

酸甜苦辣黄昏恋 恋爱容易领证难

本报记者 梁智玲

“充满浪漫气息的七夕节刚过去不久,在这个节日里,我市共有320对新人登记结婚。说到恋爱、结婚,人们往往会想到年轻人。然而,对老年人而言,能拥有简单、纯粹的爱情,或许是夕阳中最靓的一抹颜色。记者在采访时发现,单身老人的黄昏恋充满酸甜苦辣,在日常生活中,“搭伙养老”的现象较为普遍,但老年人在追求感情的过程中,依然面临传统观念、亲情羁绊、财产纠纷等多重阻碍,可谓“恋爱容易领证难”。

周先生今年68岁,一年前,与他同岁的老伴因病离世,他因此遭受了很大打击,一时间无法走出失去伴侣的阴影,无所适从。“整日闷闷不乐,干啥事都提不起劲,一个人面对空荡荡的屋子,心里特别不是滋味。”周先生说。他和老伴养育了一双儿女,如今儿女都各自成家,忙于工作、孩子,且居住较远,很难做到经常陪伴。

生活还得继续,该怎样调解孤寂、空落的心情?看到周先生的情况,之前和他一起打拳、锻炼身体的老朋友开导他:“你还不到70岁,身体也挺好,以后的日子还长,不如再找个老伴一起过日子。”起初,周先生也不能接受这样的建议,随着时间的推移,他认真思考了一段时间后,也慢慢接受了这个建议,并把自己的想法向子女讲了出来。

令他没想到的是,这个想法遭到了子女的强烈反对。女儿最先表明自己的想法:“我坚决不同意父亲再找老伴。父亲年龄也不小了,找老伴要一起生活,彼此之间会有性格、生活习惯等多方面的不同,难免会产生矛盾,这样折腾下来,倒不如一个人生活自在。”

儿子支持父亲找老伴,但不同意俩人领结婚证。他认为,老年人有情感需求,子女对父亲的陪伴很有限,找个老伴搭伙过日子,相互扶持度过晚年挺好,但最好不要领取结婚证。因为领证会涉及到很多问题,包括财产分配、子女赡养等多个方面,为了少一些麻烦,避免日后纠纷,还是不登记结婚为好。

记者在采访时了解到,很多缺少伴侣的老年人都希望能重新找到伴侣,一起过日子。其实,他们渴望的并不是这轰轰烈烈的爱情,而是心理慰藉和生活依靠。据媒体报道,2019年,中国社会科学院的一项研究表明,当年中国的丧偶老人总数近4800万,估计到2050年,这一数据将增加到1.184亿。《人民日报》曾引用中国社会科学院的调查显示,80%的丧偶老人有再婚愿望。我市解放区婚姻登记处相关工作人员介绍,现实生活中,老年人登记结婚的情况比较少,远不及生活中搭伙过日子的数量。

而对子女来说,面对选择黄昏恋的父母,他们常常选择“不接受、不信任、不面对”三重否定,使得黄昏恋失去自由,也让家庭关系越来越僵。子女为何不

接受父母的黄昏恋?市民赵女士通过发生在自己家中的事说出了心声:“母亲去世后的10多年间,父亲经历了两段感情,均以失败告终。现实生活中,黄昏恋比年轻人恋爱更加现实,双方需要面对子女的意见、财产、双方健康状况、亲朋好友的闲话等,双方真正能融洽特别难。”充满酸甜苦辣的黄昏恋,即使走到了登记结婚的环节,也并非一定能恩爱到头。在我市一些县(市、区)婚姻登记处,工作人员介绍,60岁以上老年群体中,办理离婚手续的人数要多于办理结婚登记的人数。

子女该如何面对父母晚年的情感需求呢?国家二级心理咨询师、副教授、中国心理学会会员全兆景说,晚年是人生必经阶段,当身体健康、单身且独立的老年人考虑情感问题时,正是他们面对新生活的开始。如果家中老人有情感需求、渴望黄昏恋时,子女不妨持乐观、开放的态度,友善提醒、中肯建议,心平气和地表达观点,帮助老人客观分析利弊,把最终选择权交给老人自己手中,尊重老人的决定,帮助他们安度晚年。

