

## 至爱亲朋

## 关爱父母，从生活细节开始

□记者 孙芸苓

## 细心陪伴不想留下遗憾

李新是提前申请退休的，按说她高级职称，可以工作到60岁。因为父亲去世后，母亲的状态一直不太好。开始，李新以为母亲是过度伤心，一时没有缓过来，过段时间会好的。后来，李新发现，母亲记忆力逐渐减退，有时候竟然连她最疼爱的大孙子的名字都想不起来。李新便带着母亲去医院检查，诊断结果显示母亲患上了阿尔兹海默症，就是俗称的“老年痴呆”。李新和家人都非常伤心，于是，她向单位提前递交了退休申请，她不想让自己留下遗憾。退休后的她带着母亲四处求医，梦想着母亲能康复。让李新失望的是，在不断的治疗中，母亲的病却越发严重，连非常熟悉的人都不认识了。

为了唤醒母亲的记忆，李新和姊妹们商量，她和母亲搬回老家的小院生活，或许到了母亲熟悉的地方，母亲的病情可以得到缓解。

大妹妹在北京，经济条件好些，主动出钱把老家的院子整修了一下。弟弟平时工作太忙，闲暇时主动承担了院子里的绿化和环境打造工程。在一家人的努力下，李新和母亲很快就回到了熟悉的院落。在那里，父母生活了半辈子，母亲对那里非常熟悉，李新希望这里的一切可以唤醒母亲的记忆，还她一个健康的母亲。

李新发现，回到家乡的小院后，母亲的情绪稳定了许多，和左邻右舍坐在一起，话也多了起来。

李新感觉自己的决定是对的。于是，在弟弟妹妹们的帮助下，家里安装了比较方便的马桶，房间里也安装了空调，母亲住起来会更舒服了。

李新带着母亲，春天在田野里挖野菜，夏天在大树下乘凉，和母亲熟悉的乡亲们聊天互动，慢慢地，母亲的病情得到了缓解。

李新是家里的老大，下面有一个妹妹和一个弟弟，姊妹三人都很孝顺，但母亲还是比较依赖李新这个大女儿，李新住的离母亲较近，平常和母亲的感情链接也比弟弟妹妹多一些。

弟弟妹妹虽然工作忙，但放假时也会带着孩子们回到小院看望母亲。母亲虽然已经叫不出大孙子小伟的名字，但见到小伟，她依然会把她认为的好吃的留给孙子，听着小伟亲亲地喊奶奶，她笑容灿烂。

一家人回到当初的小院，母亲的心情很放松，笑容也多了起来。说起姊妹几个的童年趣事，母亲依然能如数家珍，这让大家比较欣慰。

李新说，母亲后来几乎都不认得他们了，但她依然会呵护他们，把家里的好吃的藏起来，说要留给孩子们吃。

照顾越来越像孩子的母亲的确是个累人的活，随着母亲病情

的加重，李新感觉越来越力不从心。爱人也心疼李新，就劝她雇个保姆。弟弟妹妹也说雇保姆的钱他们来出，毕竟是大姐在照顾母亲这件事上长期出力。

后来，就雇了同村的一个张姓的远房亲戚。张阿姨四十出头，丈夫去世早，孩子不在身边，比较适合。李新和张阿姨一起照顾母亲，相对轻松了许多。

随着母亲病情加重，李新非常担心母亲会不小心走丢。因为母亲变得像个小孩子，一会儿要去赶集，一会儿要去看电影。无论做什么，她都是想起一出是一出，且没有方向感，更不认得回家的路。细心的李新就给母亲脖子上挂一个带扣子的吊坠，上面醒目地写着母亲的名字，吊坠里面有李新和弟弟的联系方式。

后来，母亲出去的次数变少了，活动范围就在家周围，虽然体力上轻松了些，李新的心却越来越沉重。

如今，母亲的病越来越严重，她只认得李新一人，连她最在乎的小儿子和大孙子都不认识了。大家回小院聚会的时候，母亲依然非常高兴，只是偶然会跟孙子说：“你是谁家的孩子啊，天快黑了，赶紧回家吧。”

孙子小伟拉着奶奶的手说：“这里是我家，我是您的亲孙子，奶奶您咋把我都忘记了？”一瞬间母亲又好像记得了，抱着孙子一直喊他的名字，开心地笑着。

再后来，母亲变得敏感且脆弱，只要看不到李新，她就会无助地喊着她的小名……母亲病了五年多，李新和弟弟妹妹耐心地照顾母亲，无微不至地照顾她的生活，陪着她聊天说话。李新说，母亲活着就是他们的福气，尽力去孝敬母亲，不想留下任何遗憾。

## 把老人放到养老院也得送去关心和温暖

巧云的婆婆得了半身不遂，因为她们姊妹几个都得上班，家里房间又少，请住家保姆有些不方便。于是，一家人坐在一起商量，决定把母亲送到离家近的养老院。

巧云的爱人是家里唯一的男孩，上面一个姐姐，下面两个妹妹。大家开始还有些不理解，可是都得上班，把老人送到养老院也

是无奈之举。

刚到养老院的时候，巧云婆婆没有安全感，几乎每天都会不停地给他们打电话，说想回家。巧云听着都有些心软了，想把婆婆接回来自己请假照顾，姊妹几个商量了一下，这样不是长久之计，就决定大家轮换着去养老院陪母亲，让她先适应那里的生活。

