

# “感觉比上班的时候累多了”

## 帮子女带娃,不少老人累出“心病”

近日,老家山东的李阿姨引起了大家的关注,因为三年内帮在武汉的女儿带了两个娃,老人因为过度疲劳患上了抑郁症,这也引起了大家对于帮子女带娃老人的关注。据了解,0—3岁幼儿的看护中,其中一大半以上都是爷爷奶奶或者姥姥姥爷帮忙带,老人身体承受能力弱,再加上在育儿观念上的众多冲突,不少老人表示有点力不从心。

### 帮忙带外孙,老人中度抑郁

帮女儿带娃的李阿姨出现了整夜睡不着觉、吃东西没胃口,经常头晕心慌的情况,几个月下来还瘦了十多斤,直到女儿带她到医院检查,才诊断为中度抑郁。在医院,李阿姨还袒露心声称,“带孙辈真累,生怕有个闪失。”

对于李阿姨的抱怨,很多老人都表示赞同,并感同身受。在历下区一小区看孙子的李女士告诉记者,她老家在泰安,退休之后就来到济南给儿子看孩子,现在孩子已经两岁多,这两三年时间,她感觉比上班的时候累多了,“心理负担也很重,最怕的是孩子生病或者磕磕碰碰,一来我们心疼,再就是怕儿子儿媳埋怨。”李女士说,但看着孙子没人照顾,她也不忍心丢下孙子回

老家,“等孙子上了幼儿园,我还是要回老家,年纪大了,就是恋那个地方。”她同时表示。

实际上,很多老人从老家来到城市给孩子带孙辈,对于城市里的生活,他们完全陌生,可能跟自己几十年的生活习惯完全不同,再加上身边都是陌生人,老人更难以找到归属感。尤其是晚上吃过晚饭之后,孙辈交由爸爸妈妈带,老人这才更加空虚寂寞,不少人因此累出了“心病”。这其中有的表现为身体各方面的不适,比如头晕心慌,有的则表现为焦虑导致失眠,胃口不好。

### 育儿观念不同,婆媳都烦恼

记者了解到,0—3岁幼儿的看护,大半以上都是爷爷奶奶或者姥姥姥爷帮忙完成。但在看护孩子的过程中,由于育儿观念的不同,不少



居民小区里多是老人陪孙辈玩耍。

老人表示,都因此跟孩子发生过冲突。

“孩子生病了,是不是就得赶紧去医院,结果儿媳妇非要说在家里观察观察,孩子眼看着都发烧到40度了快。”说这话的是一位2岁宝宝的奶奶,据她介绍,天气变化较快,孩子这两天出现了发烧的症状,而就在要不要去医院的问题上,她跟儿媳持不同意见,并因此发生了不愉快。而作为孩子的妈妈,吴女士解释称,孩子前一天晚上睡觉蹬被子,她判断是着凉了,在发烧最初阶段,她选择给孩子用温水擦手心、脚心等物理降温,在物理降温效果不理想,体温飙升到

38.5度以上之后给孩子吃了药,同时还不断给孩子多喝水,就这么照料了一天多时间,孩子逐渐退烧,“就是去了医院,对于发烧,医院也暂时没有好的办法,我这也是请教了专业医生之后才这样操作的,没想到会引起爷爷奶奶这么大的意见。”吴女士说,医院里细菌病毒较多,这个时期,孩子又容易交叉感染,所以她认为自己的处理方式是正确的。

吴女士也同时坦言,在育儿问题上,她跟老人也经常会有冲突,比如孩子吃饭不爱吃,任性发脾气等,老人是隔辈亲,都依着孩子,这也让她也很烦恼。本报记者

### 专家

#### 父母带娃更有利 孩子性格和习惯的养成

现代家庭中,父母大多是双职工,爷爷奶奶看护孙辈自然成为理所应当的事情。但专家建议,不论是衣食住行,还是学习认知社会,作为父母,都应该投入更多精力。父母占主角养育孩子,更有利于孩子性格的发展和习惯的养成。

同时,心理专家还建议,老人属于比较脆弱的群体,年轻人除了关心孩子的养育,更应该给予老年人更多的关爱,鼓励老年人找到自己的兴趣点以及交际群体,更多的融入社会,这样更有利于老人情绪的排解。

