

第七次全国人口普查数据显示,我国60岁及以上人口达到2.64亿,占人口总数的18.7%。未来几年,随着上世纪生育高峰时期出生的六零后相继退休,我国的人口老龄化现象将更加突出。老年人基数增大,各种老年病的发病率也随之上升,其中最让人关注的当数阿尔茨海默病。此病在我国患病率约为3.1%,目前全球约5000万患者,有1/3在中国。阿尔茨海默病最终以痴呆为主要表现,丧失记忆力和自理能力,说话行事常常让人哭笑不得,人前人后尽失尊严。所以,很多老年朋友谈“阿”色变。为人一世,谁不希望自己健健康康来、体体面面走呢?然而,未来之事我们又能掌控多少?



让我们有尊严地老去

□张冷

你把我养大,我陪你变老

当蓝岚告诉妈妈她已从上海的公司辞职,准备回济南发展时,蓝妈妈着实吃了一惊。为什么?不是在上海工作得很好吗?蓝岚回答说她想家了。

蓝岚在国内大学毕业后,去美国读博士,未毕业就被上海一家公司看中。拿到博士学位后,她很快有了上海户口。一年多来,她工作得顺风顺水,但今年春节回家耳闻目睹了一些事情,让她有了回济南工作的想法。

在蓝岚心目中,妈妈是个全能型母亲。她不仅是学校的优秀教师,在家中更是“集传统美德于一身”。正因为有这样一位妈妈,蓝岚才得以在无忧无虑的环境中长大,以至于读大学、出国留学、回国工作,她都能心无旁骛地专注于学习和做事。

因疫情影响,再加上学业紧、工作忙,近些年蓝岚很少回家,就连春节也是连续四年没在家过了。腊月底,蓝岚放下所有事情,拉着从上海置办的满满一车年货回济南过年。到家了,但家里没人。“这是去哪了?竟然都不在家等我!”蓝岚边自言自语边给爸爸打电话。爸爸告诉她妈妈在姥姥家,他在奶奶家,让她先歇歇,等他们忙完了一起出去吃饭。“忙?忙什么呢?”蓝岚疑惑着,顾不上整理物品,开车去了姥姥家。

开门的是小姨。“蓝岚回来了?”小姨撸着两只袖子,手里举着一块抹布。“小姨,”蓝岚亲热地抱了抱小姨,“在给姥姥大扫除?姥姥,我回来了!”

兴冲冲的蓝岚在卧室看到了坐在床上的姥姥,而妈妈正蹲在通向卧室的阳台上擦地。“姥姥,妈……什么味儿啊?怎么这么臭?”蓝岚吸溜着鼻子。

“大姐,吃饭吧,我饿了。”姥姥笑嘻嘻地看着蓝岚喊道。“啊?”蓝岚吃了一惊,“姥姥,你说什么?”“我饿了,我要吃包子。”姥姥握住蓝岚的手,“大姐,你怎么才回来?”

“妈,我姥姥怎么了?”蓝岚确定姥姥不是开玩笑。“姥姥糊涂了。”小姨在她身后答道。“老年痴呆?”蓝岚感到十分意外。

姥姥得阿尔茨海默病三年了。白天她们找了护工,晚上由妹妹俩轮流陪伴。今晚小姨值班,就在她洗衣服的时间,姥姥又在阳台上大便了。来送包

子的蓝妈妈正好赶上。

“上次回来姥姥不是好好的吗?怎么都不和我说呢?姥姥原来多爱干净啊……”蓝岚扑到姥姥跟前,边哭边说,“姥姥,我是蓝岚,我是你带大的,你怎么能不认得我呢?”

