

北大教授成照护者:4400万失能老人何以为依

照顾老人并不容易,每天付出近4个小时

胡泳在文章中说:“今天你可能风华正茂,但是你早晚都会遇到”,他认为世界上只有4种人:曾经是照护者的人,现在是照护者的人,即将成为照护者的人,以及需要照护者的人。

按照联合国标准,中国人在2021年就进入“深度老龄化社会”——65岁及以上人口占总人口比重超过14%。可以预想的是,随着独生子女一代的年龄渐长,他们将面临巨大的家庭照料负担。

由北京大学开展的中国老年人健康长寿影响因素调查(CLHLS)的数据,可以解答照顾一名失能老人有多难。该调查从1998年起在全国20多个省份随机抽取大约一半县市进行了8次跟踪调查,是世界上规模最大的高龄老人调查。

分析的数据显示,平均而言,一名65~70岁的老年人需

近日,《当一位北大教授成为24小时照护者》一文刷屏。讲述者是北京大学新闻与传播学院教授胡泳,他讲了一个自己照护失能父母的故事——父亲以96岁高龄过世未久,母亲今年85岁,患有重度阿尔茨海默症。文章之所以引发大家的共鸣,是因为照顾失能老人几乎是所有中国人的必经之路。



胡泳

要家人每周约25.97小时的照料时间,即家庭成员每天需要为照料每位老人投入3.7小时。而年岁越长,需要照料的时间也越长。

随着老人失能程度的上升,这样的照料时间将呈现几何倍数地上升。胡泳在文章中说,为了照护失能父母,他已经从一位事业有成的专业人士变成全天候护理人员——一日喂饭、管理大小便、帮忙洗澡和穿衣服等等。

从CLHLS的数据来看,洗澡是老人最需要帮助的基本生活需求——高达52.8%的受访老人需要他人帮忙,且其

中近7成的人完全无法自己洗澡。

老人洗浴之困,一直是庞大却隐秘的角落。助浴师唐博在接受采访时说,他曾服务的一位老人在患脑梗后行动不便,老伴、女儿都抬不动老人到卫生间淋浴,只能用毛巾给他擦身,而这个老人就一直困在“黏糊糊”的身体里。

我们还发现,除了基本生活需求,一些功能性的生活需求也是老人的难题。其中有4成的老人完全无法独立乘坐公共交通出行,而像是提起10斤重的东西、连续走2公里路等体力活动,每项都有超过3成的老人无法做到。

而在胡泳的日常生活中,照顾老人最难的是排便问题——母亲是阿尔茨海默症重度患者,她不清楚自己应该要大便还是小便,因此胡泳每天都追问要不要尿尿、大便。

“屋子里常年弥漫一股尿尿味,而这就是人生真实的味道。”这位北大教授在文中写道。

照顾老人考验人心,因为十分漫长

中国社会科学院农村发展研究所博士后张立龙在2017年发表的一篇论文显示,65~67岁老年人的平均余寿约为16.04年,这16年可以被划分成四个阶段——10.11年的预期完全自理、4.42年的轻度失能、0.88年的中度失能、0.63年的重度失能。

持续如此之久的照料时间,对照护者而言并不容易,有人会选择养老院等机构。

陆书就选择把患有阿尔兹海默症的90岁父亲安置在专业的照护机构。他在接受记者采访时说,随着病情的加重,父亲的情绪和行为逐渐不可预测,“想到哪出是哪出”,后期还会整夜不睡觉。

“那个时候就一直处于临

界、不稳定、临界、不稳定,就像是一个碗放在桌子边随时掉下来要摔破的感觉。”陆书说,这才促使家人把父亲送去照护机构。

独生子女家庭,处境或许会更难

照护与被照护,这是永远也逃不掉的两个身份,而在独生子女家庭,这种负担将更重。

中国社会科学院人口与劳动经济研究所研究员伍海霞等人的论文显示,仅有1个子女、有6个及以上子女的老人,前者是因为独生子女照料能力有限,无法分摊压力,而后者可能是受到老人的年龄过大等因素的影响。

尽管从照料老人负担上看,有2个子女的家庭是最轻的,但如果对应到照料缺口,伍海霞等人的论文指出随着子女数量的增多,家庭中照料老年人的能力就会越强,缺口就会较小。

家庭照料时间的长短还会对子女的工作有影响。一篇发表于2023年的论文显示,家庭老年照料会使子女的劳动参与率下降22.59%,而对于还在工作的子女,他们会因为照顾老人,每年减少工作时间187.46小时。

眼下,或许多数的年轻人尚未能察觉到照料之苦,但随着父母年纪渐长,如上文所说的照料困境将不可避免地袭来。

中国老龄科学研究中心的数据显示,截至2022年末,国内60岁及以上老年人达2.8亿,其中失能老年人人数大约有4400万。

尽管有越来越庞大的老年人群体,但生活中的很多细节都显示出我们还没准备好——方便轮椅出行的无障碍通行仍然不足,厕所往往是蹲坑而非坐厕,医院很少有临终关怀病区等。

如何建立适老化的社会成为一个极为重要的命题。正如胡泳在文中提到的,老龄化社会已经来临,“我们这个新社会的品质,很大程度将取决于那些无法照顾自己的老年人被照顾的程度有多好”。

