

再探养老·社区调查

编者按

当走进一个社区,经常会看到这样的场景:老人们聚在一起,下棋、聊天、跳舞;也有老人独自闲坐。还有一些轻易不出门的老人,只能偶尔望见窗边阳台他们眺望远方的身影。作为人口大省,山东全省接近一亿的总人口中,1/5是60岁以上的老人。养老成为子女和老人们绕不过的话题。我们选取了济南历下区甸柳新区的几位老人,记录他们情况各异的日常生活。看老人们如何用自己的方式去面对老了以后的生活。



济南甸柳社区的周连华(左)和李庆英(右)老人。本报记者 廖雯颖 摄



母亲卧病在床,刘树兴给母亲喂水。本报记者 陈玮 摄

开心事 暮年老姊妹相伴

本报记者 廖雯颖 陈玮

“多亏有她俩”

年纪大了,睡眠时间也变少了。早上5点,86岁的李庆英就起床了。天刚蒙蒙亮,空荡的屋子里分外安静,她起身在房间里转悠,喝点水,又到阳台上望望,回屋收拾。如果早饭前时间还没消磨完,就下楼转转。

老伴七年前过世,从那之后,家里就剩了她一个。儿子和女儿都各自忙着也顾不上她。对此,李庆英能理解。

一个人做饭,肠胃不好,牙也不行,其实很简单,来来去去就是那几样:白菜、萝卜、卷心菜。

菜市场几乎是老人独自出门走得最远的地方。分不清方向,甚至记不得公交车的路线,李庆英日常的生活范围就在以家为圆心步行可达的两三公里半径内。“不中用啊!”老人为自己生活能力的欠缺叹口气。

上午10点,李庆英的生活才热闹起来。每天这个时间,住在一个小区隔壁楼的周连华、刘鹤笙两位老人都会喊着她一起散步、聊天。这是三位独身老人约定好的“雷打不动”的项目,已经持续了七年。

“就围着小区附近转转,也不走远,锻炼身体,说说话。上午10点一次,下午3点一次。”李庆英说,三个人在一起,老周最活泼,最能讲故事,她和老刘每次都被老周逗得哈哈笑,“我有什么心事,她们俩也都来劝我。”自己的鞋袜、衣服,都是老周带着去买的。一年里为数不多的出远门去趵突泉、大明湖、逛千佛山庙会,都是两位老姊妹带她坐车。社区有什么老年集体活动,也是三人搭伙参加。“多亏有了她俩,这些年才有了伴儿。”

开导和被开导

人群中很容易把周连华分辨出来,不是因为长相,而是她那带笑的眉眼,爽快的说话劲儿和那股不同于84岁年纪的精气神儿。

周连华是小区里的热心人,几乎没人不认识她。大家经常在社区里看到她转悠,谁家有困难了,谁破坏公物了,谁闹矛盾了,她都会去问一问。

“她俩的心事我都懂。”开朗乐观的周连华经常开导两位老友。李庆英的心结是没有房产和积蓄,等年纪更大,哪个养老院要她呢?

87岁的刘鹤笙有儿有女、衣食无忧,但是随着年纪渐长,身体机能的衰减让她感觉到一种无力的痛苦。

“我觉得你俩想法不对。”周连华拍拍两位老姊妹的手,“都说‘老了老了,国家待咱像块宝’,咱们都有手有脚、能吃能睡的,把身体养好,健健康康活着,看国家越来越好,不是挺好吗?别想那么远的事。”她转向李庆英:“以前哪想到还能有退休金?都说‘天下哪有玩着就把钱挣了的事’,你看咱这不是玩着就有钱拿?”

“老刘今年春节过后心脏不好,出不了门,在家坐久了就容易琢磨这些。”周连华向记者解释,“人哪能天天高高兴兴的呢?不高兴很快就转回来了。”

将来的事

因为刘鹤笙过年后身体一直不大舒服,三人已经有阵子没有一起散步了。这天上午的安排也改成了家中闲聊。

老人们是善于知足的。经历过缺衣少食,在温饱线上挣扎的过去,她们对如今的生活充满感恩。李庆英说,自己过去太苦了,几次曾想寻死,“在后山找绳子上吊被救下来了。”现在虽独自居住,却是最好的日子。“要我说,我现在有饭吃、有衣穿、有政府管着,可以说是‘一步登天’了。”可将来往何处去?身无长物的自己未来能进养老院安度晚年吗?夜深人静,想到这个问题,李庆英就睡不踏实,“有时候一宿睡不着觉。”

刘鹤笙琢磨的是另一回事。七八年前,两位曾经的同事先后在养老院去世,生前探望时都向她倾诉过自己住养老院没人管的凄凉,“连喝口水都没人应。”同事的遭遇给老人留下了心理阴影,“能在家养老是最好。”现在两个女儿轮流到家里照顾她,帮她打点一切。“可等我生活不能自理了怎么办?”找护工太贵了。3000多元一个月,快赶上她的退休金了。刘鹤笙连自己的女儿家里有没有空房间、外孙辈将来生小孩都考虑到了。她不愿给儿女增添太多负担。思来想去,没有周全的好办法,“先这么过吧。”

