

# 给失智的妈妈找个好保姆,怎么这么难

杭州59岁麻阿姨,上有老,下有小,照顾失智母亲6年,她有点吃不消  
想找个保姆来帮忙,结果干了10天保姆就炒了她鱿鱼,她不知道该怎么办

麻阿姨还有一位哥哥,但哥哥在外地,所以照料妈妈的任务基本压在她一个人身上。



视觉中国供图

## 照顾失智妈妈6年,她吃不消了

麻阿姨家住杭州,性格开朗,说话中气十足,又有条理。她母亲是五六年前开始出现失智迹象的,生病这几年,都是麻阿姨一人在照料。“我妈现在还认识人,生活上是半自理,能自己吃饭上厕所,洗澡也能自己动手,但需要有人帮忙。”

和很多失智老人一样,麻阿姨的妈妈健忘、会产生幻想、语无伦次,很多时候,麻阿姨听不懂妈妈在说什么。

“我晚上是和妈妈睡一起的,她每天凌晨起来上厕所,然后5点钟就要起床。”麻阿姨睡眠浅,这样折腾,后半夜几乎睡不着。老人早上5点起床后,6点左右开始吃早餐,麻阿姨在伺候她吃饭的同时,还要让妈妈服下三种药:分别治疗阿尔茨海默症、降血糖和维生素。这个过程差不多需要一个小时。

妈妈吃完早饭,轮到麻阿姨自己吃时,老人开始追着她反复说,“出去,出去,出去。”

“她吃完饭就想到外面转转,这个时候就要带着她到小区里走一圈。”

麻阿姨的妈妈特别黏她,无论她去做什么,老人都会跟着,而老人不管情绪好坏,都会来找她。在我和麻阿姨聊天期间,老人还几次三番过来,一会儿说要换电视台,一会儿说太冷,要调空调温度。

麻阿姨还有一位哥哥,但哥哥在外地,所以照料妈妈的任务基本压在她一个人身上。虽然妈妈失智了,但她不想把老人送到养老机构,“她现在还认识我们,家人照料、陪伴,肯定是最好的。”

麻阿姨发来她拍的妈妈的照片给我看:老太太坐在凳子上看书,瘦瘦的,很干净,很利落。麻阿姨实在不忍心把妈妈送走,“等到她真的认不出我们了,可能谁照料都一样,再考虑去养老院。”

## 保姆来了10多天,炒了她的鱿鱼

今年开始,麻阿姨觉得独自照料妈妈,自己有些吃不消了。“其实除了妈妈,我还要照顾父亲,他也80多岁了,特别固执。”

除此之外,麻阿姨还有一位不到一岁的小孙子,“小宝宝是我儿媳一个人在带,但我每天都会去帮下忙,像她做饭吃饭的时候,总归要有人帮忙。”

“我也是上有老,下有小”。59岁的麻阿姨被夹在中间,无力挣扎。今年下半年,麻阿姨试着请了位保姆,但只过了10多天,她就被保姆“炒鱿鱼”了,麻阿姨对保姆也不满意。

麻阿姨对保姆的要求是:不需要做饭、做家务,只要管好妈妈一人的衣食住行。但双方磨合的这10多天,都不舒服。

“主要是她不知道该怎么照顾我妈妈这种类型吧。”麻阿姨举了个例子,“我妈妈有极大的不安全感,总是叫人。我都会给她回应:好的,有我在,我会陪着你。这种话我一天可能要重复几十遍。外人听着会觉得没什么用,但能安抚她,让她平静下来,不然,她会很焦躁。”

“我妈妈很多时候,说话语无伦次,我也听不懂她说什么。但是她说了,我都会应和她:好的,好的,我去做。其实,我也不需要真的去做什么,她看到你回应了,一会儿她就忘了。但你不理她,她会反复说。”

麻阿姨发现,妈妈这样说话的时候,保姆基本不会有回应,“听不明白也就当作没听到。我把照顾下来的心得告诉

她,她又不接受。因为她觉得自己经验丰富。”

10多天下来,保姆觉得很辛苦;而麻阿姨多了一个人要沟通,也觉得比以前更累。“我发现,市面上的保姆都适合做家务、带孩子,能照顾我妈妈这样失智老人的,不知道去哪儿找。”

## 以前去过40多个国家,现在离家半天就心慌

麻阿姨说自己太需要“喘息”了。

“我是一个性格开朗的人,喜欢摄影,喜欢旅游,喜欢和人交朋友,但现在被困在家里。我都无法向你表达我的心情。”

