

舟山李老伯讲述养老院生活 耄耋之年再回首，人生有苦也有乐

□记者 朱蔚

李老伯今年91岁，住在定海城西的一家养老院里。他一个人一个房间，里面有两张床，他睡一张床，空着一张床。房间朝南，天气好的时候，阳光透过玻璃窗晒进来，他翻翻报纸，看看电视，晒晒太阳，也去走廊前人家打麻将的地方张望几眼。

他有些耳背，知道的人平时与他讲话，都会很大声。但有时候再大声也不太好使，他实在是听不出，从对方的唇形里又读不出意思，他便自顾自再把刚才说的话重复一遍，并抱歉地笑笑。

倾诉人：李老伯（化名）
倾诉时间：11月25日

在养老院里住着 各方面都还习惯的

我是去年4月到现在这个养老院的，住住还蛮好。养老院一半是新院区，一半是老的，我觉得还是老的好，一个人一个房间，3500元一个月的价格，住、护理、洗被子衣服、打扫卫生的钱都在里面了。吃饭有食堂，另外再付600元一个月一日三餐，也是蛮好蛮实惠。新院区的房子是新造的，条件肯定要好多，但也要贵不少钱嘞，房间要七八千元一间，吃饭就要1200元了。

算算在这里已经住了一年半了，生活也还习惯。每天早上5点钟，我就醒了，起来洗脸刷牙吃药，在7点钟的早饭前，总有一堆琐事要做。年纪大了，毛病也多起来，光是药也有好几种要吃。有时做完这些还没到早饭时间，我就先吃点饼干垫垫。

我住在四楼，吃完早饭以后，就在住的这一层走廊来来回回走几圈散个步，碰到隔壁住的老人，一起寒暄聊两句。走廊里还有一个区域，有一张麻将桌，他们在打麻将的时候，我也会过去张望两眼，凑个热闹。我不会打麻将，不过看看别人打麻将也蛮有意思。

天气好的时候 晒晒太阳翻翻报纸

中午11点钟吃饭，吃完以后，我会回房间睡上一个小时，起来以后先洗个澡。我习惯每天都要洗澡，身体才舒服。不过到我现在这个岁数，也不敢再在莲蓬头底下冲了，万一滑倒，后果不堪设想。我都是拿湿毛巾绞干了往身上擦一擦，上上下下都擦遍了，总归也是清爽的。

有时候天气好，太阳会透过窗户晒进来，我就搬把靠背椅，在太阳晒到的地方坐一坐，看看报纸。我订了《报刊文摘》，一个礼拜送来3张报纸，上面有从不同报纸上摘录过来的经典内容，我蛮喜欢看。

我还喜欢看电视，年轻的时候就喜欢看，那时间不多，现在多的是时间看了，也没有人来打扰。我们住在这里，基本上相互不串门，各家都有各家的事，不好去影响，就像我要是现在在看电视，有人来了，他坐着也没意思。

到了下午4点半，又可以吃晚饭了，吃完饭，趁着天还亮，我会到院子里活动活动，再回来看看会儿电视，一般晚上8点就睡觉了。大家的作息都差不多，晚上到了这个点，养老院里基本上也是静悄悄一片。

偶尔自己坐公交车 出门转一圈

一个月里面，我会出两趟门。和养老院里报备好，出门再登记下，就可以出去了。我一般都是一大早出发，早饭也不吃，留着肚子去城区里面吃。大门口就有公交车站，坐车还是蛮方便的。有一回路过幸福食堂，我走进去看看，各种各样的早饭，花色还真不少，我坐下来吃了个炒米面，味道不错。

我还要去剪一回头发，20元钱洗好剪好，清清爽爽。养老院里有时候也会有义工上门来帮我们修剪头发，但是他们只剪不洗。我平时自己也不好洗头发，长时间低着头难受。

出门一趟，我到银行取点钱，到药店把平时吃的药买了，再坐公交车到儿媳妇的小店里去待一会，聊聊天，就差不多了。儿媳妇蛮好的，她会把我爱吃的糕啊饼的给我带上，再给我打一辆滴滴把我送到养老院，还能赶上中饭。

我在养老院的房间有两张床，其实是双人房，人家有老伴的，两个人一间房。我的老伴在嵊州，住到舟山的养老院之前，我和她在嵊州的养老院里一起住了五年。那个养老院也蛮好，一个礼拜里面都有安排工作人员教我们跳舞跳操的活动一下，到了节假日，还有外面做戏文的来养老院里送戏。

曾经陪着老伴送戏下海岛 在嵊州的养老院住过几年

老伴是我的第二个老伴，第一个老伴过世后，人家给我介绍了一个嵊州的女同志，那年她60岁，我66岁，她是唱越剧的，来舟山做戏文。我和她见面以后，也是蛮喜欢的，两个人就在一起了。那时我已经退休了，平时也没事，大多数时间都是和她在一起，陪着她唱戏。

她们做戏文的经常要换地方做，我也跟着她，到过定海的柴水弄，去过朱家尖，坐船去桃花，去衢山，很多小岛都去过。那时我身体也还硬朗，还能给剧团搭把手，要换地方的时候，帮着一起抬大箱子。

老伴还在做戏文的时候，我们一起在舟山生活着，后来她不唱了，我跟着她一起回到了嵊州，两人一起住在嵊州的养老院里也蛮舒心。

没过几年，她得了脑梗，同时还有一些其他的毛病，不过一同生活在养老院里，我也能照顾她。我们原先一个人睡一张床，她得毛病后，一个人睡着会翻下去，我就把两张床并起来，两边用

大被子团团裹住，她卡在里面，就要好多。

人生有无奈的事 也有开心的事

只是好景不长，我又检查出来患了恶性肿瘤，相应的症状紧随而来，经常头晕，没什么力气。我连自己都照顾不好，更别说照顾她了。

到了我这年纪，病也不好治了，只能以吃药的方式来保守治疗。我和老伴说，看来我只能和你分开了。她在嵊州有俩儿子，多少也能有些照应；我回舟山，也有俩儿子，儿子、儿媳妇都能照应到。

我和她就此道别，分别生活在舟山和嵊州。人老了，有些事也很无奈。但总归也有开心的事。

我今年91岁了，舟山人“做九不做十”，89岁生日那年，儿子们帮我在定海的饭店里张罗了一桌，给我做寿。那天是20人的大桌，我家里的几位兄弟姐妹也都来了，我们的下一代、第三代也都来了，还送上了红包，蛮开心，也蛮热闹。

年纪大了就是喜欢热闹一点，我们生活在养老院里，到了节假日，也会有小朋友过来表演节目。我也想着，如果领导能来和我们聊聊天，给我们开开座谈会，那就更好了。

情感的流露

心灵的抚慰

听你倾诉 陪你改变

你可以拨打我们的

情感热线：

13867225000

QQ：942157858

(请注明“我要倾诉”)

也可以发E-mail：

zswb05@zsnews.com

地址：

舟山市新城长升路30号

舟山晚报编辑部

“倾诉吧”编辑收

邮编：316021