记者手记

老年人口增加 情感需求 需要更多关注

□梁智玲

随着老年人口增加,帮助老年人克服孤独、寂寞、无助等情感问题,让老年人感受到社会的温暖和支持变得十分重要。

如何关注老年人的情感需求?首先,要认识到老年人情感需求的重要性。黄昏恋只是众多情感需求中的一种,面对这一问题,家庭和亲友应给予关心和支持,帮助他们克服现实困难。其次,应为老年人提供更多的社交机会。通过参加社交活动,老年人可获得更多与他人的交流、互动,有助于缓解孤独感和无助感。社会、家庭都应当多为老人提供融入社会的机会,让他们收获更多的充实感、价值感。第三,应为老年人提供更多的心理咨询服务。如果老年人因失去伴侣感到悲伤、孤独,他们或许需要的是一个专业的心理咨询服务。这时,为他们提供更多的支持和帮助,会取得良好的效果。

老人白天总犯困 别忽视这些疾病

本报记者 梁智玲

“我妈最近不知道怎么了,大白天总是哈欠连天,有时坐在沙发上就能睡着,一整天看起来昏昏沉沉的,这是怎么了?”近日,家住山阳区东方红街道广场社区的刘女士对妈妈的健康状况十分担忧。老人白天犯困嗜睡是衰老的正常现象吗?市第五人民医院老年病专家杨静提醒,如果老年人晚上睡眠充足,白天还是犯困、打瞌睡,要警惕这是某些疾病的信号,最好能到医院检查一下脑供血、血糖、贫血、心脏等方面的指标。

刘女士的妈妈今年74岁,身体一直挺好的,但最近一段时间特别容易犯困,白天坐在椅子上不一会儿就睡着

了。“妈,你咋睡着了?”有好几次,刘女士轻轻拍一下妈妈,她一个机灵就清醒了,可不一会儿又鼾声四起,一天都在似睡非睡中,迷迷糊糊的。刘女士带妈妈到医院检查后发现,妈妈有脑供血不足的情况,这也是出现嗜睡症状的原因。“脑供血不足的常见症状有头晕、头痛,还伴有意识上的障碍,如乏困、嗜睡等。”杨静说,引起脑供血不足的主要原因有动脉血管内膜硬化、增厚、狭窄、血液黏稠等。另外,颈椎疾病、低血压也可能导致脑供血不足。

在生活中,很多人都会有饭后犯困的情况。这是因为,当摄入食物之后,胃肠道开始消化食物,血液就会集

中到胃肠道集中力量消化食物、吸收营养,脑部供血会随之减少。偶尔的饭后打瞌睡是正常现象,但如果饭后打瞌睡的情况越来越多,就有必要查一下血糖指标。杨静说,一些糖尿病患者多饮、多食、多尿的症状并不十分明显,而是以全身乏力、精神萎靡、贪睡且难以睡醒为首发症状。另外,如果已经确诊的“老糖友”出现嗜睡,要小心低血糖昏迷的情况发生。

如果老年人患有贫血,也会有头晕、乏力、嗜睡等表现。老年人胃肠道功能减退、吸收减少,如果长期摄入营养不足,极易引起缺铁性贫血。此外,一些老人长期用药,也会影响食欲和

营养的吸收,易患上贫血;消化性溃疡、消化道出血以及慢性炎症性疾病的患者,也会引起继发性贫血。因此,如果老年人出现经常性乏困情况,应排除贫血情况。

除了以上几种情况,老年人还应关注心脏健康。这是因为,当患有心脏病时,心脏向外泵出的血液会减少,进而导致大脑出现缺血、缺氧的现象,从而引起精神不振、打瞌睡等症状。如果老年人经常疲劳,还伴有心慌、胸闷等症状,最好去查查心脏功能。“除及时带老人就诊外,子女还应多和老人说说话,通过交流互动让老人的思维活跃起来,恢复精神。”杨静说。