

“独一代”为父母养老问题 网上抱团互助



独生子女,从小便是家中“独宠”。随着时光流逝,父母年过花甲、渐入古稀,独生子女的压力日渐凸显。在豆瓣有一个“独生子女父母养老交流”小组,里面有八万多个独生子女正在抱团互助、惺惺相惜。“该不该为赡养父母而放弃自己的梦想”“爸妈排斥养老院该怎么办”“身在海外,父母养老真是进退两难”……无数人发帖求助,期盼着能在评论区分享经验、支招解答。当然,也有人只是单纯想宣泄情绪、释放压力,渴望寻求共鸣与心理上的一丝安慰。

为进一步了解独生子女父母的养老困境,笔者梳理小组内的“求助类”信息发现,“独一代”普遍面临四大养老痛点。

照料难题 假期“透支”后她面临抉择

在“独生子女父母养老交流”小组求助类信息中,最常和占比最高的便是照料难题。其中,又可细分为对父母的日常护理和病中照护。众多帖子中,“不知道”“怎么办”“如何”等字眼深深地透露出求助者的无力。

“父母同时生病,这就是我2023年的春节。”1月18日,网友momo在小组中发布了一条帖子。自工作后,momo一直与父母异地,年关将近,本想早早地赶回家与父母团圆,没想到,返乡的第一站就是医院。

年前,momo的母亲突发疾病,momo的父亲也因此受到刺激。交费、问诊、开药……momo小小的身影孤单地在偌大的医院里来回穿梭,看着病床上疼痛难忍的母亲,再看看面前情绪激动的父亲,她感到心力交瘁。

“我还在等待母亲的体检报告,医生说是食道某部分有增生,我真的好怕。”momo在帖子里这样写道。那一刻,momo觉得整个世界仿佛只剩下她一个人,这份沉甸甸的责任突然降临,momo有些手足无措。

她不知道自己能够撑多久,更不知道等过了年假期“透支”后,她该回到大城市工作,还是留在小县城陪父母。

四老赡养 该不该送父母去养老院成了无解问题

据调查,第一代独生子女大多已经进入婚育阶段,他们所组成的家庭也呈现出典型的“双独”家庭结构,这意味着他们需要奔波于四位老人、孩子与工作之间,在时间与精

力不允许的情况下,如何赡养父母?养老院无疑成为备选。然而时至今日,“养儿防老”的思想仍在部分老人心中扎根,对于养老院的误解与偏见仍然存在。

两年前,迪克的母亲确诊帕金森病。起初,病情尚可控制,母亲的日常起居由父亲一人伺候。但近几周,母亲的病情开始恶化,手脚越发不听使唤,迪克的父亲则焦虑到彻夜失眠,甚至“唤醒”了20年前的老病根——抑郁症。

迪克的父母双双入院,不过,父亲去的是精神专科医院,无法再看护母亲。迪克和妻子都是独生子女,二人既要工作,同时还要照顾两个孩子,迪克的岳父岳母身体也不好,无奈,母亲只能暂时拜托亲戚陪护。

眼看住院期间母亲的病情并未得到多大改善,迪克早早地开始为出院后谁来照顾母亲做打算。“我们只想到了老人最讨厌的名词——养老院。”仅仅这样想了一下,迪克的心里就充斥着无限放大的愧疚感。

既要保住工作,还要每天接送孩子上下学、辅导功课,同时还要去医院照顾父母,迪克觉得这不现实。就算是请亲戚,也只能麻烦人家短时间内帮帮忙,请保姆又不放心,不管怎么考虑,养老院都是没有办法的办法。

但当迪克心平气和地告诉母亲想送她去养老院时,母亲的态度坚定而强硬,“不去,去了就活不长了。”迪克的心里无比难受,他不知道下一步该怎么办,这个问题进入了无解境地……

异国养老 和丈夫决定回国是双赢的选择

独生子女的父母养老本就不易,拉长

的时空距离则让问题变得更加艰难,把父母接到身边也好,回到父母身边也好,对于漂泊海外的子女来说,在亲情与责任、前途与梦想之间做抉择都是进退两难的。

Annie是个85后。2014年,她前往加拿大完成硕博连读学业。2021年,Annie完成学业后回国。这些年,由于学业繁重再加上其他因素影响,她只回国探亲了四次。

