假如有一天，我们成了父母熟悉的陌生人……

世界上最遥远的距离，不是生与死，而是我站在你面前，你却不知道我是谁

本报记者白田田

湖南株洲市芦淞区建宁街道，老城区的小巷深处，有一家专门的老年痴呆症养老院——“乐之家”。目前，里面住着16位老年痴呆症患者，平均年龄80岁左右。

他们曾是作家、工人、干部，是形象高大的父亲，是操劳一生的母亲。但如今他们忘了自己是谁、亲人是谁，时常不知身处何方，连吃饭、如厕这些小事也变得极为不易。就像奥地利作家阿尔诺·盖格尔《流放的老国王》一书中所说，他们“觉得自己被流放了”。

每年9月21日是“世界老年性痴呆病宣传日”。据了解，随着我国人口老龄化的加剧，老年期痴呆患病率总体呈上升趋势。在60岁以上的老年人群中，年龄每增加5岁，患病危险度会增加1.85倍。

当我们自己的父母老了呢？假如有一天，我们成了父母熟悉的陌生人，又该如何面对那生命难以承受之痛？

▲当失智老人沉浸于自己的世界，子女所能做的，是学会重新处理和父母的关系。 **新华社资料照片**

“他们会慢慢不记得回家，不知道今天星期几，不知道识字数数”

疾病初始阶段非常可怕，对父亲而言，那是一段完完全全的挫败时间，也是丧失了许许多多东西的时间——《流放的老国王》

从小到大，彭琪早已习惯和母亲相依为伴的日子。但今年以来，母亲李英的老年痴呆症急剧恶化，一切都变了。

大约5年前，彭琪发现母亲开始有些健忘，不记得自己的岁数，不记得把存折放在了装鸡蛋的篮子里，常常会走错路。

不过，李英那时的症状还算轻微，仍能讲话、唱歌、走路。为防止母亲走失，彭琪带着她到工厂上班。母女俩每天坐公交车往返于湘江两岸，单程40多分钟。

下班时，李英总是会在工厂门口的一棵树下等女儿。“那几年，我和妈妈就像是朋友，好有幸福感。”彭琪说。

去年11月后，李英的身体和精神状况如同“下台阶”一样下滑，开始走不了路、讲不出话、记不得人。迫不得已，彭琪只能将母亲送入养老机构。

起初一段时间，彭琪上班、回家，总是忍不住哭泣，她接受不了母亲突然不在身边的现实。工厂门口的那棵树，也成了她无法直面的景象。

李英所患的**老年痴呆症**，也被称为**认知症**，其中比例最高的是**阿尔茨海默病**，其次是脑血管型认知症。老年痴呆症是由于各种原因引起大脑病变，从而导致认知能力低下的一种病。

“痴呆症老人各种能力像沙漏一样流失。”乐之家负责人姚慧说，他们会慢慢不记得回家，不知道今天星期几，不知道识字数数，不知道当下是夏天还是冬天。

在乐之家养老院，87岁的颜馆长寡言少语，习惯一个人孤坐在角落的条凳上，将背影隐藏在昏暗的光线中。护理员称他“颜馆长”，是因为他当过文化馆馆长。

颜馆长以前喜欢看书、写字，还出过文集。新华每日电讯记者拿出纸笔，招呼他写几个字。他扭过头去，毫不理会，径直缓步走到窗前，默默看着外面的风景。

听说，前段时间颜馆长破天荒地写了一行字“我们都很好”。字迹之间，仍可见笔力，但“都”写成了“多”，“好”字一开始写成“女女”，又划掉重写。记者想，也许和文字打了几十年交道的颜馆长，不愿写字是为避免提笔忘字，以留存作为一个文人的倔强和尊严。

痴呆症老人不仅会忘了亲人是谁，忘了读书写字，即使吃喝拉撒这些再简单不过的事也变得很不容易了。护理员李水珍说，多数老人不知道大小便要去厕所，他们需要穿纸尿裤，有的老人在刷牙漱口时甚至不知道漱口水不能吞下去。

