

# 退休后，“年轻奶奶”咋更累了



图片来自网络

都说中年人“上有老，下有小”，活得累。其实，在我们的生活中，还有这么一群人：她们年近花甲，刚刚退休，工作压力没有了，但这个时候她们突然发现好像更辛苦了，因为她们的“上有老，下有小”更加具体，也更加棘手。上面的老人，年纪大了，一刻都离不开人；下面的孙儿，父母工作忙没时间照顾，也需要奶奶的看护——这正是许多“年轻奶奶”的生活写照。

## 老少同时生病，她两头不讨好

50多岁退了休，本该享福，湖南长沙54岁的刘薇没想到，自己却过上了大半辈子最累的生活。2019年初，儿子李君体检查出静脉曲张，要住院一两周做一个手术。儿媳要上班，没办法每天守在医院。刘薇和儿媳约好，轮流照顾儿子。结果，儿子刚进手术室，刘薇接到电话——80岁的老母亲要从株洲赶来长沙河西看病。看儿媳在手术室外，刘薇急匆匆去陪妈妈。6个小时的漫长手术结束，李君从手术室出来，没看到刘薇，

觉得老妈不在乎自己。

实际上，刘薇也并不轻松，好不容易将老母亲安置在医院，但母亲脾气执拗，大声训斥医生，不愿意接受检查结果，甚至拍床拍墙。刘薇没办法，只好守在医院——本来约好第二天早上来替儿媳照顾儿子，只好改到了下午两点。当她从老妈那匆匆赶到几十公里外儿子的病房时，儿子彻底火了，冲她大发脾气。刘薇又累又急又气，她不明白，为什么自己这么累，还两头不讨好呢？

## 进城照顾孙子，老公“出轨”了

觉得委屈的还有湖南湘阴的唐英(化名)。唐英原本丈夫体贴、儿子孝顺，还有一对可爱的孙子孙女。这个幸福的家庭，却在四世同堂时遭遇了危机。

从2018年儿媳生育大宝起，唐英就到了长沙帮忙带孩子。老公却留在了老家，照顾80多岁的老父亲。从此，夫妻俩开启了两地分居生活。一个偶然的周末，唐英翻老公的手机，竟然发现他经常给一个微信名备注为“她”的人发红

包。她向左邻右舍一打听，不少风言风语传到了耳朵里。唐英怒火攻心，和老公大吵了一架。

老公坚决不承认“出轨”。唐英回到长沙继续带娃，只是她没那么安心了，没事就打电话给老公查岗。甚至好几次，唐英趁周末儿子休息在家，连夜回自己家搞突然袭击。

如今，唐英在家里和长沙两头跑着。她说，大半辈子过来了，从来没有这么累、这么担惊受怕过。

## 顾上顾下，别忽视自己的生活圈

在人均寿命更长，二孩、三孩政策出台的当下，很多“年轻奶奶”的生活并不像我们想象的那么有钱有闲，反而很多人“丢”了自己的晚年生活。

国家二级心理咨询师宁静认为，作为“年轻奶奶”的子女，应该体谅父母的难处，不要凡事都依赖父母。就以照顾孩子为例，如果自己有条件、有能力，还是尽量不要麻烦父母。

与此同时，子女还可以主动参与照顾年迈的爷爷奶奶、外公外婆的工作。

宁静还建议，“年轻奶奶”们在顾上顾下的同时，也不能忽视自己的生活圈，不能把生活搞得太紧张，长时间不和朋友聚会，容易与社交圈子脱节，忙完老人、孩子的事，也得给自己留点放松的空间。

综合今日女报、十堰晚报报道

## 儿媳吐槽：婆婆带娃爱社交

浙江嘉兴的新手宝妈陆葵(化名)对帮自己带娃的婆婆心怀感激。但最近她也有点苦恼：“婆婆她真的太爱社交了！”

陆葵的女儿刚满10个月。婆婆来自农村，非常勤劳。陆葵说：“这一点，我真的是打心底里感谢她，为了帮我们带娃，她心甘情愿受累。”

让陆葵不太适应的是，婆婆太爱社交了。陆葵说，婆婆在家根本就待不住，家务活一忙完，她就会抱着孩子往外跑，“我告诉她孩子还小，尽量不要去人多的地方，她也是左耳进右耳出，没放在心上”。

不只往外跑，老太太还把别人往家里带。前几天，陆葵中午回了趟家，一进门吓坏了：“家里七八个阿姨带着孩子，孩子们爬的爬、走的走，阿姨们有的嗑瓜子，有的在打毛衣……家里就跟个托儿所似的。”

“把一个个陌生人往家里带，不说把家里折腾得一塌糊涂，吵着邻居，这安全隐患也实在很大啊。”事后，陆葵跟婆婆说起这件事。可婆婆说，大家都熟悉的，还劝陆葵别把人想得那么坏。

“我没法约束婆婆，每次跟老公说，他就说没事的，他妈就是这样把他带大的，让我放心。可现在跟过去能一样吗？再说了，城里跟乡下也不一样啊！”陆葵说，“我最近每天上班都没心思，愁死了。”

其实每代人有每代人的生活观念和习惯，儿媳既然叫婆婆来帮忙带娃，就要换位思考，接受婆婆的生活习惯和交往方式。观念上有分歧，吐槽于事无补，不如多一些沟通和理解。

来源：南湖晚报

## 手腕系绳陪护生病老伴

红绳的一头系在老伴手上，另一头拴在自己手上。2021年11月3日晚10点多，安徽省临泉县泉河医院护士刘影夜间查房时，刚推开病房门，就被这一幕感动了，忍不住拍下照片。这张照片很快传开，大家都被这对老夫妻感动着。

这对夫妻是71岁的李女士和72岁的姜先生。2019年，李女士因为脑梗死，说话、吃饭都成了问题。为治好老伴的病，姜先生带着老伴辗转奔波于各医院，800多个日日夜夜，一直陪在她的病床前。

前段时间，李女士肢体无力症状加重，精神状况也不好，姜先生便把她送到了泉河医院内二科治疗。老伴住院，姜先生就贴心照顾着她。夜里睡觉时，他总是将一根红绳系在他和老伴之间，只要老伴有什么动静，他就赶紧起来看一下。“有时候实在太累了，怕自己不小心睡得太沉，老伴有事叫不醒我，我就在自己手腕上拴了一根红线，另一头系在她的手腕上。”姜先生说。

“这一细节让人感动。”护士长唐秀杰说，这并不是李女士第一次来住院，平时姜先生照顾老伴就无微不至，帮老伴翻身、擦洗，十分仔细。11月5日，李女士病情有所好转后出院回家。

来源：颍州晚报