

照护失能老伴,他们太不容易

年近八旬的邓香莲最近做什么事都提不起精神。“我觉得,我妈这种状态跟照顾我爸有关系,她的压力太大了。”儿子刘春晖说。2018年,邓香莲的老伴因患高血压导致半身不遂,邓香莲自此承担起照顾老伴的重任,喂饭、处理大小便、擦洗……常常老伴深夜的一声咳嗽就能把她惊醒。儿子带她到河南省精神卫生中心就诊,被诊断为轻度抑郁症。

“一人失能,全家失衡”。生活中有很多照料失能配偶的老人,有着和邓香莲一样难以言说的焦虑和担忧。他们的压力来源于身体及心理负担、情感负担、经济负担等各个方面。(摘编自《中国妇女报》《中国老年学》)

44%的配偶照料者有抑郁症状

我国第四次城乡老年人生活状况抽样调查结果显示,我国当前约有失能、半失能老人4000万余人,占老年人口的18.3%。西南政法大学经济学院副教授赵锐表示:“据测算,有六七成失能老人是由老年配偶参与照料的。”

北京的关胜利已连续7年照顾患有阿尔茨海默症的老伴。这两年,老伴已丧失生活自理能力。“现在她只能吃糊状食物了,需要用破壁机搅碎了一勺勺喂,每天喂三次饭两次药。相比之下,照顾她上厕所、洗澡更是大难题。”去年国庆,保姆回了老家,关胜利独自伺候了老伴11天,把腰累坏了。

除了身体上的劳累,照顾失能老人还承受着很大的心理负荷。关胜利常常入睡困难,“想到老伴



老年人失能给配偶带来了更大的精神压力

的病,以及我自己的身体状况,就睡不着。我现在每天靠吃安眠药,才能维持6个小时的睡眠”。

赵锐基于9100名老年人的一项追踪调查数据显示,配偶失能成为老年人精神健康水平下降的一个重要原因。武汉科技大学讲师周艺梦等人基于1012位照料失能配偶者的研究亦发现,44%的老年人配偶照料者有抑郁症状。

“心累”是他们最大的感受

失能老人配偶照料者的精神压力来源于多个方面,“心累”是他们最大的感受。

江苏连云港的刘永香已照顾老伴20年。2003年,老伴中风失能。自此,刘永香生活的全部就是照顾老伴。面对日复一日的艰辛生活,刘永香表示:“20年来,从来没有出过远门,一年中鲜少的‘社交’还是有事去亲戚家,感觉已经快要和社会隔绝了。想想心里还是很委屈的。”

家住江苏南通的姚琴英,每天的日常就是照顾中风瘫痪在床的老伴邵有才。“24小时在家都

觉得忙不过来。”姚琴英说,这几年,就羡慕别人能出门散散步,能去公园透透气。

广州王女士的丈夫15年前患了阿尔茨海默病。眼看着丈夫一次次忘记自己,长期的照料让她身心俱疲。在和失忆的老伴争吵时,她摔倒骨折。发起病来的老伴,有时会咒骂、推搡,和平日判若两人。这一摔,她的心理防线也随之崩塌。王女士说:“之前他得癌症,我都没觉得那么难。”王女士说,她所做的一切都难以得到良性回应,照护失忆的老伴这件事似乎没有尽头。

女性配偶照料者更易因经济压力而焦虑

经济上的负担更是配偶照料者抑郁情绪产生的高风险因子。

山东茌平85岁的刘女士在老伴瘫痪后,常有一种难言的失落感。老伴瘫痪前,老两口常做些手工刺绣品拿到集市上卖。老伴瘫痪后,刘女士全职照料,没有了经济收入,老伴看病还要花钱,只能向孩子们伸手。刘女士一向要强,现在要靠孩子们给钱过日子,她感到非常不安。

值得关注的是,在失能老人配偶照料者中,女性照顾老伴的

情况更多。由于女性老年人的经济状况通常低于老伴,她们还面临着更多由经济压力导致的焦虑。

“女性一般退休金比男性老年人低;更有很多女性老人在年轻时主要承担家庭照料工作,没进入劳动力市场,她们晚年没有退休金,经济上依赖配偶和子女,还有一种对于丧偶后自己没有收入的担心和忧虑。”华南农业大学李琴教授表示,“这也是部分失能老人配偶照料者的一个重要压力源。”

快乐老人报
www.laoren.com 快乐伴一生



看年轻的老年报 可以补年轻

快乐老人报心中有老人,笔下无老气

报龄年轻: 2009年9月28日创刊,今年只有7岁

报人年轻: 编辑记者全是30岁上下,有朝气有活力有想法

善于从老年人角度思考,勇于为老年人利益说话

报相年轻: 追求时尚,介绍新事物新知识新技能

让您能更好地适应社会变化,快乐健康地享受金色年华

越活越年轻。

助力

全国政协委员联名提案聚焦失能老人

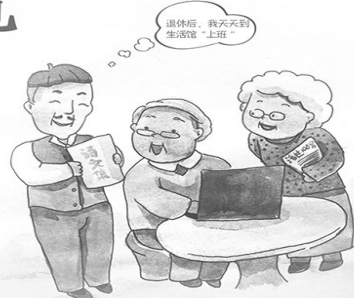
今年全国“两会”期间,住湘全国政协委员联名提案呼吁,加快推进养老服务体系,切实增加失能失智老年人及家庭的幸福感。

住湘全国政协委员建议,国家层面应加快社区居家养老服务立法,将居家养老的失能失智老年人纳入社区养老范围建档立卡管理。

长期护理保障体系建设是解决失能失智老年人及家庭照护难的有力举措,住湘全国政协委员建议,要从国家层面有序推进由政府、企业和个人共同分担的老年人长护险制度。(摘编自《中国社会报》)

以退为进 天地其实很宽

快乐老人报不只提供完美退休计划
还有丰富的产品和服务满足您的需求
看报杂志犹未尽?那就捧着《活过100岁》学习健康知识
或者上网找文朋诗友围炉夜话
或者把回忆录拿到快乐人生出版社出版
您还可以跟着美国国际旅行社跟团游列国
在快乐老人生活馆健身,在快乐老人电商“淘宝”
生活可以很精彩。



快乐老人报全年定价138元
邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版



订 阅 方 式
中国邮政订热线:11185
中国邮政订网网(bk.11185.cn)
微信订:扫描左图二维码
报社咨询热线:0731-88906498

快乐老人报全年定价138元
邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版



订 阅 方 式
中国邮政订热线:11185
中国邮政订网网(bk.11185.cn)
微信订:扫描左图二维码
报社咨询热线:0731-88906498