对一些痴呆症老人来说，用筷子吃饭也并非易事。有时，护理员把饭菜端到桌前，老人茫然地注视着那两根“小棍子”，过了好久，都想不起如何下手去拿。

在痴呆症老人子女眼中，父母的确像是变回了孩子

因为父亲已经无法通过到达我这里的桥梁，那么我就必须到他那儿去——《流放的老国王》

78岁的周娭毑（湖南方言，指年老的女性），是乐之家养老院里比较活跃的一位老人。平日，她喜欢牵着另一位老人的手，在走廊里走过来又走回去。

遇到别人，她会微倾着身子凑过来，很认真地说，“到我家里吃饭去”。遇到护理员，她会问什么时候送她回家。她就像祥林嫂，同样的话说了一遍，过一会又重复一遍。

“你的家在哪里？”新华每日电讯记者问。周娭毑说，“我住在五三机械厂”——据说那其实是她工作过的地方。被问及家里还有什么人，她会反复念叨在当教练的“老三”，并流露出自豪的神情。

在痴呆症老人的精神世界里，“回家”似乎是一个最常见的念头，而且经常要出门寻家。尽管，他们可能并不知道要回的是哪个“家”，“家”又在哪里。

2014年，颜馆长病情加重，表现得特别亢奋，总是要走出去。女儿颜女士回忆说，那时父亲一刻也不愿意待在自己家里，不管是白天还是深夜，有次一走就是7个小时，仿佛不知疲倦。

在姚慧看来，痴呆症老人之所以要“回家”，很多时候是想回到他们的“旧时光”。他们不记得现在的你、眼前的你，却可能记得曾经的你、儿时的你。

乐之家的老人里，李英以前在株洲起重机厂上班，她会记得那里的同事名字，那时唱过的歌曲，反而是近边的很多事情忘记了。

李安老人当过兵，如今他已步履蹒跚，但如果走路时旁边有人喊“一二一”，他还会努力地把腿抬起来走正步。他爱唱老歌，比如《浏阳河》，对那些歌词和曲调记忆准确。

周东老人年轻时学过木匠，后来进入一家工厂当仓库管理员。刚来养老院时，他喜欢把椅子从这头搬到另一头，摆放整齐。看到桌脚不正，就说要修一下。他还时常翻看抽屉里有没有丢东西……

当老人们沉浸于自己的世界，子女们所能做的，是要学会重新处理和父母的关系。

在养老院初见彭琪时，她正面对面牵着母亲的手，缓慢行走。年迈的母亲身形瘦弱，似乎人老了之后缩得很小，只能借着女儿的力道向前挪步。

记者问彭琪，李英是她什么人。彭琪脱口而出，“我是她妈妈”，随即意识到口误，连忙改口说“她是我妈妈”。

在痴呆症老人子女眼中，父母的确像是变回了孩子。“人老了，变成弱者了，就得依靠别人了。”颜女士说，父亲曾是我们4个子女的榜样，形象高大。现在，哥哥会把父亲当孩子宠，给父亲剃胡子，挽着他轻言细语，留意有什么细微变化。

“老人并不天生是父亲、母亲，他们也曾年轻过。”姚慧说，痴呆症老人呈现出的可能是他（她）年轻时、你出生前的样子，这是你和他（她）青春的一次交集。

姚慧说，**子女们不必想着把痴呆症老人扭回原来的样子，把能否重新认识亲人作为治疗的标准**，而要尝试接受这种状态，甚至不妨把它当作上天的礼物。

对待痴呆症老人首先要有“同理心”

作为生命最后的一个阶段，老年是一种文化形式，这形式一直变化着，人们必须一直跟着学习——《流放的老国王》

在国内，老年痴呆症多少受到歧视。有人觉得这些老人容易焦躁，无法沟通，有暴力倾向，因此避而远之。

对于病人和家属，老年痴呆从轻度认知障碍到最后的植物状态，会经历几年甚至几十年，这是非常痛苦的过程。

根据国家有关部门的数据，在65岁及以上人群中，老年期痴呆患病率达到5.56%。如何让越来越多的痴呆症老人老有所养、老有所乐，已成为一个沉重的社会问题。

有段时间，颜女士请了老家一位60多岁的农村妇女帮忙照顾父亲。这位农村妇女很勤劳，但缺乏耐心，把颜馆长当成讨厌的人，经常责备。她说，当时没有更好的选择，只能看着父亲在照料中被折腾，“如果自己来照顾，一天24小时真不知道怎么熬”。

在一些养老院，为防止痴呆症老人行为失范，会把老人的手脚捆绑起来。结果往往适得其反：**你越讨厌他，他越暴躁，你越抑制他，他越反抗，关系不断恶化**。

在姚慧看来，对待痴呆症老人首先要有“同理心”。正如《流放的老国王》书中转述米兰·昆德拉的话：“我们称之为生命的那无可回避的溃败，在它面前，我们唯一能够做的就是理解它。”

