

他们,不求扬名立万,只求平平淡淡;

不求资产千万,只求健健康康;不求时时陪伴,只求有人可以陪他们说说话。他们,就是我们身边的独居老人们……

北京一项针对35000名独居老人的统计分析报告显示,超过40%的独居老人有抑郁症倾向,其中48%是由于长期独居的孤独感引发的。采访中,不少市民表示,关爱独居老人,仅靠社会的力量是不够的,他们需要的更多的是子女的陪伴和左邻右舍的关怀。

他喜欢看新闻;她把生活排得满满的

他爱和邻居打牌、喝茶、聊家常;她住进养老院还能领补贴

## 物质支撑加精神陪伴 独居老人也能很潇洒

### 儿女太忙,王敬军离异后独居

每天晚上8点前准时睡觉,早上5点准时起床,出门散步,锻炼身体。这就是王敬军每天的规律生活。家住薛城区院山小区的他虽已年过七旬,但和其他同龄老人不同的是,他精神状态很好,看着也就六十出头。

十多年前,因和老伴感情不和,王敬军选择了离婚。离婚之后,他便搬出了原来居住的房子,在院山小区购置了一套新的房产。房子不算大,仅有50平方米,但王老先生说,对他一个独居的老人来说,这样的面积已经足够了。儿女们都有自己的事情要忙,离婚之后,王老先生几乎都是独来独往的。

王老先生家里有一台旧式彩色电视机,虽然老旧,但却是他的“好伙伴”。每天回到家,面对白刷刷的墙壁,他难免会有些感伤。不过,好在家里有台电视机,感觉孤独的时候,他就打开电视机看会儿小品,听点几戏曲,或是看看电视剧,心情也能变得好一些。每天吃过早饭,他都会准时坐在电视

机前,看看早间新闻,关注关注国内外都发生了哪些大事。渐渐地,这就成了他的一个习惯。

吃过午饭,王老先生就会背起马扎,走到有牌场的地方看别人打牌消磨时间。在他看来,有规律的生活能让他感觉充实些,孤独的感觉也能稍淡一些。“每天,我都会把事情安排得满满的,这样,也就没有时间感觉孤独了。”王老先生说,虽然自己天天都盼着能见到儿女,可一年到头孩子们也来不了几次,他的心里总是感觉空落落的,连个能说话的人都没有。

独居时间长了,有些小脾气的王老先生在邻居们的眼中,显得有些孤僻,让人不敢靠近。一位邻居说,看着他每天独来独往的,大家也都想和他打个招呼,聊聊天拉拉家常,可每次想和他打声招呼,都被他的沉默挡了回去,时间长了,也都不大敢和他说话了。

### 子女常相伴,耿老太独居也开心

一到节假日,就是家住薛城区西苑小区耿云芳老人最开心的时候了。虽年近七旬,但她身子硬朗,总会在子女来之前,买好一大堆吃的喝的用的,就是为了等儿女们来家团圆。

20多年前,耿老太的老伴因病去世,她的生活突然失去了重心,也不得不开始了独居的生活。好在五个子女都很孝顺,他们担心母亲承受不了如此大的打击,总是会隔三差五地来家里陪她。儿女们不放心她一个人住,也怕老人孤单寂寞,曾多次提出希望老人到子女家轮流居住,但都被耿老太拒绝了。“儿女们都已经成家立业了,家家都有自己的事情要顾,我身体还可以,就不打扰他们的生活了。”虽然害怕孤独,但耿老太还是习惯了为儿女们着想。

如今,耿老太已经独自居住20多年了,逛菜市场、和邻居们拉家常、看电视……这些事情把耿老太的时间占得满满的,她也乐在其中。幸运的是,儿女们都在本地工作,隔三差五地会来家里陪她聊聊天,吃吃饭,为她打扫打扫房间什么的。每到这时,就是耿老太最幸福的时候了。日子过得虽然有些单调,但她总说,子女们那么忙,还能经常过来陪她,她很知足了。

“家里空荡荡的,有时候确实感觉挺孤单的,不过我总感觉生活已经很不错了。你看我们小区里和我差不多年纪的老年人,不少都自己住,子女们忙得一天到晚见不到面,和他们一比,我已经很幸福了。”耿老太知足地说。

### 子女想要私人空间,史先生无奈独居

6年前,史先生的妻子因血栓复发不治身亡,那时候,他们的大女儿24岁,小儿子才15岁。妻子的离世让史先生崩溃,各种小毛病也趁机“缠”上了他——高血压、糖尿病等不少老年病和刚刚60岁的史先生“结了缘”。

