

“一人失能，全家失衡”；那些照顾失能老伴儿的老人，有着难以言说的焦虑和担忧；还要承担来自身体、心理、情感、经济等各个方面的负担

照护失能老伴儿 他们太不容易了



新晚报制图/宋占晨

年近八旬的邓香莲老人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。”邓奶奶的儿子刘春晖说。几年前，邓奶奶的老伴儿因患高血压导致半身不遂，邓奶奶自此承担起照顾老伴儿的重任，喂饭、处理大小便、擦洗……常常老伴儿深夜的一声咳嗽就能把她惊醒，这种状态持续了一年多。前段时间，儿子带她到医院就诊，经检查，邓奶奶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老伴儿的老人，有着和邓奶奶一样难以言说的焦虑和担忧。他们的压力来源于身体、心理负担、情感负担、经济负担等各个方面。

逾四成配偶照料者 有抑郁症状

相关调查结果显示，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%，其中有六七成失能老人是由老伴儿照料的。

已是古稀之年的关胜利连续7年照顾患有阿尔茨海默病的老伴儿，这两年，老伴儿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。无奈之际，去年国庆节期间关大叔请了保姆。今年春节期间，保姆回了老家，关大叔独自一人伺候了老伴儿20多天，把腰病累犯了。

除了身体上的劳累，照顾失能老人还得承受着很大的心理负荷。关大叔常常入睡困难，他说：“一想到老伴儿的病，还有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。”

相关部门的一项追踪调查数据显示，老伴儿失能成为老年人精神健康水平下降的一个重要原因，研究人员通过对这个群体研究发现，44%的老年配偶照料者有抑郁症状。

配偶照料者 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素。

年近八旬的刘奶奶在老伴儿瘫痪后，常有一种难言的失落感。老伴儿瘫痪前，老两口常常相伴溜达。老伴儿瘫痪后，刘奶奶全职照料，老两口的收入不多，不能雇保姆。老伴儿看病还要花钱，只能向孩子们伸手。刘奶奶一向要强，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，女性照顾老伴儿的情况居多。如果老两口的经济状况不好，女性照料者还面临着更多由于经济压力导致的焦虑。因他们没有退休金或者退休金很少，经济上依赖子女，就会有一种对于丧偶后自己没有收入的担心和忧虑，这也是部分失能老人配偶照料者的一个重要压力来源。

心里面累 是他们最大的感受

失能老人配偶照料者的精神压力来自多个方面，其中心里面累是他们最大的感受。2003年刘永香的老伴儿中风失能，渐渐地就开始卧床，自此刘永香生活的全部就是照顾老伴儿，至今已照顾老伴儿20年了。面对日复一日的艰辛生活，刘永香说：“这20年我从来没有出过远门，一年中少有的几次‘社交’，还是有事去亲戚家，感觉已经和社会隔绝了，想想心里就委屈。”

对于很多失能、半失能老人来说，长期卧床存在着很大的健康隐患，高血糖、高血压、高血脂的不断加重会带来一系列并发症，压疮就是其中之一。由于局部组织长期受压，易发生持续缺血、缺氧、营养不良而导致的组织溃烂坏死。数据显示，卧床病人压疮发生

率高达20%—50%，甚至有的人会死于压疮并发症，这些并发症更加重了照料者的焦虑心态。

姚琴英每天的日常就是照顾中风瘫痪在床的老伴儿，她说：“每天24小时都觉得忙不过来。”这几年就羡慕别人能出门散散步，能去公园透透气。

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，再加上长期的照料，让她身心俱疲。发起病来的老伴儿，有时会咒骂、推搡自己，和以前判若两人。一次，她在和失忆的老伴儿争吵时摔倒骨折。这一摔，她的心理防线也随之崩塌。老伴儿刚开始患病的时候，精神上还很正常，王女士照顾老伴儿也没觉得那么难。王女士说，现在她所做的一切都难以得到良性回应，照顾失忆的老伴儿这件事也似乎没有尽头。

社会多方助力 建设长期护理保障体系

“一人失能，全家失衡”正成为一个日益需要关注的社会问题。“失能”是失去生活自理能力，“失智”是记忆力、判断力和认知等脑功能退化，失能、失智老人的照料是养老照护领域的难中之难。失能、失智老人不仅生活不能自理，需要配偶或子女照料，还需要长期看病治疗，给家庭增添了沉重的负担。

老年工作者建议，加快推进养老服务体系建设，切实增加失能、失智老年人及家庭的幸福感，已然是社会问题。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。与此同时，长期护理保障体系建设是解决失能、失智老人及家庭照护难的有力举措，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。值得一提的是，目前已有的一些城市将失能、失智老人纳入社区养老范围，并取得了很好的社会效果。

(综合网络报道)

速读

老年痴呆症发病率看涨 发病迹象十年前就有 不想大脑“早衰” 饮食陋习趁早改

汇养生 ▶▶ 03

小时候喜欢讲故事 上岁数后考导游证 70岁大叔火“出圈” “边导边演”绝了



潮生活 ▶▶ 07

从朝堂到市井 人人喜欢喝酒 光会写诗不饮酒 在唐朝当不了才子

稗史记 ▶▶ 08