护理员培训时，姚慧会进行一个小测试。她故意对新员工说，你欠了200元钱。新员工否认有这回事，旁边的人跟着声称新员工确实欠了钱，后者感到自己被诬陷，于是出现急躁情绪。

这个小测试是为了让护理员理解痴呆症老人的类似感受。这些老人不是普通的健忘症，而是很多事情“整个从记忆里消除”。

“这种情况下，老人的认知世界破碎了。”姚慧说，他们不断怀疑自己，感到恐惧、不安，精神层面受到巨大打击，从而表现出人性中非常暴躁的部分。但是，他们真善美的情感内核还在，如果你对他好，他就会有所回馈。

护理员有时打趣地问老人：“我漂亮还是你女儿漂亮？”老人的回应滴水不漏，谁也不得罪，腼腆地笑而不语，看得出情商很高。有时和老人下棋，护理员故意输了，装作很委屈的样子，老人会赶紧过来安慰。

“95后”护理员陈霞，之前在医院当护士，来乐之家工作已有半年时间。陈霞说，刚开始老人的脾气很暴烈，三更半夜骂人。相处之后，发现他们其实人很好，很单纯。有一次值夜班，她睡在公共客厅的沙发上，一位老人晚上起来，把抱枕一个个轻轻盖在她身上，这让她倍感暖心。

在乐之家，养老院如同一个“生活共同体”，客厅、厨房、卧室构建起像家一样温馨的物理空间，护理员和老人也不只是服务和被服务的关系，而是相互认同、信赖的生活伙伴。

共同生活中，护理员懂得相处之道：即使不懂老人在唠叨什么，也需要倾听，用“嗯、哦、好咯、真的啊”来回应；多夸赞他们的优点，尽量帮助老人完成他们想做的事情，而不是阻止；有足够的耐心，哪怕对老人讲了100次应该怎么做，还是要不厌其烦……

今年3月，李英住进了乐之家养老院。彭琪每天下班后会前来探望，她正慢慢调整心态，适应母亲在养老院的日子。

让彭琪稍感宽慰的是，忘掉了那么多事情的母亲，还能不时唤声“小红”——那是彭琪的乳名。

（应受访者要求，文中老人和家属为化名）

贫困·留守·空巢：特殊困难老人如何养老

本报记者董小红、孙清清、邱冰清

截至去年底，我国60岁以上老年人口约2.4亿，在快速老龄化进程中，如何让老人健康地活着、优雅地老去，是社会共同面临的问题。

记者近日在四川、江苏、河南等地调研了解到，操心生计、担心生病、害怕孤单已成为**城市贫困老人、空巢老人、农村留守老人**等**“三老”特殊群体**面临的养老困境。

年华老去，他们老归何处？

父母忧心，子女无力

今年77岁的南京市民孙大选，还没有精力考虑自己的养老问题，因为他有一个智力有问题的小儿子要照顾。而他的大儿子离婚后，不但不尽赡养义务，还把10多岁的孙女也丢给他抚养。

如果没有社区的资助，孙大选家还刷着灰色的水泥墙，客厅挂一盏摇摇欲坠的电灯，垂着多年前的老式绳拉开关。阳台上堆满了小儿子每天捡回来的纸盒和瓶子，孙大选定期把这些拿出去卖钱。家里家具要么是儿子在外捡来的，要么是邻居用不着送给他们的。孙大选的老伴十几年前去世了，老伴单位每月1000多元的扶助金、小儿子1000多元的低保和卖废品的钱，是一家人的主要生活来源。孙大选每天去菜场或超市，碰到便宜的菜就买一点，没有便宜的就不买。

和孙大选情况有些类似，家住四川成都武侯区肖家河社区的叶世祥和62岁的儿子相依为命，儿子的智力定格在8岁。父子二人每月唯一的收入就是500多元的低保。叶世祥户籍在达州，按国家政策，只有他儿子一人可享受低保，但社区为了照顾他，特别按最高额度为他办理了低保。

叶世祥的家里除了朋友赠送的一台电视机、一个旧式空调，没什么值钱家具，家里墙壁连漆都没刷。88岁的叶世祥要操心的，不光是自己的身体、家里的生计，还有儿子的未来。“我一生病，这个儿子怎么办？”采访中，叶世祥反复说着这句话。

采访快结束时，记者在孙大选家中看到他站在“不到长城非好汉”的立碑旁的照片，问他哪年去的北京。他笑了：“哪有那个钱，我这辈子除了南京和淮安，没去过别的地方。”他说，这是他几年前花十块钱在南京一家照相馆照的。