姥姥退休前是纺织厂女工,中年守寡。靠着一人微薄的工资,千辛万苦养育一双女儿和一个儿子。为了省钱,当年蓝妈妈姐妹俩考大学都报了有伙食补贴且免学费的师范院校,弟弟则先参军,后来在部队考了军校。

“姥姥,你怎么病成这样了?”蓝岚趴在姥姥怀里泣不成声。“其实你上次回来,姥姥就已经不太好了,忘事忘得厉害。这又两年多了吧?症状加重了。”蓝妈妈缓缓地站起身。“那为什么不告诉我?如果早知道姥姥有一天会不认识我,我怎么都得回来看看呀!”蓝岚抬起头看着妈妈,话里有了怨气。“蓝岚,”小姨坐到蓝岚身边,“你还记得在美国的学习有多紧张吗?要不是你妈跟你视频,你忙得都记不起来和家里联系。回上海后,还是爸爸妈妈去看的你吧?为了赶项目,去年春节都没回来。就算告诉你姥姥的情况,你急火火跑回来看两眼又能怎么样?”

小姨的话音刚落,蓝妈妈的电话响了,是蓝爸爸打来的。“找着妈了吗?”蓝妈妈问道。“奶奶怎么了?”蓝岚意识到奶奶也出了事情。“唉!”小姨长叹一声,“你奶奶也糊涂了,去年开始的。和姥姥不同,她喜欢向外跑,但一出去就找不回家,今天又走丢了。”

原本是与家人团聚的美好夜晚,却因姥姥和奶奶的阿尔茨海默病,蓝岚的心情变得格外沉重。接下来的假期时间,除了帮着照顾奶奶和姥姥外,蓝岚花了大量时间上网查阅有关阿尔茨海默病的各种资料。其中她最看重的信息有两条:遗传、长期的情绪低落是发病的两个重要原因;照顾患者需要三分治疗、七分护理,家人会很辛苦,亲人群体的心理健康不容忽视。

奶奶和姥姥的病情已不可逆转,可是爸妈怎么办?以他们的品行,一定会不遗余力地照顾两个孩子般的老人,但他们自己也都奔六了,这样的劳力伤神,身心健康能不受影响?蓝岚最为担心的还有“遗传”二字,如果过于劳累,如果心情长期低落,如果退休后无天伦之乐陪伴……奶奶姥姥的今天

会不会是爸妈的明天?蓝岚不愿也不敢再想下去。

也就是从那一刻开始,她有了回济南工作的打算。如果那样,即使工作再忙,但毕竟和父母住在同一座城市。空间距离的拉近,势必会密切心理关照,强大彼此间的情感支撑。相关研究表明,亲人的温暖陪伴,亲情的持久滋润,是预防阿尔茨海默病的有效途径。

你别再啃老,我志在养老

在老田苦心相劝下,英姐终于答应与他一起出去旅游,不再管儿子的事。

老田的儿子是田家孙辈中唯一的男孩,“得天独厚”的性别优势,加上俊美的容貌,让他从小就集万千宠爱于一身。养尊处优环境中成长的小田,衣来伸手饭来张口,尽管还算听话,但做事缺少主见,而且韧性差,抗挫折能力较弱。

老田是军人出身,儿子小时候他还没转业,教育孩子的问题根本顾不上。等他发现儿子的问题,小田已上初二。教子心切,不免方式方法简单粗暴,又赶上孩子青春期逆反心理重,所以父子俩相处得很不融洽;不仅如此,英姐还常常干涉老田管儿子。于是,家里常常闹出不和谐的动静。好在小田的学习成绩尚可,在母亲的百般呵护下,在父亲的各种训斥声中,他还是考上了大学。

三年前,小田大学毕业。半年多时间,英姐动用各种资源,仍未能给儿子找到一份满意的工作。之前,老田有话在先,儿子的工作自己去找,他不会帮忙。英姐回应道:“不用你帮忙。我还相信给孩子找不到一份工作。”大话吹出去的英姐不想低头,但又是半年过去了,小田的工作还是没着落。理想的单位大多都要研究生,不需要高学历的单位,要么小田不想去,要么专业不对口。有一天,儿子突然对英姐说:“妈,要不我考个研究生?”“那敢情好!”英姐喜出望外。当她把消息告诉老田时,老田心里也是一阵欣喜,哪个父母不希望孩子有上进心?