而这仅有的几次探亲,她明显有着不一样的感受。头一次回家,和在本国本科时放寒暑假的情形差不多,回家就是当爸妈的小公主,Annie还可以毫无顾忌地约朋友吃喝玩乐,“常回家看看”也只是停留在“看看”。2018年结婚后,Annie从做女儿到成为妻子,由小家庭跳到大家庭,Annie一夜间背负了更多的责任。

Annie的丈夫也是独生子,已在国外工作七八年。成家以后,他们开始更加认真地规划,未来要如何赡养四位老人?他们曾考虑过让父母移民,把他们接到身边,但现实中,父母难以满足加拿大的移民要求,而且,Annie所在的地区是加拿大的二线城市,城市基建和社会环境各方面并不发达,加上语言不通,Annie的父母曾明确表示不喜欢这座陌生的小城。“他们更喜欢温哥华,主要原因是那边讲中文的人多,有归属感。”Annie说,无论如何,让父母移民都不是最优解。

与此同时,身边同事和朋友的经历也给Annie敲响了警钟。她有两个朋友在国外,她们的父亲分别因为车祸、癌症离世,遗憾的是,她们都没能赶回来见父亲最后一面。“父母老了,如果我仍留在国外发展,以后真的不会后悔吗?”Annie在心里反复地问自己。Annie在心里算了一笔账,如果父母有任何突发情况,她即使立马预订最早的一班飞机,加上几次转机,来到父母身边至少需要耗费20个小时。这样的距离对她来说实在太远了。

经过反复权衡,Annie和丈夫决定一起回国发展。Annie是生物医学博士,国内相关产业刚好处于蓬勃发展阶段,因此,回国对她来说是双赢。而她的丈夫却不同。不过,他们从未后悔回国,“有失有得,我们现在照顾父母更加方便,同时,

老人也可以帮我们带带孩子,回国后的生活幸福度还是很高的。”

反向教育 渐渐掌握与母亲相处的“通关密码”

当父母变成老顽童、老小孩,迷上短视频、爱喝酒、戒不掉烟时,做子女的该怎样做才能让他们变得更好?不知不觉,在与父母的教育角色颠倒后,这些“反向”教育问题,也开始成为“独一代”的一大养老“痛点”。

2022年年末,melody偶然间发现母亲迷上了“消消乐”游戏,白天一玩就是几个小时,直到精力耗尽,才肯歇息一会儿。有天深夜一点多,melody起夜时发现母亲的房间仍亮着灯,当门缝里传出游戏音效,melody的心顿时收紧了。母亲血糖偏高,melody自认为不能再任由母亲“挑灯夜战”,她当即以强硬的态度质问母亲为何还不赶紧休息。话音落地,母亲的自尊心仿佛受到了暴击,把手机狠狠地从床上摔到了地板上。melody情绪失控,而后对母亲又是一通说教指责,离开时,她重重地关上了房门。

深知无法以现有的方式让母亲知道自己的心意,melody把希望寄托于第三方视角的建议上。那天凌晨,她在豆瓣小组中发帖讲述了这件事,没想到,帖子热度上升很快。“我以为大家会更多地与我共情,没想到多数人是站在了母亲一边。”melody说。

有的网友建议她给母亲换上不伤眼的LED屏幕手机,有的网友建议她平时多陪母亲遛弯、逛街,转移注意力。众多回复中,还有一条令她深受触动甚至是震撼留言:“不要认为今天你以母亲过去对待你的方式去对待她就是理所应当的。”melody说,这短短的一句话道破了她的心理现实,那天晚上,她再次进行了自我审视与反思。

第二天,当melody再次走进母亲的房间时,一改往日的强势态度,切换到撒娇的语气哄着母亲说:“如果你开心,我不会像从前一样反对你玩游戏。但你血糖高,熬夜肯定会让我担心,所以希望你尽量早点睡。”melody甚至还夸母亲一路通关特别厉害,并给母亲来了一个拥抱。melody感受到母亲的惊讶,不过母亲也确实“吃这一套”。

这几天,melody有些欣慰地发现,晚上12点左右,母亲房间的灯会准时熄灭。她觉得也许自己,正在渐渐掌握与母亲相处的通关密码。(据北京青年报)

追访

家政升级、科技护理 医养结合助力“独子养老”