照片里，孙大选穿的也是采访当日的那件工装，他咧开嘴笑着，仿佛对未来的担忧并不存在。

吃得饱饭，生不起病

为给孙子结婚盖新房，郭蕊在宅基地的旧房子几年前被二儿子给拆了。紧挨着猪圈旧址旁，改造了两间平房，这是她的“新家”，一墙之隔就是二儿子家的楼房。

83岁的郭蕊是河南省西平县二郎镇人，**育有三儿两女**。10年前老伴去世后，3个儿子每年共计支付赡养费1300元，二女儿时常送些饭给她吃。“我行动不便，做饭和买东西都成问题，有钱也花不了。”在郭蕊看来，靠着赡养费和养老金，基本生活不成问题，可生一场大病就成了问题。

春节前后，她持续发低烧，不得已找二女儿陪着去当地镇卫生院看病，验血、做CT、打点滴等治疗花费近1000元。对比她一年1300元的赡养费，这些医疗费简直是天文数字。

“人老了，就像机器老了一样。”家住江苏盐城农村的崔世全说几句话就得揉揉腿。30年前他的腿断过，没治好，留下了后遗症。如今除了腿疾，他还患有肺气肿、糖尿病、心脏病、胃糜烂，得过脑梗，老伴王爱玲几年前患上了老年痴呆症。

崔大爷和王奶奶两人同龄，都是82岁。两人育有一儿一女，儿子在县里工作，女儿嫁到了邻村。**平时只有两位老人在家**。老两口有两亩地，每年土地流转费用2400元，外加村里给每位80岁以上年龄的老人每月100元的补贴，两个人一年有约5000元的家用。

采访中，崔大爷掏出药盒给记者数了数，老人每天要吃20几颗药，得花去50多元钱。“哎，钱不够用啊，吃药就要吃穷了。”

在农村，像郭蕊、崔世全这样的老人很多。他们有子女，却难以安享晚年，想要成为被政府兜底养老的特殊老人，却又不够条件。盼望着自己能去农村养老院，却囊中羞涩，只能喃喃自语“哪来这个钱呢？”

内心孤单，害怕独处

家住江苏淮安的李磊今年65岁，老伴儿甄萍和他同岁。退休前，两口子都是市公务员。**两人有个特别优秀的儿子，目前已经留在英国工作**。在世俗意义上，有这样一个儿子，对父母来说无疑是种骄傲和幸福。

8年前，甄萍患上帕金森病，如今病情日益加重，李磊找了个保姆一起照顾甄萍。上厕所需要两个人架着，吃饭必须卡着固定时间点才不容易呛到……**这一切，远在海外的儿子帮不上什么忙**。

原本老两口经常一起出去旅行，日子过得还很惬意，但这场大病急速降低了两人的生活质量，甄萍的病让李磊变得沉默许多。

即便是和子女生活在一个城市，76岁的李怡清老人似乎也没享受到什么便捷。独居10年的李怡清和儿子相距20公里，经常见不上面。“一个人望着空荡荡的屋子就是一天。”李怡清说，老伴刚过世那段时间，她连家都不想回，就怕一个人在家，心里很空很无助。

“三老”群体，基数增大

国务院2017年公布的《“十三五”国家老龄事业发展和养老体系建设规划》指出，预计到2020年，全国60岁以上老年人口将增加到2.55亿左右，占总人口比重提升到17.8%左右；高龄老年人将增加到2900万左右，独居和空巢老年人将增加到1.18亿左右，老年抚养比将提高到28%左右。

人口老龄化快速发展下，失独老人、城镇空巢老人、农村留守老人等“三老”群体呈现基数大、增速快、高龄化的特征。

以人口大省河南为例，截至2017年底，全省有60岁以上老年人口1569万，占常住人口的16.4%，其中，65岁及以上人口974.08万，占常住人口的10.2%；80岁以上高龄老人163万，失能、半失能老人250多万，空巢老人约600万。

随着“三老”群体日益庞大，一些隐性问题逐渐显露。河南省民政厅相关负责人介绍，在养老服务体系建设方面，居家和社区养老服务亟待加强，城乡社区养老服务发展不平衡，设施覆盖率总体偏低，特别是农村养老服务薄弱；部分养老机构条件较差，服务不规范，服务水平低；质量监管体系还不够健全；养老服务人才队伍建设还需要加强，特别是专业的养老护理人才缺口较大。养老服务人员待遇低、流动性大、流失率高。