烦心事 不能自理的生活

本报记者 陈玮 廖雯颖

“要不然干点啥呢”

对于同样住在济南甸柳新区的张德杰来说,社区里的活动与他很遥远。他几户足不出户,家门内的方寸天地就是他这些年的世界。

十几年前,糖尿病引发了视力减退,到了2000年,双目就完全失明了。前年一直照顾他的老伴去世后,女儿一家搬来,跟他住在了一起。

张德杰知道,女儿这么做是为了照顾他。早上,女儿做好一天的饭,烧好绿豆汤,摆在张德杰房间的桌上,再匆匆与孩子一道出门。到了中午,外孙放学回家,给张德杰热好中午饭,两人一起吃。晚上再等着女儿女婿回家做晚饭。

“按说下午5点就能下班,她一加班就6点了,再坐班车回来,这么晚了还得忙活着弄晚饭。”张德杰坐在床边,感叹着女儿的辛苦。晚上吃完饭,张德杰也不与女儿女婿多说话。“他们忙了一天,还要辅导孩子功课,不能再打扰他们。”

与记者对话时,门铃响了。张德杰尝试着从床上坐起来去开门。年过六旬的他因为糖尿病并发症的逐渐加重,一条腿无法直立行走,只能半弓起身子,一只手摸着床头,确认沙发的位置后,一路摸着沙发,一瘸一拐地挪到门口,再顺着沙发走回原路,最后坐回床上。

张德杰的活动范围离不开床。“没事就躺下休息,要不就是躺在床上听听广播,再听听小说。《隋唐演义》、《三国演义》、《西游记》……买了很多有声小说,一个一个听。”张德杰说,听完了,就再听一遍。“要不然干点啥呢?”

“他怕给我添麻烦”

单调的生活,并没有让张德杰觉得可怕。他害怕的是无法自理的生活。张德杰所住的前一栋楼里,85岁偏瘫的老刘也坐在床边。

隔壁房间住的是他的老伴老赵。老赵躺在床上,盯着床头电视里演的电视剧。渴了,就拿起枕边的瓶子,慢慢地侧着头喝一口,再撕下一块卫生纸,擦一擦嘴边的水,把纸扔在地上。

由于糖尿病并发症,老赵双腿无法用力,只能躺在床上,吃喝拉撒,全都靠儿子刘树兴照顾。“以前靠垫垫子。现在退休金涨了,每天晚上可以给我妈换个纸尿裤。这样我下半夜能多睡一会儿。”刘树兴说,父母两个人退休金加起来4000多块,要想请保姆肯定不够。于是,2012年,刘树兴从单位辞了职,专职在家照顾起了爸妈。

刘树兴说,母亲经常会生气,比如吃的饭菜咸了,一顿饭有馒头却没烧饼,她就会大喊大叫。可是同样的饭菜第二天再端给她,她却可能很开心。

相比起来,父亲让刘树兴省心不少,虽然偏瘫,但能自己做的都尽量去做。需要上厕所了,他一步一步移到助便器上,完事了就叫儿子一声。此外就坐在床边,一坐一整天。

“他怕给我添麻烦。”刘树兴记得,父亲刚偏瘫的时候,知道自己要走到这一步,甩了根绳子吊在房梁,被刘树兴及时发现了。

打那以后,刘树兴一步不离地看着父亲,直到老人打消了念头。而现在的老刘,连甩绳子的能力也没有了。

活着,至少还是个家

张德杰曾经也想过“随老伴去了”,可闺女的一番话,让他彻底打消了这个念头。“闺女说,不管你变成什么样,只要你活着,我回来还能叫一声爸。我已经没有母亲了,你走了,我觉得整个家都空了。”从那以后,张德杰觉得,为了孩子,自己也应该努力让自己不再“沉”下去。

现在张德杰的衣物都是自己在清洗,一双袜子都会消耗他半天的时间。可是他觉得,自己能动,就尽量减少给孩子的麻烦,就让自己更“有用”一些。

听到服务社区老人的社工告诉记者“张叔叔歌唱得特别好,还会很多乐器”,张德杰咧开嘴笑了。他回忆起当年自己在单位吹笛子唱歌,之后加入文艺队的情景,情绪逐渐飘回了昔日。说着说着,他双手挥舞起来,还从床上拿起了碰铃。这个碰铃,是大学生们送给他康复的礼物,他觉得,自己虽然不能像正常人一样生活,可是并不意味着自己只有一个人。

阳光灿烂的午后,伴随着碰铃,张德杰又唱起了年轻人的歌谣……