

# 今天第26个世界阿尔茨海默症日,记者在古荡的大爱人家照料点实地体验失智老人在“日托所”的一天

虽然他嘴上常说自己老了,不中用了。但如果你过度帮他,他会抗拒。

本报记者 吴朝香 李玲玲 文摄  
视频制作 詹丽华

今天,是第26个世界阿尔茨海默症日,作为失智症的一种,这个病让人头疼,这次我们想讲讲那些从容面对它的故事。

“阿姨,你来啦。你想我了没有?我想你了。你今天穿得真漂亮。”69岁的何阿姨走进来时,宋海玲笑盈盈地迎上来,语气柔和,仿佛是迎接早上入园的小朋友。

宋海玲是西湖区古荡街道大爱人家失智老人日间照料点的社工,失智的何阿姨几乎每天都到日托点“报到”;早上8点30分送来,下午4点左右接回家。

这里,像何阿姨这样的老人共有6位。他们这一整天都由宋海玲和她的同事们陪伴。

失智老人在日托所的一天是如何度过的?这样的日托对照顾他们的照料者来说又意味着什么?钱江晚报记者体验了“日托所的一天”。



扫码看视频报道



## 每天都问一句:你早餐吃什么了

西湖区古荡街道大爱人家失智老人日间照料点两周前刚开业,在此之前,它主要做的是,对失智老人进行非药物干预治疗。“早上送来,下午接回”的社区照顾模式,是今年才开始的。

报名参加的老人都是古荡街道的居民,年满60周岁,轻、中度失智老人。照料点在古荡街道金秋家园长者服务中心,两间活动室,有活动的桌椅、休息的沙发,很干净。

早上8点30开门后,老人们陆续进来,失智老人基本是老伴陪伴而来。“爷爷,你昨晚睡得好吗?早饭都吃了什么?”等89岁的徐爷爷坐稳,宋海玲放慢语速,一字一句地问。

徐爷爷失智已经七八年,大概5年前开始在这里接受干预治疗。他健忘、多疑、容易情绪低落,白天打瞌睡,晚上不睡觉。生病后,一直由老伴照顾。“刚刚才吃过,你是不是又忘记了?”老伴见徐爷爷只顾着发呆,迟迟不回答问题,急着提醒。

宋海玲赶快朝她摆手,轻声说:“不要说他,让他慢慢想。”“吃了木耳、豆浆、鸡蛋、南瓜。”停顿许久,徐爷爷开始一样一样说,说说停停。宋海玲马上给他鼓掌。“回忆早餐是让他动动脑,说出来是锻炼他的表达能力。要适时地多表扬、肯定。”

听到掌声的徐爷爷,笑得有些腼腆。在把徐爷爷这一天要吃的药交给宋海玲后,老伴就离开了,她这一天能从照料中暂时脱离。

## 希望老人多动,别总打瞌睡

当天来日托的老人一共有4位。两周下来,他们已经熟悉。社工袁飞依次给他们量完血压后,和宋海玲一起带着老人们做手指操。宋海玲像领操员一样,喊着口号。

69岁的何阿姨是老伴陪着来上课的。她情绪起伏比较大。袁飞给她量血压时,让她脱掉外套,本来还笑盈盈的何阿姨,突然发怒大喊。

宋海玲赶快过来安抚,“好的,我们不脱,就这样测量。”

做操时,何阿姨也不参与,只是嘴巴哼着像是唱歌。坐在她旁边的袁飞趁机一起念念有词,何阿姨立刻笑了出来,跟着袁飞做起操来。

“他们开心、发火,都是一瞬间的事,要随时注意他们的情绪变化。”宋海玲边做操边观察,几个节拍下来后,她看到何阿姨的动作慢了下来,示意袁飞不要再鼓励何阿姨继续,“她有点累了,让她休息会儿。”

4位老人中,最开朗的是80多岁的姜爷爷。从2013年被确认为失智症后,他一直在这里治疗。“他状态不错,6年了,情况比较稳定,没有出现大幅下滑。”浙江省大爱人家中心副主任朱秋香说,6年前,姜爷爷的主要表现是健忘、幻想,“如今基本还保持这样的状态。”

姜爷爷是最会活跃气氛的,有他在,就笑声不断。

早上拄着拐杖进来,看到宋海玲,他立刻挥手,大声说:“老师好!”

宋海玲拿出一堆铭牌,让他找出自己的名字,他声音洪亮地回应,“保证完成任务!”