据江苏省民政厅福善处副处长孙才洋介绍，**江苏老人的空巢率超过**50%，85岁左右的高龄空巢老人是需要高度重视的人群。

成都市老龄办事业发展处处长高学能介绍，**从全国来讲，目前对空巢老人、留守老人等概念还缺乏明确的定义**，概念不清导致底数不清，下面的工作也就不好做。

此外，自上而下的关爱服务体系尚不完善：在医疗机构，养老床位有明确的政府补贴激励，但还没有专项经费用于构建联系协调关爱老人的机制，这部分资金大多要靠社区和基层自行解决。成都市爱有戏社区发展中心副主任杜灿灿说，目前社区的养老资源是分散的，民政、老龄办、残联等多个机构的资源缺乏有效整合。

社区养老，提前规划

“儿女离得远，每天来这儿吃饭，方便又卫生，大家还能一起摆‘龙门阵’。”临近中午，74岁的李婆婆早早来到成都武侯区玉林社区长寿食坊等着吃饭。

回锅肉、南瓜骨头汤、香菇炖鸡、炒青菜……整洁明亮的社区餐厅里，高龄老人们吃得津津有味，边吃边聊天，不时发出阵阵笑声。

长寿食坊是基层鼓励社区大力发展“微养老”的创新举措。记者了解到，“武侯区社区长寿食坊”帮助该区70岁以上老年人解决用餐困难，提供午餐服务。只要是户籍在武侯区的70岁以上老年人，均可享受2元一餐的政府补贴。

成都市武侯区老龄办主任任俊霞说，老年人多数还是喜欢在家中或在社区养老，而现在很多家庭还在被动等待，等老人年纪大了，才考虑养老问题，缺乏主动提前规划意识。“在社区里，很多空巢老人都是早上一个馒头、中午一碗面，晚上一碗稀饭，只有等到每个月儿女来探望他们时，他们才会吃点好吃的，其余的钱大多被保健食品骗去了，缺乏养老规划。”任俊霞说，**引导家庭提前进行养老规划是一个系统工程，应该是家庭、社区、政府、社会一起做的事情**。

“家庭养老始终处于基础性地位，子女的作用是巨大的。”孙才洋认为，政府应出台更多家庭养老的支持政策，比如支持子女和老人就近居住、鼓励子女休探亲假，特别是失能老人护理假，加大支持以血缘关系建立的家庭养老纽带。

全新探索，“互联网+”

家住成都金堂县赵镇街道泰吉社区的邹大爷，今年82岁，患有高血压、糖尿病，平时与75岁的老伴儿一起生活，子女都在外地工作。

最近，邹大爷突然跌倒在家，老伴见状一时不知所措，恰好巡访人员小李上门巡访，立即帮老人拨打120，一边帮助医护人员迅速将老人送医急救，一边与老人子女联系通报情况。

经诊断老人因患肺炎高烧并突发脑梗，病情危急，医生说幸好送医及时，否则后果不堪设想。“幸亏你们上门碰到了，这个助老巡访工作真是及时。”老人的儿子感激地说。

邹爷爷的故事是近年来成都金堂县推行**助老上门巡访**的缩影。记者了解到，针对农村老人分布广、数量多的特点，金堂县坚持因地制宜，创新探索农村居家养老服务体系。

高学能介绍，近年来，成都金堂县大力推进实施助老巡访服务，组织村社区干部、村民组长、低龄老协会员和青年志愿者等，对空巢老人及经济困难的全失能老人等，开展**每周至少2到3次“零距离”上门服务**，已累计开展服务近300万余次。

业内人士认为，可将筹建特殊困难老年人群服务协调机制作为积极应对老龄化的一个“突破口”，条件成熟时逐渐覆盖到全体老年人。

据成都武侯区玉林东路社区书记杨金惠介绍，该社区80岁以上的高龄老人及低保家庭的失能老人，都有一台由政府发放的免费手机，这不是普通手机，而是武侯区社区居家养老综合服务信息平台项目提供的通信终端设备，为老人们提供一键紧急呼救、走失定位等服务。

“充分利用‘互联网+’，探索‘一键呼叫’等信息化手段，让老年人能够及时与外界沟通联系。”杨金惠说，当前需要加快推动社区人才的培养，尤其是加强对养老顾问等新兴行业的支持，让乡镇、社区有专业的人才，促进市场发育。

“构建更加细微的关爱服务体系，为**特殊困难老人群体**送去关怀，让他们能够安享晚年，是我们整个社会的应尽职责。”成都市仁怀社会工作服务中心负责人冉启浩说。