据统计,从1980年到2020年,我国独生子女数量已超过了1.8亿。独子养老,可能是这一代人面临的前所未有的困境。为更加透彻地了解独生子女面临的养老问题及其对应的解决方案,以及未来养老发展的方向,笔者采访了专注中老年创新商业研究的AgeClub内容负责人刘一诺。

在您看来,独子养老的主要困境和痛点有哪些?刘一诺:现在独生子女给父母养老的一个核心问题其实是健康问题。过往,大家对饮食干预和健康生活方式的普及没有做到位,在缺乏健康储备的情况下,导致很多疾病在中老年阶段爆发出来,这会加剧很多家庭的养老压力。

其次是国内养老市场的发展与需求相比相对来说仍滞后。对老人的照护却是一个长期、复杂、情况非常多变的过程。总的来看,目前家政行业的市场成熟度还不够。

再次是老年人心理健康问题,比如孤独感、抑郁症。这些心理问题可以让老年人通过社会参与、社交活动来排解。

针对以上问题,目前的解决方案有哪些?刘一诺:家政层面,像助浴等上门护理服务已经开始慢慢涌现了。另外,值得一提的是,洗衣机、血氧仪、防走失仪器、防跌倒等智能的监测设备等产品也在走进家庭消费,科技带来的普惠既让老年人的护理更加便捷,也分担了独生子女的焦虑情绪。

此外,有的保险公司会与健身房等机构合作,把上门护理类产品也集成到保险当中。有的保险公司在卖保险的同时附带了多种对老年人的照护类和健康监测类服务,保单生效以后,客户就可以享受这些附带服务,这也是一种一举两得的解决办法。

据您的了解和观察,我国未来可能有怎样的养老新动向?

刘一诺:在一些普通的养老院,在特殊情况下,很多老年人可能没有机会使用呼吸机、雾化器等医疗设备,而有医养结合背景的养老院,在保证床位相对宽裕的情况下,老年人还能够接受比较专业的医疗照护、健康监测。因此,未来,国内有医养结合背景或者有医疗资源的养老院发展空间可能会更大。

另外,此前很多地区已经在统计当地中老年人的基础病情况。基于这种大规模的、广泛的数据统计,能够更好地对老年人进行健康维度的梳理,也就意味着未来可能会出现一系列分级的、更精准化的诊疗。包括医院建设,去年很多医院专门设立了老年科或是老年医学科,进行分级诊疗。这项举措不仅能让患者更好地分流,进行更加精准的分级诊疗,同时也能释放更多的医疗资源。

陪人看病、替人取药、帮人问诊……一系列服务明码标价,面向独居老人和城市青年

陪诊师为什么火了?

供具体挂号科室的资源,不干涉客户个人选择。“黄牛提供资源,我们提供服务。”姜先生说。

没有专业的职业规范 陪诊也会遇到病患纠纷

从事互联网产品开发的黄先生在2022年成立了91陪诊平台,平台主要负责陪诊师的招募、培训。目前他所招募的陪诊师年龄大多为30到40岁的中青年。

他说,根据市场调查,目前社会对于陪诊师的需求很大,但实际上的人却很少。“很多自媒体说陪诊师轻轻松松月入过万,但根据我们的调查,陪诊师接单很零散且没有客源保障,不仅赚得不多,还有可能倒贴钱。”

据了解,陪诊师收费主要分为两种:按小时和按天计费,不同城市的医疗体系各有差别,收费标准也多由陪诊师自定。同时,行业内也少有统一、规范的职业培训。

对于是否需要具备一些医学知识,行业内则有不同看法。黄先生认为,目前行业正处于初期发展阶段,要求医学背景知识会提升人力成本。

姜先生则表示,心理疏导和心脏复苏等急救知识对于陪诊师来说是必要的。在他看来,陪诊师不仅要帮助病人理解、遵照医嘱,还需要给予他们心灵上的安慰。同时,陪诊师也应学习一些护理技能。

姜先生说,他的工作室曾在凌晨3点接待了一位40多岁的独居病人。患者在家时被柜子砸伤,腿部骨折。起初,工作室也犹豫过要不要接单。但在交谈中姜先生了解到,病人是一名孤独症患者,身边没有亲人在,希望陪诊师能够帮助自己就医。