但他也有不愿配合的时候,早操做完后,宋海玲拿出扑克

牌让大家玩,姜爷爷不愿动,嚷嚷着自己不会。“你昨天不是教我玩接龙吗?我有点忘记了。”宋海玲一边摆,一边问,“是这样吗?好像不太对。”姜爷爷看她犹豫不定,凑上来指导,不一会儿就自己动手了。

“我们希望老人们多动,动手、动脑。尤其不要枯坐、打瞌睡。他们不愿意参与活动的时候,不能强迫,要多引导。”宋海玲讲了许多和老人们相处的技巧。

## 像小孩又不是小孩

一个小时左右的室内活动结束后,宋海玲和袁飞一个前面带路,一个后面看护,带着4位老人去附近的公园散步。

“来,大家排好队。鲍爷爷,你帮忙扶着许爷爷好不好,他走路不太稳。”宋海玲招呼走在最后的鲍爷爷,他70多岁,是4位老人中,身体比较好的,“帮忙,能让他有成就感。”

虽然宋海玲对老人们说话的语气轻柔得像对小朋友,但她说,又不能完全把老人们当小孩。“像姜爷爷,虽然他嘴上说自己老了,不中用了。但如果你过度帮他,他会抗拒。”

的确,上课期间,其他老人都是社工们帮忙倒水,但姜爷爷坚持自己做;课桌上的玩具掉到地上时,他拒绝袁飞去捡,而是自己弯腰拾起。

出去活动时,宋海玲随手带了一个儿童皮球到公园,半个小时的户外活动,她带着老人们,坐在亭子下,扔皮球。鲍爷爷玩得最投入,脸上一直带笑,玩到最后,他和姜爷爷两人站起来传球。再回到室内时,已经是上午11点钟。老人们开始自由活动,有人坐着休息,有人玩七巧板等小游戏。

徐爷爷最爱一种插钉子的游戏。他玩得熟练,旁边一位老奶奶目不转睛地看,看完要求,“你再玩一遍吧。”徐爷爷有点自得地笑。

## “敬礼,老师,再见”

11点30左右,袁飞从社区的老年食堂带来饭菜,老人们开始吃午饭。姜爷爷的老伴从家带来两个荤菜,给他加餐;鲍爷爷的老伴也赶来,陪他吃午饭。

“把他放在这里,我能喘口气,也能出去办点事。”王奶奶说,老伴失智有五六年了,去年开始定期来这里,“他很喜欢这里的氛围。他在家发脾气的时候,我问他你要不要去大爱了,他会立刻说:去。”

今年夏天,大爱人家古荡试点因为装修,停了两个月。王奶奶明显感到两个月后,老伴的情况出现下滑。

虽然,很多人觉得照顾失智老人是件耗力耗神的事,但长久相处下来,宋海玲和朱秋香都感受到,失智的老人们其实也有有趣的一面。“像徐爷爷,有一次,他老伴来接他,来晚了。他就很焦躁,我们就陪他玩游戏,这个时候,奶奶来了,看他没发现,就悄悄坐在一边。徐爷爷玩了一会儿,又急了,转到房间里,看到奶奶坐在那里,就埋怨:你怎么不早点来。奶奶哄他说:大宝,我这不是来了吗?”

朱秋香说起这件“撒狗粮”的事,还忍不住笑,“我觉得,年轻的时候,奶奶都未必会说这种话。”

“一般,他们的老伴一天会来看好几次。”宋海玲说,有位爷爷,他的老伴失智四五年,一直是他在照料,日托点开张第一天,他就带着老伴来报名,说这几年的照顾实在太累了,“但他全天在这里陪着老伴,中午午休的时候,他就坐在老伴旁边,看着她睡觉。”

下午4点左右,老人们的家属陆续来接。93岁的陈奶奶是第一位被接走的。“今天奶奶挺棒的,慢慢一个个说出了你们六兄妹的名字,还写出了几个。”宋海玲将老人一天的表现,告诉陈奶奶的女儿。

陈奶奶被接走后,老人们有点坐不住了。

徐爷爷站起来走向自己存放物品的小柜子,打开看着也不知道找什么;姜爷爷直接大声问“我的老伴呢?”;鲍爷爷则沉默不语,但明显有点不安。“这时的他们也有点像幼儿园的小朋友,别人都来接了,我的‘爸爸妈妈’怎么还不来接我呢?”

“来,咱们去打打乒乓球吧。”在场的三位社工马上分工各自看护一位,其中一位领着鲍爷爷到室外打球。

4点15分左右,姜爷爷的老伴来了,他一下子笑容满面,“敬礼,老师,再见。”这样的告别让在场的人都笑了。