

上有 80 岁老母，下有 2 岁孙儿

退休之后，她们为何过上了更累的生活

今日女报 / 凤凰网记者 张秋盈 图 / 刘波

相信大家都见过各种调侃中年人的段子，“上有老，下有小”是中年人的生活状态，加上工作和赚钱的压力，日子不可谓不紧张。但是你知道吗？其实，在我们的生活中，还有这么一群人：她们年近花甲，刚刚退休，工作压力没有了，但这个时候她们突然发现好像更辛苦了，因为她们的“上有老，下有小”更加具体，也更加棘手。

上面的老人，年纪大了，一刻都离不开人；下面的孙儿，父母工作忙没时间照顾，也需要奶奶的看护——这正是许多“年轻阿姨”的生活写照。一边当着 50 多岁的妈妈、奶奶，一边要照顾 80 岁的父母。

第七次人口普查的数据显示：我国目前人均寿命达到了 77.4 岁，上海更是达到了 88.66 岁。在人均寿命更长，二孩、三孩政策出台的当下，“年轻阿姨”的处境值得关注。

儿子妈妈同时生病，她成“风箱里的老鼠”

50 多岁退了休，本该享福，却过上了大半辈子最累的生活。54 岁的刘薇站在病房外，终于绷不住颤抖的身体，眼泪一股脑地滚下来。十分钟前，当从几十公里外赶到这间病房时，以为迎来的将是儿子的拥抱，然而儿子却把脸一拉——儿子做手术，妈妈竟然不来看一下。可刘薇也很委屈，80 岁的老母亲在乡下也病倒了，她就是再能干也不能把自己劈成两半啊！

刘薇前半辈子过得不错，在家时是备受宠爱的女儿，结婚后，她和老公工作体面，收入不错，儿子也孝顺，顺利读完书工作结婚了。2019 年初，幸福的一家人准备迎来一个新生命。然而就在儿子儿媳备孕过程中，儿子李君却体检出腿部静脉曲张，要做一个小手术。

手术周期原本也并不长，住院一两周基本可以康复。但儿媳要上班，没办法每天在医院照顾儿子，刘薇就

和儿媳约好，轮流照顾住院的儿子。

结果，就在儿子进手术室的那一刻，刘薇的电话突然响了一——80 岁的老母亲也要从株洲赶来河西看病。刘薇一下慌了神，看儿媳在手术室外，急匆匆去了河西陪妈妈。6 个小时的漫长手术结束，李君从手术室出来，看到病房里只有妻子一脸疲惫在照顾，心里自然有些不高兴，觉得老妈不在乎自己。

实际上，母亲刘薇这头也并不轻松，好不容易将老母亲安置在医院，但母亲年纪大了，不能接受陌生人，还脾气执拗，大声吼叫训斥医生，不愿意接受医生的检查结果，甚至一边摔打拐杖，一边手不停地拍床拍墙。刘薇没办法，只好守在医院——本来约好第二天早上来替儿媳照顾儿子，只好改到了下午两点。

因为儿媳已经熬了一个通宵，第二天又是她汇报项目进展的日子，没办法请假。当刘薇从另一家医院匆匆赶来时，儿子彻底火了，冲妈妈大发脾气，刘薇又累又急又气，她不明白，为什么自己这么累，还两头不讨好呢？

进城照顾孙子，老公却在乡下出轨了

比刘薇更觉得委屈的，还有唐英。她原本拥有一个丈夫体贴、儿子儿媳孝顺的幸福家庭，还在两年内有了一对可爱的孙子孙女。然而令她万万没有想到的是，这个让外人羡慕不已的家庭，却在四世同堂的时候遭遇了危机。

唐英和丈夫是湘阴人，丈夫作为县里修农机的技术工人，收入不错，一个月 5000 到 9000，日子颇为殷实。夫妻两人的感情，多年以来也一直不错。

所以，当她在老公的手机里发现“她”时，简直不敢置信。

时间倒回到 2018 年，那时，儿媳刚生育了大宝，唐英第一天就赶到了长沙帮忙带孩子，照顾坐月子的儿媳。老公却留在了乡下，照顾 80 多岁的老父亲。从此，开启了长达几年的两地分居生活。

儿子在长沙的家 50 平米，只有一室一厅。唐英在帮忙带孩子的时间里，只好睡在客厅。当奶奶并不轻松，她必须每天早起做好家人的早餐，白天一个人在家带孩子，晚上又要帮忙哄孩子睡觉，还要分担家务。不过，看着可爱的小孙子，唐英忙碌并且快乐着。

好不容易孙子长大了一些，又传



来了喜讯：儿媳怀上了二宝。唐英当然很开心，不过这也意味着，她将更加忙碌。儿子和儿媳都要上班，儿子更是常年出差，儿媳怀着身孕，又要上班还要照顾一岁多的大儿子，就算请了保姆，也有些力不从心。唐英便选择继续留在长沙儿子家里帮忙，直到那件事情出现。