麻阿姨的朋友圈里有自己拍的各种美图:西湖的四季、去阿根廷、秘鲁、巴西等世界各地游玩的图片。她在近10年内走了40多个国家。“还去老年大学报了摄影班。”

现在,每周一节课的老年大学是麻阿姨最自由的时刻。她趁上课的时间,挤出半天,去和小姐妹喝茶、聚会。

“每次出去前,我要提前一天给我妈妈说:我要去哪儿,见谁。反复强化,不然我出门的时候,肯定是场拉锯战。”

麻阿姨说,如果没有这半天,她会撑不下去。

“但我每次出去时,也担心,担心手机会响,因为一响就意味着我妈有事情了,或者闹了,我老公他们管不住。”

除此之外,哥哥每年会到杭州来照顾妈妈一周或者10多天,麻阿姨就利用这个时间出国旅游。这是她最放松的时光。

麻阿姨的家住在西湖边,环境一流,但她自嘲家里很乱,“很老的装修,没法换,因为这是我妈妈熟悉的环境,一变她接受不了。”

“你们《钱江晚报》报道过失智老人的照顾者,说我们这种人都是潜在的病人,这个形容实在太准确了。我现在没有抑郁,纯粹是因为我性格好。”

不过,即便开朗如麻阿姨,也快撑不下去了,“我希望能找到一个合意的护理人员,可以照顾好妈妈,也能把我解放出来,有时间过过自己的老年生活。”

## 新闻+

## 懂照顾失智老人的保姆,真这么难找

麻阿姨想要的保姆,这么难找吗?

我以前采访过浙江省大爱老年事务中心理事朱秋香,她所在的中心7年前就开始专注失智失能老人的关爱服务,他们接触了很多这样的老人群体及其家人。

我把麻阿姨的苦恼讲给朱秋香听,她说,这不是个例。

“根据我们的了解,在市场上基本请不到有这方面护理知识的保姆。”朱秋香说,他们遇到的情况,基本都是家属会请普通的保姆,然后慢慢磨合,一点点教,“造成的结果就是频繁更换保姆,我们这里,最频繁的一户人家,半年内换了7位保姆吧。”

浙江省大爱老年事务中心在杭州西湖区古荡街道有一家服务中心,朱秋香所说的频繁更换保姆的这户人家,就是中心的一位服务对象。“他们家是爷爷失智,奶奶在照顾,两人都90多岁了。爷爷的情况是容易发脾气,晚上不睡觉,白天打盹。”丁锦萍是这里的工作人员,和老两口认识很多年,“爷爷这种情况,我们白天一般都会人为干预,尽量让他少睡觉。”

我在服务中心见到这位倪奶奶时,她说,其中一位保姆不懂这些,“白天带他时,也不提醒他,就自己坐着玩手机,由着他打瞌睡。”

“爷爷是血管型失智,抑郁,情绪悲观,需要多鼓励。比如白天要提醒他做运动,奶奶对保姆说,要做运动了。保姆一听东家发话了,可能就去拉他,这个时候,爷爷不高兴动,保姆就会拼命拉,拉着拉着爷爷就会发脾气,暴怒。实际上,这个时候,应该安抚,表扬他,让他情绪高兴起来,然后再让他运动。”浙江省大爱老年事务中心的吴艳芳说。

她说,照顾失智老人是需要技巧的,“有时候甚至比照顾小孩子还麻烦,小孩子教教就会了,但这些老人每次都要重新开始。”

“目前具备专业性的护理人员,大多是在福利中心,或一些组织机构内。”吴艳芳觉得,对麻阿姨来说,“最好是家附近有像我们这样的日托机构,白天把老人送进来,晚上接回去,让自己有喘息的机会。”

本报记者 吴朝香

麻阿姨的妈妈86岁了,患有阿尔茨海默症。麻阿姨自己59岁,正步入老年。在照顾妈妈这件事上,麻阿姨有些力不从心,她想给妈妈找个好点的保姆,这样有个帮手,会轻松些。

原本,麻阿姨觉得,多出点钱,找个好点的保姆应该不是难事,没想到一圈下来,把自己折腾得够呛。

“我妈这种情况,照顾她得有技巧,所以需要保姆有这方面的护理经验。可我找后才发现,太难找了。”麻阿姨很苦恼。



【六十岁】  
【养老】  
【生活】