于是，大家排班，安排好值班表，这样母亲几乎每天都能看到家里人，她的情绪就稳定了许多。

不久，母亲在养老院就认识了同龄的朋友，相处得非常融洽。护理人员会把母亲从房间推到阅览室或活动室，让她和老人们一起聊天、看电视、阅读。养老院里还经常搞活动，母亲和同龄的朋友一起参加，慢慢地，母亲逐渐适应了养老院的生活。巧云他们依然坚持轮换着到养老院看望母亲，给她带家里蒸的包子，放假了让孩子们过去看望。渐渐地，母亲的性格也变得开朗起来，身体也康复得很好。

母亲从开始的生活不能自理，到后来自己可以吃饭，自己推着车锻炼身体，巧云和家里人的心也放松了下来。

每个星期，巧云姊妹几人轮流着去给母亲洗澡，让老人身在养老院也能感到家人的关爱，母亲的心情变得轻松愉快起来。

有假期的时候，一家人会陪着母亲出去看风景、逛庙会，心情好了，母亲的病情也缓解了不少。

如今，巧云婆婆在养老院慢慢康复着，家里人依然按当初的约定轮流去看望她。今天你带着包子，明天她送排骨汤，除了养老院正常的饮食，家人亲手做的饭菜也让母亲非常受用。

巧云告诉记者，把老人送到养老院也是如今的一种养老方式。但我们不能把他们放到养老院后就疏于关心，让他们感觉儿女不在乎他们了，因而伤心焦虑，病情越来越重。把老人送到养老院后，作为子女的我们一定要注意老人情绪的变化，而不是一送了之，要注重细节，让老人虽然身在养老院也能感觉到家人的爱，不因家人的疏忽失去内心的安全感。关心老人的生活细节，时常陪伴老人，这样有利于老人的身心健康。

## 美味推荐

## 胡萝卜炒春笋

## 材料：

春笋150克，胡萝卜80克，植物油、盐、果蔬粉、姜适量。

## 步骤：

1. 笋去笋衣，胡萝卜洗干净；
2. 春笋切片；
3. 笋片入锅焯水，捞出沥干水分；
4. 胡萝卜切片；
5. 起锅加油，胡萝卜入锅，过油后盛出；
6. 再起油锅，姜入锅煸香，春笋入锅炒；
7. 胡萝卜入锅炒；
8. 加盐、果蔬粉；
9. 翻炒均匀即可盛出享用。

(本报综合)

## 老年文苑

## 春游航天公园

□杨启敦

龙年正月，春光明媚，风和日丽，我再一次情不自禁地畅游了航天公园。它是一座以航天科普为主的现代国防主题公园。它位于盐湖区红旗东街的盐湖城东面，与盐湖城、池神庙自东向西一并横亘在中条山北边的卧云岗上，是一个北高南低的坡地公园，占地120亩，于2009年10月1日建成开放。航天公园主要由主入口广场、航天主题广场、健身广场、槐香广场、运城航天展览馆等几部分组成。

公园大门口的西边是业余合唱队的地盘，那里最为红火，操琴的、拉二胡的、吹笛子的、扯喇叭的，指挥的、领唱的、陪唱的，热闹非凡。从八点能热闹到十点多，他们唱出了欢声笑语，唱出了幸福安康，唱出了心中喜悦。合唱队和广场舞的中间是供小孩子骑的玩具车，有老爷爷坐在小孙孙的后面，享受着含饴弄孙的天伦之乐。

公园里，最热闹非凡的是“文体兵”。环形塑胶路上有人在逍遥散步，广场上有打太极的、跳广场舞的，广场舞的队伍东边是几个耍鞭子的，老头把鞭子耍得啪啪作响，好似都能冒出火星子。再东边依然是广场舞大妈的地盘，换乐曲、挽行头、换道具、换舞姿，她们舞出了欢天喜地，舞出了美好生活，舞出了心中的喜悦。

公园里，最引人瞩目的是“助推器”。它是航天公园里的镇园之宝，是神舟十一号载人飞船长征二号F运载火箭的一枚助推器发动机，这枚助推器发动机可是回收回来的“真家伙”。助推器就在园里的一处树荫下，隔着玻璃罩细瞧，铜喇叭口各种合金铜管线密密麻麻地盘绕着。

助推器的前面放着中国航天博物馆的《捐赠证书》，上面写着：为弘扬中国航天文化，发展青少年航天科普知识教育事业。这是航天公园的荣幸，也是河东人民的骄傲！

进入航天展览馆，电视大屏幕正播放着气壮山河的神舟飞天片断。一枚枚火箭威严肃立，排列成了长征号的“全家福”。北斗导航模型立体地呈现着，金色的卫星模型在灯光下闪着迷幻的光彩。

登梯步入二楼，可以看到庞大的太空舱、展开太阳板的玉兔车、站立的航天服……让人如入太空世界。另一个小屋是航天爱好者们制作的各种模型，都是利用废旧塑料瓶子和硬纸板制成的，模型虽然简单，但是折射的是青少年向往太空的雄心壮志。

航天公园小巧而精制，每一处景点雕塑都令人流连忘返。那一处处国防教育墙，那一幅幅航天事业的科学家雕塑，都在向我们展示我国航天事业不凡的业绩，以及背后那些鲜为人知的故事。