## 暖秋行动 让爱循环

### 读者生活馆向甘南州玛曲县哈玛乡困难家庭捐赠衣物图书文具

近期,齐鲁晚报读者生活馆的“暖秋行动”已经启动。读者生活馆的员工们倡议济南市民把家里闲置的旧衣物送到生活馆里,捐助给那些贫困的家庭,同时建起一个旧衣物分拣基地,这样,市民们可以将自己家中闲置的衣服、裤子、鞋包捐出来,生活馆的员工们则定期收集,集中对衣物进行分类、拣选和加工,将质量较好的一类清洗,对应分发;将较为残次的转为用作制作手工艺品的原材料,制作成工艺品进行义卖和发放,从而达到物尽其用的目的。

此次活动,得到了广大

济南市民及许多社会爱心人士积极响应,连日来,纷纷带来不少闲置衣物,到生活馆里进行捐赠。一件件沉甸甸的衣物,融汇了广大市民及社会爱心人士浓浓的情,小小的善举,是用实际行动向偏远山区需要帮助的人们送上绵绵的心意。

活动开始仅半天时间,就收到了捐赠的各类衣物四百余件。此外,还有不少图书、文具等物品。随着活动的结束,这批衣物将由晚报读者生活馆邮寄至甘肃省甘南州玛曲县哈玛乡政府,送给那里有需要的家庭和

们,帮助贫困山区的孩子们温暖过冬。

齐鲁晚报读者生活馆的工作人员带着读者们的爱心,带着读者生活馆公益先行的宗旨,带着我们心中的温暖,一起送到了他们的手中。读者生活馆将始终秉持“三大关注,五大惠民”的政策,也会通过便民直通车奉献爱心,让更多的人受到温暖。通过这一系列的举措,不仅实现了回馈社会的公益梦想,最大化传递出公益正能量,也有效传播了齐鲁晚报读者生活馆公益先行的文化及良好的品牌及公益形象。



## 读者生活馆寻找有生活困难的你

读者生活馆自成立以来,带着使命前进,乘着梦想起航,一直致力于做“为百姓服务、为政府添彩”的忠实践行者,努力成为百姓精神文明生活的引导者,成为广大读者朋友最贴心的家人,在山东树立了良好的口碑!

读者生活馆也会持续开展关爱老人、关爱弱势群体活动,继承和弘扬“爱老、敬老、助老”的中华民族优良传统,通过各式各样的活动,帮助老人、关爱弱势群体。读者

生活馆坚持为老年人办实事、做好事、解难事,满足广大老年人生活护理和精神文化的多样化需求,使他们老有所养、老有所乐。读者生活馆关爱老年人的行动,在社会上得到了积极的反响,并受到了来自社会大众的广泛支持。

团结互助是中华民族的传统美德,齐鲁晚报读者生活馆一直帮扶弱势群体,用博爱心传递温暖,奉献社会。读者生活馆会将社会大爱传递给弱势群体,帮助他们共渡难关……

为让更多弱势群体感受到社会大家庭的温暖,齐鲁晚报读者生活馆将在济南市内开展“捐助”行动,希望有生活困难的你可以主动找到我们,让我们帮助你。爱心人士也可以向我们提供需要帮助的特困家庭信息,我们也欢迎一些有担当、有责任的企业共同参与我们的“捐助”行动!

地址:济南市历下区泺源大街3-2号(山东新闻大厦对面)齐鲁晚报读者生活馆  
电话:0531-87500199

## 齐鲁晚报读者生活馆招聘

齐鲁晚报读者生活馆面向济南各大院校应届生提供就业岗位,如果你是应届生,还没找到工作,可以来电咨询,具体招聘信息如下:

### 生活馆主任

底薪6000+奖金

要求:

- 1、积极向上 有团队意识
- 2、有责任心 诚信者
- 3、有销售经验者优先

### 生活馆主管

底薪5000+奖金

要求:

- 1、积极向上 有团队意识

- 2、踏实肯干 有责任心
- 3、有销售经验者优先

### 媒体文员

底薪3000+奖金

要求:

- 1、性格开朗 善于沟通
- 2、勤奋自信 品行好
- 3、男女不限 大专以上学历

联系电话:

0531—87500199