(综合澎湃新闻、新湖南客户端等)

一双公筷 健康常在



2024年4月

19

星期五

甲辰年三月十一

总第3340期 (今日16版)

湖南日报报业集团主管

华声在线股份有限公司主办、出版

国内统一刊号:CN43-0032

邮发代号:41-13 总编辑:盛伟山

全国邮政投递服务热线:11185

本报邮箱:wcb-bwb@163.com

中国邮政发行百强报刊



导读

- 3版 以色列上空的惨烈导弹攻防战
- 7版 新“国九条”,为资本市场长远发展扫障碍
- 14版 是谁最早建议“两会”同时召开
- 16版 北大教授成照护者:4400万失能老人何以为依

●4月14日,某列车上一乘客吐槽年轻人在卧铺下铺挂帘子,不让70多岁老人坐。这不算什么大事儿,但相关消息的评论区却炸锅了,登上微博热搜,公说公有理,婆说婆有理。

卧铺帘子不该被“道德评判”——社会发展现阶段,各种资源比以前丰富得多,年轻人越来越重视自己的隐私。火车卧铺上挂帘子,就是年轻人围起一个私人空间,围起自己的隐私。老年人没有尊重年轻人隐私的概念,拿尊老压人,自己觉得理直气壮,年轻人却不一定接受这样的道德绑架。

规则之外也可讲讲人情——在公共交通工具上,大多数人看到老人和孩子,都会主动让座,何以在火车上偏要挂起帘子,拒同行旅客于帘外?卧铺车厢座位不够是客观现实,下铺借坐也是不得已,何不与人小小方便,何况铺位上方是70岁的老人。公共空间,需要公共道德支撑。

是铁路留给旅客的难题——破解这一难题,主动权不在旅客,而在铁路部门。一方面要利用大数据,更好优先满足老年人购买下铺的需求,另一方面要提升服务,比如提供可移动板凳供旅客使用。也许有这样那样的掣肘,但只要想干,办法总比困难多。(综合新湖南客户端)

热点围观

责编:陆嘉琪 版式:孙哲 校对:杨红章

打破献血者用血的地域限制

献血13次,共计4900毫升,还曾因此获奖,但妻子省内异地生病做手术需要备血时,却未能顺利用上。日前,山东的铁先生在社交媒体分享了自己的遭遇。

保障献血者的法定权益,防止“异地用血被拒”的再次上演,关键在于信息互联互通、资源共享。在健全无偿献血信息共享机制的基础上,要进一步打破献血者用血的地域限制,在省域范围乃至全国建立统一的血液调度平台。

(摘自《中国青年报》4.17) 今日短评

公用事业要给公众一本明白账

近日,继重庆之后,四川成都市民的燃气费用问题也成了热议焦点。自从2023年燃气表更换以来,不少市民发现自家的燃气账单出现了异常上涨的现象。一连串的投诉,将燃气费用的透明度问题推向了风口浪尖。

从一些网民晒出的账单看,自更换燃气表以来,确实有不少家庭的燃气费用出现了显著的增长,这与过去相对稳定的费用形成了鲜明对比。这种变化不仅让居民感到困惑,更让他们质疑新的燃气表是不是存在“猫腻”。

客观而言,这问题恐怕不能简单地将其归结为单一因素所致。燃气费用的上涨,很可能涉及多个方面,或许与

燃气表本身的精度有关,或许与计费方式的调整有关,甚至有可能涉及不正当收费等行为。但无论原因如何,作为消费者,市民有权知道真相,而作为服务者,相关部门则有义务提供合理的解释。

在这个过程中,透明度和公开性尤为重要。公用事业服务,任何涉及费用的调整都应当遵循公开透明原则,让消费者清楚了解费用的构成和计算方式。同时,对于任何价格的变动,都应当提供充分的解释和依据,以消除消费者的疑虑。只有这样,才能建立起消费者与公用事业服务提供者之间的信任关系。

事实上,作为城市生活的个体,我们理解任何技术

升级都需要投入,但这并不意味着成本增加就必须由消费者买单。如果真的是因为技术升级导致了费用上涨,相关部门也有责任向公众说明白,上涨的部分具体是哪些,是否有必要进行这样的升级,以及是否有可能通过优化管理、提高效率来降低成本,从而减轻居民的负担。

总之,公用事业要给公众一本明白账。燃气服务收费理当遵循相关法律法规的规定,确保费用的合理性和公平性。对于其中可能存在的违规行为,监管部门应当予以严肃查处,这不仅是维护消费者的合法权益,更是为了维护市场的公平和正义。(据湖湘新闻客户端4.17)

画中说话 老屋的“陋室铭”

