

听听你的心事

串门记者: 李峥
电子信箱: yzlnbxw@163.com
电话: 88629212时间: 11月4日
地点: 石家庄市某小区
人物: 陈建坤(60岁)

陈建坤自述:我是家中独子,父亲今年83岁,自从10年前母亲去世后,他的身体一年不如一年。前几年,父亲不幸患上了阿尔兹海默症。现在,他已经到了完全不记事儿的程度,生活也不能自理。在这种情况下,他竟然还能记得贴身伺候的儿媳。老伴照顾父亲的琐碎事令我感动,更让我觉得一辈子也还不清她的情。

前些年,父亲一直在老家生活。2019年春天,为了方便照顾父亲的生活起居,我和老伴将他接到石家庄生活。父亲刚搬来的时候,我们将家中收拾得干干净净,还专门给他腾出一间屋子,放了两张床。那时候我还没退休,而老伴已经退休两年了。白天我去上班,老伴就照顾父亲服药、吃饭,等晚上下班了,我再和父亲同睡一屋,方便晚上照顾他。

说来也惭愧,和老伴伺候父亲刚半年,我患上了腰间盘突出。我不愿采取手术治疗,医生建议多休息,不能过度劳累,这意味着我不能跟以前一样照顾父亲了,许多活儿都压到了老伴身上。老伴特别体谅我,她二话没说就承担起了伺候父亲的活儿。

父亲早些年腿脚不好,一到阴雨天气就腿疼,为了让他能舒服些,老伴每天晚上都会端来温水给他洗脚。听说哪家理疗店按摩腿、脚有效果,便带着父亲过去,她还跟着店里医师学习按摩手法,回家以后,再试着给父亲按摩。

老伴常说,父亲在老家住了一辈子,肯定一时半会儿住不惯,感觉憋得慌。为了让父亲能出门散心,她专门买了轮椅,天气晴朗的时候就领着父亲去家附近的公园遛弯。在公园里,老伴先让父亲推着轮椅走一会儿,等父亲走累了,她再推着父亲边走边聊。在公园里锻炼的老人们隔三差

五就看到父亲和老伴一起遛弯,他们不了解情况,把老伴认成了“保姆”。后来老伴跟老人们熟悉了,告诉他们自己的身份后,大家都夸赞她是“孝顺媳妇”。

在生活方面,为了适应父亲的胃口和咀嚼能力,老伴平常做饭总是做得稀一点、淡一点、烂一点,尽量符合父亲的口味。从去年开始,父亲的消化功能越来越差,菜叶、馒头有些嚼不动了,只能喝些熬得稀烂的米粥。虽然老人牙口不好,但光让他喝粥也不是回事儿呀,平时营养跟不上,身体只会越来越差。我不会做饭,老伴就从网上查找适合老年人的食谱,还买了一台破壁机。每次吃饭的时候,她会用破壁机把饭菜打碎,再一勺一勺地喂给父亲吃。怕父亲吃多了不消化,老伴控制好每顿的饭量,一天四顿,每餐定时定量。除了正常饭菜,她还会多买一些水果蔬菜,一块放进破壁机里打碎,给父亲换换口味。

最近几个月,父亲比以前更糊涂了,身边亲人也不认识了。父亲变得像个几岁的孩子,不清醒的时候,吃饭需要有人端着碗围着他喂,换衣服时要防止他乱动乱闹,我们老两口还得随时注意他有没有弄脏衣服和被褥。好不容易清醒一会儿了,父亲又开始絮絮叨叨说些早年的经历。为了伺候父亲,我和老伴齐上阵,她给老人喂饭、穿衣时,我就按着父亲不让他乱动。等父亲安静下来了,老伴就跟他聊天,听他念叨那些讲了几十、几百遍的老故事。老伴一边听他讲,一边跟他“提问互动”,虽然这些事儿听得人耳朵都长茧子了,但老伴从来没有过不耐烦。每次父亲讲完,他脸上都能有明显的笑意,老伴趁着他开心,就问他:“你知道我是谁不?”父亲每次都摇摇头,老伴说自己是他的儿媳。等过上一会儿,父亲又忘了,老伴就再跟他说一遍。就

这样一次次地帮助父亲加深记忆。

最近,父亲竟然记住了老伴的名字。有一次老伴出门买菜,我在家照顾父亲,他觉得我伺候得不如老伴细致,又开始闹脾气了,挥舞着手臂大声喊叫“秀荷!我要秀荷!”这话一出口,我就愣住了,秀荷是老伴的名字,父亲忘记了所有人,却唯独记得伺候他的儿媳。这得是老伴在多少次伺候他时,一遍遍不厌其烦地讲给他呀!老伴回家以后,我把这件事跟她说,她也感动了老半天。

父亲对于老伴来说只是家里的公公,并非生养他的父亲。她能这么照顾老人,这份情我是还不清的,我一定会好好对她,遇到这样的好老伴,真是我们全家人的幸运。

■记者感言

在陈建坤的老伴照顾公公近5年的时间里,一直任劳任怨,如今患有阿尔兹海默症的公公竟然能记起她,这是用爱创造出的“奇迹”。没有一分付出是白费的,人心可以换人心,陈建坤的老伴用爱心、孝心,谱写了一曲敬老之歌。