妻子离世后,没过多久,大女儿也因为和女婿感情不和离了婚。回到娘家,大女儿面对着没有了母亲的房子,不免有些伤感,便决定南下打工。因为距离远,一年到头,也回不了一次家,史先生想念女儿,却不知道该怎么开口表达自己的感情。一连串的家庭变故,让小儿子无心读书,他选择了辍学,回家照顾父亲。起初,爷俩住在一起感情还不错,但慢慢地两人之间也开始产生了一些矛盾。为了缓和和父亲的关系,小儿子选择了搬离父亲的居所“自立门户”。就这样,史先生无奈地开始了独居的生活。

如今,小儿子已经搬出去5年多了,虽然知道父亲一个人很孤单,但他觉得自己已经长大了,需要独立的空间,也担心和父亲长期居住在一起会产生矛盾,所以,也就没有想过搬回来和父亲一起住。不过,在他离父亲住的地方不是很远,也会隔三差五地去看望下父亲,陪他吃吃饭,聊聊天。

五六年间,原本热热闹闹的家变得空荡荡的,一闲下来,史先生不免也有些伤感。为了调节自己的情绪,史先生开始喜欢上了养鸡鸭鹅。这不,家里每天都能听着鸡鸭鹅在院子里叫,也给史先生带来了不少的安慰。“年纪大了,开始害怕孤单了,总喜欢家里有点动静,感觉这样才能排解下寂寞,心里也能舒服许多。”史先生说,他和街坊四邻的关系都不错,所以,他经常和邻居们一起打个牌、喝个茶、聊个家常什么的,和别人多交流交流,也就感觉不那么孤单了。

### 对于老年人的救助 目前主要体现在物质上

“这里和我年龄相仿的老人很多,不用担心没有说话的人。”家住峰城区榴园镇龙泉村的王老太说,她今年六十多岁,两年前经村里的申报,住进了榴园镇的养老院。她说,在村里像她这样的老人不在少数,只要年龄在60岁以上,就能向村里申请到养老院居住,村里还会给每人每年发放500元的补贴。“这人一上60岁,就明显能感觉到老了,在家就自己一个人也没意思,还不如来养老院里,人多、热闹,还有补贴。”王老太说。

对此,民政部门相关负责人表示,目前我市对于老年人帮扶救助的目标主要是以三无老人和农村无保老人等生活较为困难的群体为主,比如市社会福利院和一些农村敬老院里就住着这些丧失劳动能力、没有经济收入和法定继承人的老人,但对于庞大的独居老人群体来说,还是显得有些力不从心。

该负责人表示,现在,传统的核心家庭结构已经发生了变化,家庭规模日趋小型化,打破了传统上的三代人甚至四代人同居的家庭模式。同时,现代社会中老人和子女都要求有自己的“自由空间”,因此,纯老家庭和独居老人的社会现象也越来越明显。其中,独居老人子女离家,独自居住,是比空巢老人更加弱势的群体,相应的也需要更多的关爱与帮助。

近年来,独居老人面临的困扰越来越明显。首先就是医病难。虽有合作医疗的存在,但与昂贵的医药费相比无异于杯水车薪。据统计,我国老年人中70%患有慢性老年病,15%患有严重疾病。慢性疾病伴有不可逆的并发症,需要终生治疗及护理。再者,老人行动迟缓,常引发伤亡事故,如上下楼梯跌落、用燃气时烧伤烫伤等。这些治疗都需要金钱支撑,赡养观念淡薄的子女因此更加疏远老人,越是疏远,老人患病的可能性就进一步加大,形成了恶性循环。

“目前我们对于老年人的救助主要体现在物质上,精神上的帮助略有不足。”该负责人表示,子女繁忙不在身边和丧偶后的独居无伴很容易造成独居老人精神上的匮乏。空虚寂寞无事可干的他们,在日积月累之下容易产生孤僻、固执、急躁以及抑郁等心理问题,“我们下一步的工作一方面继续提供物质支援,另一方面也要丰富老年人的文化生活。关爱独居老人仅靠社会力量是远远不够的,子女的陪伴和社区邻居们的关怀才是更为重要的。”

(记者 寇光 董艳 文/图)



老  
吾老

走在街头,你有没有发现头发斑白的老者越来越多?坐在公交车上,你有没有看到蹒跚的背影时常出现?回到家里,你是不是注意过父母的眼角又多了几道或深或浅的皱纹?衰老,是我们每一个人都无法抗拒的过程,老龄化的现实正不容忽视地发生着,由此引发的诸多问题,也在考量着我们这座城市的“温度”。

(三)