

她带重病父亲游中国：2年走遍40多个城市

今日女报/凤网记者 赵周舟 实习生 鲁灿

近日，“母亲花40元参加4天3晚特价团”的新闻在网络持续发酵，再次将银发旅游的话题推上热门。据全国老龄委调查数据显示，“银发旅游”人数已占旅游总人数的20%以上，“银发族”正成为旅游消费的生力军。

与父母出行，如何才能玩得既尽兴又舒服？

带着这个问题，今日女报/凤网记者采访了拥有百万粉丝的旅游达人葛莉娜。自父亲恶性肿瘤复发后，在化疗、介入等治疗的间隙，她带着父母自驾游遍了大半个中国。葛莉娜告诉记者：“带父母旅行不仅是为了完成他们的愿望，更是为了创造一家人珍贵的回忆。”



2018年菲律宾长滩岛。

2018年法国巴黎塞纳河游船。



带父母自驾全国，为健康“出逃”

做好准备，和父母平安出发

在菲律宾与鲸鲨一起游泳，在青海热贡看当地藏民画唐卡，在荷兰追寻梵高的足迹……2016年，从大厂辞职转型“数字游民”的葛莉娜以“饕餮小娘子”为账号名，开始记录自己的旅行人生。

与“旅行博主”不尽相同的是，葛莉娜的出走，是为了正视健康这一命题。

“当时我的工作需要24小时待命，高强度加班击垮了我的身体。”被误判白血病的“乌龙”让她萌生了辞职旅行、体验不同人生的想法。

2020年，葛莉娜的父亲恶性肿瘤转移，一家人看似被繁杂的治疗所捆绑，但老爷子 and 女儿一样——一颗爱自由的心完全不受束缚。

“我爸爸很喜欢旅行，想在有限的生命里看更多的风景，我想为他实现这个愿望。”葛莉娜告诉今日女报/凤网记者，为了不耽误父亲化疗，她几乎掐点为父亲安排丰富的行程：“趁治疗间隙，我们去过洛阳、开封、神农架、少林寺、大连、丹东、内蒙古和呼和浩特等地方。”

就这样，带着对健康的向往与追求，葛莉娜与父母开启了有些疯狂的“逃跑计划”。

一家人在太行山的柴家村吃过柴鸡，在神农架看过刚出生的金丝猴，在钱塘江赏过“天下第一潮”，在内蒙古一望无际的草原上飙过车……

“每到一地方，我都会给父母拍照发微信朋友



2018年意大利威尼斯。

圈，很多亲戚看到了照片都觉得我父亲状态很好。每次听到这样的评论，父亲都会很高兴。”葛莉娜坦言，化疗间隙的旅行其实“痛并快乐着”，不仅返程就要赶赴下一个治疗周期，有时候也会遇到突发情况，甚至有返程路上直接去医院急诊的经历。好在每一次看到不一样的风景，都会成为全家人的治愈时刻。“大多数时候都非常开心，在旅途中会忘记生病的痛苦，也会缓解父母的一些压力。”葛莉娜说道，“在旅途制造美好的回忆，也是一种对抗遗忘的方式。”



2023年6月内蒙古二连浩特。

“求药”再约海南，人生不留遗憾

今年6月中旬，葛莉娜带着父亲去了海南博鳌寻求海外特许药，开始新一轮的化疗周期。

“本来有游玩的计划，没想到他第一次用药后就发生了真菌感染，高烧了一周，只好作罢。”葛莉娜告诉记者，尽管身体抱恙，但父亲还是希望去看看海，体验一把海南自驾线路的中线。于是在返回北京前，她便花了半天时间，特意带着父亲去看了博鳌湾与万泉河，更是去到了五指山市，在路边遥望到了五指山。

“虽然父亲没有亲自爬上山顶，但能远远看一眼他也觉得很高兴。”葛莉娜说。其实，早在2017年，葛莉娜就和父母一起在海南“画了个圈”。那时候父亲身体还算健康，一家人沿着环岛线路慢悠悠地自驾行进，在每一个特色海湾都做了停留。