工作室还是答应了病人。住院一个多月,病人的亲人从未出现。工作室的几位陪诊师轮流去医院陪护,有的同事还在自己家里做好了饭带过去。

然而,当病人出院后在家休养时,家属却找上门来。他们认为陪诊师照顾不周,导致病人出现术后康复慢、腿部恢复不到理想状态等问题。

“他们找上来的时候,我们心里其实挺复杂的,毕竟确实是很用心地在照顾客户了。后来我们也出示了相关材料,请来了律师,患者家属这才罢休。”

姜先生回忆说,虽然在此过程中,家属声称是陪诊师的责任,但病人一直坚持为他们说话。“别管家里人怎么说,怎么做。你们对我照顾得已经很好了,谢谢你们。”病人曾对工作室同事这样说道。

行业缺乏准入规范和职业培训 亟待医院合作和市场监管

事实上,早在2015年前后,市面上就曾出现过e陪诊、安心陪诊等平台,均获得过上万

融资,只是后续发展不如人意。

目前,在人力资源和社会保障部向社会公示新修订的《中华人民共和国职业分类大典(2022年版)》中,“陪诊师”这一职业尚未被收录在内。

但在2020年6月,人力资源和社会保障部等多个部门联合发布了9个新职业信息,其中对“社群健康助理员”的工作内容描述为:为社群成员提供健康探访、体检、就诊、转诊等代理或陪护服务;为患者提供预约挂号、缴费、取药、办理住院手续等协助服务。

姜先生认为,陪诊服务处于发展初期,缺乏统一、专业的行业规范,陪诊师不仅会被误认为是黄牛,而且还会受到黄牛的骚扰。他就曾多次在半夜受到黄牛的轮番信息轰炸,“给我发微信、打电话,说我挡人财路了,很多话说得很难听”。

谈及未来如何发展,一方面,他希望陪诊行业逐渐发展壮大,能够获得专业的职业资格认证,请专业人士鉴定什么样的人能够成为陪诊师;另一方面,他认为还应加强市场监管,打击那些打着陪诊师名号却行黄牛之实的行为。

河南省某医院普外科陈医生则表示,陪诊师和医院护工不同。护工由医院培训,负责病人术后照料。而目前的陪诊服务需要和医院建立合作,通过统一和专业的培训,让陪诊师了解医院的就医流程、科室分类、就诊方向等,才能让陪诊服务更规范化。(据中新网)

陪诊师陪同患者挂号、缴费(资料图)



近年来,各大城市兴起了一种新型自由职业——陪诊师。低门槛、不需要从业资格证明、不要求医学知识背景,陪诊师是份怎样的工作?新型职业有哪些行业问题需要注意?

消耗体力和时间的事 都由他们代劳

29岁的胡青独自在北京工作6年了,50多岁的父母远在老家哈尔滨。

2022年,患有横纹肌溶解症的母亲需要到医院进行检查。正巧,胡青在朋友圈了解到陪诊师这一职业,因为担心父母年纪大了,在医院长时间检查过于辛苦,她便花了大半个月时间寻找合适的陪诊师。

胡青坦言,第一次找陪诊服务的时候有些犹豫,又不想麻烦亲戚。“找亲戚帮忙还欠人情的,思来想去,能花钱解决的事情还是不要麻烦别人吧。”

胡青找到一位兼职的宝妈,因为怕父母舍不得花钱,就谎称陪诊师是自己的同学。早上,陪诊师便将父母接到了医院,取号、排队、取片

子……中间的等待都由陪诊师代劳,父母中途就回家休息了。

在医生做完诊断、开药之后,陪诊师帮忙取药并邮寄到家,胡青悬着的心也落了下来。对于陪诊服务,她认为现在医院科室划分细致,智能设备更新较快,这一点对老年人就诊很不友好。

“老年人现在就诊难度不小,而且如果是异地就诊,不仅需要一边排队一边照顾行李,还有可能跑错路。”胡青表示,陪诊师可以帮助解决上述问题,尤其在身体不舒服的时候,病人就不再需要做排队、挂号等一些消耗体力的事情。

长春的姜先生此前从事人力资源工作,同样是在2022年,因母亲患有甲状腺结节,需要到医院就诊,他了解到陪诊师这一职业。于是,姜先生找到5个志同道合的朋友共同成立了安顺陪诊工作室。

他表示,就诊服务一般面向老人、异地就业的独居青年以及因进行特殊检查而无法自由行动的病人,但不接收急性或恶性疾病病人的单子。陪诊师主要提供挂号、取药等服务,不会提