接下来的小田,还真像模像样地学了一个月,英姐也兴奋地进入五星级服务备考状态。然而,两个月后,她发现儿子经常在屋里刷手机。英姐试着询问过,小田说是上网查资料。就这

样,英姐好吃好喝伺候几个月,年底要考研报名了,小田却说不想考了,反正也考不上。英姐顿觉胸口堵得慌,问道:“不考研,那你打算干什么?找不满意的工作怎么办?”“妈,要不我自己创业?给我投点资,我开个店,卖文创产品怎么样?”看着儿子急切的目光,英姐被感染了,说道:“行吗?你考察过吗?需要多少钱?”“不试怎么知道行不行?你先给我投20万?”“20万?这么多?”“这还多?要办很多事情呢!”

英姐瞒着老田,从准备给儿子买房的存款中支出20万为其做创业基金。然而,半年多后,20万花没了,文创产品店却黄了。此事之后,英姐经常唉声叹气,坐在家里抹眼泪,好忘事,以前很多感兴趣的事也都不上心。英姐得了抑郁症。

多亏老田发现及时,领她去医院看了心理医生。得知20万的事情后,他很恼火,但没有责怪妻子,也没再训斥儿子。希望小田通过找工作出去闯闯、磨砺磨砺,经受点风雨,这个初衷没错。但作为男人、家长,他也需要反省自身的问题,为什么老婆孩子会变成现在这个样子?

一天,他将儿子约到楼下的小公园,语重心长地说:“25岁了吧?还打算啃老到什么时候?为了你,妈妈都得抑郁症了。医生说这个岁数,要是不赶紧治疗,很容易往老年痴呆上发展。不希望看到妈妈有那一天吧?”“不希望。”小田迅速抬起脸看着爸爸,惶恐地摇着头。“以前我做得也不好。可你是个男孩子,应该有主见、有担当,我和你妈越来越老,咱家将来是要靠你撑着的,你这样‘妈宝男’啃老下去,连自己都养活不了,还能撑得起什么?”老田继续说道。在小田的记忆里,爸爸很少和他这样心平气和地交流。今天,从爸爸的眼神里,他看到了愧疚、责备、无奈、担心。猛然间,他似乎真正明白了以前爸爸为什么总骂他“怂包”。

“爸……我特别害怕妈妈生病。”小田迟疑了一下,“那你能先帮我找份工作吗?我不挑三拣四了,只要能养活我自己。这个时节……不是招工的时候,我自己出去找挺难的……实在不行,我就去送快递……其实之前我去过顺丰,他们那里招快递员,可我……怕丢人……但再想想,人家刘强东一开始不也送过快递吗?”

儿子的话让老田的眼睛模糊了,他伸手揽住小田,说:“去你王叔叔公司吧,虽然只是个普通工作,但扎扎实实干活,慢慢来。”老王是老田的战友,他曾多次催老田让小田去上班,但老田一直说“时机不到”。

安排好儿子的事,接下来他要做的就是陪妻子出去旅游。他希望他们往后余生能变“以儿子为中心”为“以养老为中心”,在阳光的、愉悦的、健康的环境中,从容地老去。

受经济发展、就业压力、成长环境、个人品质等多方面因素影响,一种新型的啃老态势正在悄然蔓延。相比于传统型啃老的“磊落”,新型啃老更具掩饰性,有的会以创业、继续深造等上进表现为幌子,使父母心甘情愿地供养他们、支持他们。社会学家认为,“啃老族”有不断扩大的迹象,如何促使“襁褓青年”成人,是家庭问题,更是社会问题。

夕阳的余晖里,一辈又一辈的父母正渐行渐远地老去。让父母有尊严地变老,是他们自己的最大愿望,也是做儿女的最大孝道。