印象最深的是从昌江到棋子湾一路，汹涌

大浪将不少海鱼拍上岸，密密麻麻铺了一地，那场景既奇特又壮观。“当时父亲一边走一边捡，特别有意思。”葛莉娜笑着回忆。一路上，他们在原是海南原住民黎族人的聚集地白沙村感受原生态的粗犷气息；在苏东坡曾经被贬去的儋州，体验不仅好吃分量还很足的当地美食……一路的经历，都让他们感觉非常新奇。

当时没有完成的中线自驾让父亲念念不忘，终于在今年得以“圆梦”。此次在博鳌的治疗出现了意外，可一家人并不后悔。

“事情既然发生了，我们能做的就是乐观面对。在有限的生命里感受更多的美好，珍惜时间，想做的事情尽早去做，才不会后悔。”葛莉娜告诉记者，“在旅途中，父亲和母亲真的很开心。”

提到带父母，尤其是患病老人出行的难处，葛莉娜坦言：“说不累是假的，老一辈和年轻人玩的方式不一样。”但她觉得：“想要玩得开心尽兴，其实是需要双方互相迁就，并提前做好很多准备的。”

“我父亲喜欢自由度高的出行方式，所以我们一般都是自驾游。出发前，我会根据父亲的心愿规划好2-3条路线，再由父亲选择他喜欢的方案，两全其美。”葛莉娜分享，除了多沟通，选择合适的游玩方式也是出行前十分重要的准备，最好能兼顾两代人共同的需求，因此她每次会给旅程定一个主题。

2022年11月，葛莉娜和父母一起到上海参加表弟的婚礼，回程时就顺便来了一场持

续12天、途经了11站的“江南秋日寻蟹记”旅程。

他们从北京出发，一路走过了连云港、上海、舟山、绍兴、苏州等城市，为了丰富旅游体验，葛莉娜特意选择了许多并不太知名的小城市。在连云港吃海鲜大餐、在舟山跳岛游、在绍兴喝醇香老酒、在淮安品尝淮扬宴……还在阳澄湖、太湖等湖区品尝了当季肥嫩的大闸蟹。

“江苏高邮的美食是我们此行最爱的一站，江苏第三大淡水湖——高邮湖为这座城市提供了各种让人惊艳的湖鲜美味。”葛莉娜回忆，“无论男女老少，对吃美食总是很有兴趣的，因此那次寻蟹之旅我们一家玩得很过瘾。”

双向奔赴，收获“银发”粉丝团

每去到一个地方，葛莉娜都会在社交平台上写下图文并茂的游记。从景点分布、路线规划到攻略建议，干货与故事并存，看点十足。有不少读者成为了她的忠实粉丝，从她独自环球旅游一直追到她带着父母一同游中国。在她的游记下面，能看到各种评论留言。

“这是我读过最详细的游记，好像旅游指导书一样详尽，不仅有丰富的背景资料，还贴心地配上了沿途记录的照片，有种跟着她一同旅行的感觉。”

“我是‘饕餮小娘子’的老粉丝了，退休了想和老伴一起出去旅游，她的游记给了我很大的帮助。”

……

葛莉娜告诉记者，开始更新与父母同游的内容后，她收获了一批中老年粉丝，并经常看到他们的后台留言，“他们很认可我的游记攻略，能为他们提供帮助，我会觉得很开心。”葛莉娜感叹。

前几年，葛莉娜在美国99

号公路自驾时，认识了一位带夫人旅游的退休教师。两人迅速成为了忘年旅友，经常交流自驾攻略。新冠疫情期间，老先生还跟她分享了居家隔离时需要准备的物资清单。“他的建议给了我很大的帮助，我非常感谢他。”葛莉娜真诚地说道，“与其说是粉丝，其实更像朋友了。在人生的低谷期会互相鼓励，也会为对方加油，祝福彼此能迎来涅槃的一天。”

这种双向的互动一直在持续。今年，由于父亲的病情反复，葛莉娜的游记更新得很慢，而每次更新后她总能看到熟悉的ID在文章下面留言，或打招呼，或为她加油。这些都让她觉得很暖心。

提起下一步的计划，葛莉娜有许多想法。她说，近期父亲会进行一次手术，术后可以摘掉两个挂袋，这会让他行动更加方便，“等他状况好一点，我想找机会带他去湖南张家界，他对此行充满期待。”