间上也自由。于是,一家人都“说好话”给他听,拜托他照顾好父亲,在经费上,弟弟妹妹也偶尔会帮扶一下,但都是杯水车薪,经不住花。

时间久了,刘国斌有些抗不住了。他也有些埋怨弟弟妹妹,都是子女,凭什么他们不出力?然而和弟弟妹妹在电话里一说父亲的情况,这些到嘴边的话又实在说出口,一直忍到了现在。

前一段时间,刘国斌因为感染新冠病毒,体力大为衰减。父亲也因为心脏不舒服去医院检查,忙了一天才回家。半夜,父亲又多次呼喊他。这一次,刘国斌实在撑不住了,他一边喂父亲喝水,一边低声央求父亲:“要不,我把你送养老院吧?”说完这句话,刘国斌就后悔了,两行眼泪不自觉地流了下来。

那边,父亲也是长久地沉默不语。

## 经济受限

67岁的何巧莲(化名),退休12年了,一直在照顾着母亲。现在老太太已经89岁了,患上了阿尔茨海默症,竟然认不出

眼前的女儿,这让何巧莲非常伤心。

此外,老太太还有其他疾病,需要人寸步不离。何巧莲只能放弃所有的自由时间,陪伴在母亲的身边。一想到好姐妹退休后可以在全国旅游,自由自在地跳广场舞,而自己却只能被困在一个小房子里,她就觉得有些郁闷,甚至为此偷偷地流泪。

母亲年轻时身体挺好,父亲过世得早,是母亲一人把四个孩子拉扯大。何巧莲是家里老大,很早就跟着母亲干活,挣钱养家。到了适婚年龄,介绍的对象都对她的家庭负担有所顾虑,最终,何巧莲没有结婚,单身生活到现在。

母亲也在牵挂着大女儿,对大女儿未结婚成家一事抱有深深的遗憾。她很早就做了遗产分配,要把唯一的房产留给大女儿,将来岁数大了走不动了,要和大女儿何巧莲住在一起。其他三个弟弟妹妹听到母亲这么说,也没有争执,默认将来大姐照顾母亲。

来自母亲的这份“厚爱”,如今更像是一份重担,压得何巧莲有些喘不过气来。自己的退休金仅有2000多元,母亲的养老金也很微薄,两个人此前没什么储蓄,承担不起养老院的费用。无奈,两位老人只能相依为命,拮据生活。

母亲需要长期吃药,定期做检查等,这些都需要费用。捉襟见肘时,何巧莲就卖些家里值钱的东西。弟弟妹妹听说这种情况,也纷纷出钱,但也是杯水车薪。

何巧莲曾经劝说母亲修改遗嘱,子女平均分配,赡养老人的压力也平均分担,每个人轮流照顾母亲三个月。但是,母亲的记忆力已衰减,脑子不清醒,很难再对遗嘱做修改;即使做了修改,这样的状况也不被公证机构认可。她试着联系弟弟妹妹,让他们轮流照顾母亲,给自己喘口气的机会。

起初,弟弟妹妹能过来照顾一个星期到10天左右,后来也都不愿意来了。即使来,也待不上三天。大妹说,母亲认不得自己了,付出再多努力,也得不到一点回报。二妹说,母亲的家里有浓重的“老人味儿”,气氛非常压抑,让人觉得暮气沉沉。四弟说,自己是一个男子,照顾母亲多有不便,建议花点钱请个保姆。

想来想去,自己快70岁了,还要照顾母亲,而且弟弟妹妹们也不领情,何巧莲非常难受。她想把母亲的房子卖了,再反租回来先居住。卖房的钱,留出一部分给母亲,其余的分成三份,分给弟弟妹妹们。“我不想要母亲的遗产了,现在,我只想离开一段时间,让弟弟妹妹们照顾一下母亲,让他们也帮我分担一下照顾母亲的压力,体会一下我遇到的困难。”何巧莲这样说。

## 心理疏导

像何巧莲这样退休后照顾年迈父母的老人,时间久了产生心理上的抑郁,甚至出现心理危机的事例,正在悄悄地发生着。高龄老人的一些精神、心理状况,也不被子女所理解,他们认为,高龄的父母也需要进行心理疏导,否则,“老人养老人”的模式无法持续下去。

自媒体作者“五味子心”发布一篇文章称,在医院见到一位80多岁的老人,是60多岁的儿子在照料陪护。然而,老人明显有点“爱折腾”,一会儿这里不舒服,一会儿那里不舒服,反复呼喊自己的儿子。儿子请来了护工,老人就安静了。这位60多岁的儿子,看起来忠厚老实,非常有孝心,只是遇到这样的父亲,真是遭罪。

这篇文章有30多万人浏览,1000余条评论。不少网友称,自己在现实生活中正在遭遇“老养老”的困难,除了经济上的问题外,最大的问题是“心太累”。一些老人,在人生的暮年阶段,对自己的子女会产生孩童般的依赖情绪,也就是通常说的“老小孩”的现象。突出表现就是:性格突变、情绪不受控制,特别喜欢使唤子女。

有一些长期养护高龄父母的老人,已产生抑郁症等心理危机。他们称,自己在兄弟姐妹中是最不受父母喜欢的,结果等到父母年老时,陪伴在床边的却是自己,只因自己最善良、最听话。还有老人称,自己付出了全部心血对待80多岁的父亲母亲,结果,在父母心中,最好最亲的子女永远是那个在外地、从不来看望也不来陪护的子女,永远都是觉得距离远的那个儿女亲,而认为近在眼前的那个儿女不如如意。这让他们备受打击,有苦难言。

学者朱玲在《低龄和高龄老人的合作与冲突》一书中,曾经呼吁社会关注这一现象。当前,随着老龄化程度加深,“老养老”的现象日益普遍,社会应关注这些老人的心理状况,及时提供公共服务,对老人及其高龄父母予以心理疏导。一些家庭,兄弟姐妹间因赡养老人、遗产分配等问题而产生隔阂时,需要社区调解员上门,化解矛盾。部分高龄老人出现的“性格突变、情绪不受控制、爱折腾子女和护工”的现象,有医学专家称,这可能是一种病理现象,需要予以检查,明确原因后再做进一步处理。

南京、上海等地正在探索“时间银行”,普通市民可以通过做义工、志愿服务等方式,在“时间银行”的账户里存储养老服务的时间,将来,等到自己的父母需要陪护照顾时,到“时间银行”支取,由其他志愿者和义工上门服务。这种存取方式,可以缓解“老养老”遇到的精力不足、体力下降等问题,解决部分高龄老人的养老问题。