■串门预约

保定市的王晓甦已经87岁了,她想请一位住家保姆,又担心别人说长道短。下一期,咱们去她家串串门。

■串门回音

观念一转气自消

申德明:邓女士和老伴住进养老院以后,她一去跳舞,老伴就冲她发脾气。乍一看老伴是心疼住养老院花钱多,再就是嫌她整天唱歌跳舞,没个正经老太太样儿。其实,这些都是表面现象,依我看深层次的原因在于老伴的思想观念没有与时俱进,还停留在以前。所以,要想老伴安心住在养老院,并支持邓女士唱歌跳舞,当务之急就是要帮他转变观念。儿女们可以从两个方面

给他做思想工作,老人不是心疼花钱吗?那就向他说明,钱是用来花的,不能一味追求存钱。儿女不会花他的钱,只希望他过得幸福,以此消除他的后顾之忧;关于邓女士唱歌跳舞的问题,儿女要让父亲明白,母亲唱歌跳舞可以愉悦身心,健康长寿。这样老两口才能好好地安度晚年。

现在老年人唱歌跳舞很普遍,这是一项积极向上的健身活动,根本不存在正不正经的问题。如此这般,我相信老伴会转变观念的。

杨鸿恩:邓女士爱好唱歌跳舞是好事,老伴冲她发脾气显然不对。解决这个问题首先要做通老伴的思想工作,得到他的理解和支持。邓女士要反复、耐心地和老伴沟通,让他破除旧观念,消除他的疑虑。即便老伴一时接受不了,也不要操之过急,要允许他有个转变思想的过程。还可以让女儿或歌咏队的队友出面,帮着给老伴做思想工作。总之不能为这件事生气吵架,更不能因此影响老两口几十年的感情。

跳舞健身无可非议

李海瑞:邓女士辛苦了一辈子,与养老院里同龄的兄弟姐妹们组成歌咏队学习跳舞,这是健身需要,可她老伴思想守旧,见不得男女跳舞,这是不应该的。实事求是地说,跳舞健身在广场上随处可见,不是什么过分的事情。

邓女士的老伴作为男人要有开阔的胸怀,要给予邓女士应有的信任和尊重。老年人经常吵架对身体健康有影响,高兴是一天,不高兴也是一天,何不让快乐相伴,健康长寿呢!

不该干涉对方爱好

李朝云:我认为邓女士老伴做得不对。养老院里老人们在一起唱歌跳舞是很正常的事情,在一起玩儿图的就是高

兴,还能结交朋友增进感情。都是老夫老妻了还有什么不放心的?矛盾争吵会伤了双方的感情,影响夫妻关系。

邓女士的老伴要尽快转变思想观念,支持邓女士唱歌跳舞,自己也可以加入到歌咏队伍当中,或者培养其他兴趣爱好,在养老院里快乐养老,过好自己的晚年生活。

老伴心胸有点小

郑天峰:看完邓女士的自述,我想到了《莫生气》这首歌,“人生就像一场戏,因为有缘才相聚。相扶到老不容易,是否更该去珍惜……”邓女士和老伴都是70多岁的人了,在养老院里饭来张口,衣来伸手,过着无忧无虑的晚年生活,应该高高兴兴才是。可老伴总因为邓女士跳舞而发脾气,实在是太小心了!不过话又说回来,老伴这是对邓女士太在乎的表现,唯恐失去她,即便腿脚不便,还时时刻刻跟着她。老伴的心胸是小了点儿,这就需要老两口多沟通交流。只要两位老人以心换心,问题就会得到妥善解决!

沟通交流 珍惜情谊

王银海:从邓女士的自述来看,她老伴不单是嫌住养老院多花钱,还是个“醋罐子”。

邓女士不必太介意,心平气和地坐下来和老伴谈心,多沟通交流,最好劝老伴和她一块唱唱歌。我们小区里许多老年夫妻参加了合唱团,邓女士不妨试试。

宫锡进:看了邓女士的自述,老伴总发脾气,邓女士心里肯定不痛快。我认为想让老伴不发脾气不是没有法子,那就是带着他一起去唱歌跳舞。老伴不愿意,邓女士可以耐心说服他,老伴腿脚不好不会跳,可以教他唱歌,等学会了老两口一起表演节目。这样一来,老伴与邓女士有了共同爱好,他肯定不会再发脾气了。

儿女孝顺人长寿

寿星:王永成(90岁)

健康素描:在石家庄市沿西社区3号楼后院,王永成常躺在轮椅上晒太阳。王永成今年90岁,有5个儿女,孩子们都很孝顺。

为了更好地照顾王永成,儿女们灵活“值班”,保证每天有人陪伴他。天气好时,孩子们就给王永成晾晒被褥、打扫卫生。王永成一日三餐以素为主,常吃些容易消化的食物。每天都吃一个馒头,喝一碗面汤。逢年过节,儿孙们还会带上营养品来看望他。



在5个儿女的精心侍候下,王永成面色红润,精神状态非常好。通讯员 李树林 文/图

百寿图

361号寿星 王永成