一个偶然的周末，唐英回到家中，和老公团聚。翻开他的手机，竟然发现，他经常给一个微信名备注为“她”的人发几十元到一百元的红包，她在左邻右舍一打听，不少风言风语传到了耳朵里。唐英怒火攻心，和老伴大吵了一架。老伴坚决不承认，让她安心回长沙帮忙。

虽然心里七上八下，为了照顾即将临盆的儿媳，唐英还是坐上了大巴车回到长沙，只是这次她没那么安心了，待在儿子家里，没事就打电话给老伴查岗。甚至好几次，唐英都趁着周末儿子休息在家的时间，连夜坐黑车回家，蹲在家门口抓人，还在家里装监控，一直折腾了七八个月。

为了改变两地分居的情况，唐英让儿媳找个理由——即将临盆了，怕到时候缺人，请公公到长沙来。好不容易两人终于在一起了，唐英却因此事跟老公天天半夜吵架，好几次连怀孕的儿媳也吵醒了，家里乱作一团。

儿媳生完孩子回到家的第一天中午，唐英正想找理由把老公留下来，没想到 90 岁的公公突然中风，刚送到医院，唐英的老公只能赶紧回到湘阴照顾自己的老父亲。

如今，唐英只好家里和长沙两头跑。她说：大半辈子过来了，从来没有这么累，这么担惊受怕过。

给 90 岁的妈喂饭，2 岁的外孙玩斧头受伤

和唐英一样担惊受怕的，还有常德桃源县人王红。

王红 59 岁，夫妻俩在桃源县城修了一栋 2 层楼房。一套房子出租，一套房子开麻将馆，日子过得很舒服。有一个娇宠的独生女在长沙工作，一直未婚。

2019 年，独生女和女婿认识不到两个月后闪婚，婚后生下了一个小

男孩。本来家里喜事连连，王红很开心。但小夫妻两个人都要上班，且都玩心未减，王红就从老家来到了长沙，给女儿女婿带孩子。

王红 90 岁的母亲，在老家农村独自生活。和刘薇一样，王红不能放下老母亲不管，每个星期，她都会从长沙坐 3 个小时大巴车到桃源县城，又从县城转车到村里看看老妈，再坐车回到县城，按租户要求打理水、电、燃气，忙得像陀螺一样。

更要命的是，王红忙碌的生活在 2021 年开始加码——不到一年，独生女离婚了，孩子判给妈妈；90 岁的母亲摔了一跤，行动不便。王红只好一个人带着 2 岁多的外孙，住到村里照顾老人，有时忙得饭也顾不上吃。

一次，王红正在给妈妈喂饭，这边正慢悠悠地嚼着，那边 2 岁的小外孙突然传出一声尖叫，原来，他拿着屋前的斧头在地上敲板凳，斧头掉了，把手砸到外孙的脚上。

王红冲出来，一把抱起小外孙，她的肾脏有肿瘤，做过几回大手术，身体不好，这一下急火攻心，也觉得要晕倒。与刘薇的两难和唐英的痛苦不同，王红的艰难生活已经在身体上敲响了警钟。

(文中人物均系化名)

低龄老人照顾高龄老人 长寿社会养老困境值得重视



刘薇、唐英、王红的经历，是不少“50+”老人的缩影。

湖南省养老服务技术标准化委员会秘书长李黎峰告诉记者，低龄老人照顾高龄老人，是老龄化趋势的一个侧影。对于一些身体比较好的低龄老人来说，这样的照顾方式可以减轻子女的压力，也可使高龄老人不离开家庭，营造一家三世同堂或四世同堂的其乐融融的家庭氛围。但同时弊端也很突出。

“低龄老人需要两头顾，既要照顾高龄老人，又要照顾孙子孙女，往往又不在一个小区或一套大房子里面，容易身心俱疲，时间久了，又可能产生家庭矛盾。”李黎峰说，他建议，全社会都应该关注这个问题，在社区周边大力发展专业化养老机构和服务，如日间照料等，方便居民选择距离家里比较近的专业养老机构或养老中心进行托养。家人可以经常去养老机构看看，和老人唠唠家常，也可以选择养老居家上门服务。

高龄老人的增加代表了社会经济的发展和医疗水平的进步，但与此同时，全社会也正在面临前所未有的养老考验。与长寿伴随而来的，还有令人措手不及的照护困境，二孩、三孩家庭的增多，或许会使这样的困境更加激烈。而所有的家庭负重，几乎都压在了“50+”的老人身上。除了社会养老机构的普及，更重要的是，全社会各阶层应该重视这一抹常被忽视的身影，还他们一个更加精彩的晚年生活。