近日,摄影师蔡山海自驾经过山西代县峨口镇上高陵村,偶然走进一个正在举办葬礼的农家小院,发现墙壁、门框乃至房梁上,都有去世老人张福青留下的字迹。这些字迹工整清秀,内容从农事、借款等琐事到“宇宙到底有多大”等追问。质朴的文字让百万网友感动不已,称老人“把日子过成了诗”。



(据极目新闻4.17)

严厉打击虚假诊疗等骗保行为

近日,国家医保局等六部门发布《2024年医保基金违法违规问题专项整治工作方案》,重点聚焦以下三方面:一是聚焦虚假诊疗、虚假购药、倒卖医保药品等欺诈骗保行为,开展严厉打击;二是聚焦医保基金使用金额大、存在异常变化的重点药品耗材,动态监测基金使用情况,重点查处欺诈骗保行为;三是聚焦骨科、血透、心内、检查、检验、康复理疗等,全面开展自查自纠。(摘自《光明日报》4.17)

再续前缘! 86岁老人迎娶北大同班初恋

4月14日,湖南益阳86岁老人周桂林迎娶当年在北大的初恋女友引发关注。

周桂林老人曾是北大法律系的学子,毕业后他选择回到家乡,投身于教育事业,创办了高平中学并担任首任校长。

该学校老师回应称,确有其事。周校长和他的初恋不知道因为什么分开,中途各自组建了家庭,各自奔自己的事业,后来双方结婚的妻子和丈夫都过世了,才联系上,又走到一起的。幸福来得不容易。

亲友陈先生称,周桂林和初恋是北大同班同学,正式酒席只有三桌,没有大操大办,但仪式感十足。现场对联写道:六十载劳燕分飞,锦书难写相思曲;一百年真心期许,红烛再题初恋情。这不仅仅是对两位老人感情的赞美,更是对他们坚韧不拔、执着追求美好生活的敬佩。

据亲友介绍,周桂林老人的初恋女友,名叫杨秀桂,同样是北大的才女。两人曾是同窗好友,共同度过了青涩而美好的校园时光。然而,由于种种原因,他们并未能在一

起,这一分别就是数十年。直到近日,两位老人机缘巧合之下得以重逢。他们的心中都充满了激动和喜悦,仿佛又回到了那个青涩的校园时代。经过深思熟虑,他们决定重新走到一起,共度余生。

周桂林老人和杨秀桂女士的婚礼得到了当地人的广泛祝福。他们的故事传遍了大街小巷,成为了人们茶余饭后的美谈。人们都为他们的坚持和勇气所感动,更为他们的幸福而祝福。(综合大象新闻、红星新闻)

一口好牙,80岁活得像50岁

“即速得”种植牙,全口缺牙实现当天戴好牙

网上购物、玩微信、组团旅游、上老年大学……现在老年人的退休生活更加丰富多彩,只要身体健康、爱学习,退休后有大把的时间学习新技能,紧跟时代潮流,做新时代老人,这是很多老年人的退休规划,但是由于身体健康等原因不能如愿。

世界卫生组织指出牙齿质量决定生命质量,早在2001年提出“8020”健康理念,即指80岁老人拥有20颗具有咀嚼功能的健康好牙。为响应世界卫生组织“8020”号召,“口福行动”补贴种植牙活动自2017年长沙开展以来,7年时间累计报名人数超110000人,成功申请补贴

种牙多达88350人。“我现在牙齿好了,吃什么都香,精气神好了,前段时间还跟邻居们一起去常德桃花源旅游,认识我的亲朋好友都说我越活越年轻了。”82岁的李爷爷高兴地表示。

由湖南省老年保健协会参与组织发起的“口福行动”为帮助更多缺牙长者尽快种上一口好牙,推出种牙“即速得”种植牙技术,一日种好牙,早上种,下午用。该项技术之所以与传统种植牙不同,就是它在实现“即刻种植”的基础上,还实现了“即刻负重”,无需等3-6个月骨结合期,当天种牙当天有牙可以用了。

2024年最新种牙补贴惠民政策:50岁以上多颗缺牙、半口/全口缺牙、镶牙等即可享受“即速得”即刻种植牙公益补贴50%起;单颗、多颗缺牙可享双重福利,集采种牙政策+最新补贴惠民政策。

湘·长医广[2024]第02-04-051号 广告

91岁李爷爷“即速得”种牙,想吃啥就吃啥

报名热线:0731-85573666

地址:长沙市开福区芙蓉中路一段442号 电话:84329417(广告) 84326258(编辑部) 发行热线电话:0731-84326418、84313258 邮编:410005 零售:2元 年订:168元 湖南在线网址: http://www.hnol.net 印刷:华声在线股份有限公司湖南报业印务分公司并在陕西、北京、浙江、福建、河南设有分印点 常年法律顾问:湖南天地人律师事务所 首席律师:胡戈 服务律师:蹇涛、黄州兰 联系方式:18618458430、13667396782