

• 老年护理 •

• 论 著 •

社区高龄独居老年人居家养老的动因分析

郑维娜,吴林晔,阮佳音

摘要:**目的** 了解社区高龄独居老年人居家养老的动因,以丰富“就地养老”的理论概念。**方法** 采用描述性质性研究方法,选取 13 名高龄社区独居老年人进行半结构式访谈,采用内容分析法分析资料。**结果** 共提炼出 3 个主题和 7 个亚主题,即保持自由(饮食实践自由、生活习惯自由、爱好开展自由)、维护和谐关系(降低“被嫌弃”风险、避免经济冲突)和维持联结(同龄老朋友、喜爱的环境)。**结论** 社区高龄独居老年人坚持居家养老受诸多因素影响,护理人员应在理解其需求和问题的基础上,提供有效帮助,以满足其安全养老需求。

关键词: 高龄老年人; 独居; 就地养老; 居家养老; 质性研究; 老年护理

中图分类号: R473.2 **文献标识码:** A **DOI:** 10.3870/j.issn.1001-4152.2022.23.083

Reason analysis of why the oldest-old living alone in the communities preferring to age in place Zheng Weina, Wu Linye, Ruan Jiayin, School of Nursing, Zhejiang Chinese Medical University, Hangzhou 310053, China

Abstract: **Objective** To explore the reasons of the oldest-old who chose to live alone in the communities, so as to enrich the theoretical concept of aging in place. **Methods** A descriptive qualitative research design was chosen, and 13 community-dwelling oldest-old living alone were recruited from communities to participate in semi-structured interviews. A conventional content analysis was used to analyze data. **Results** Three themes and seven subthemes were extracted, including retaining freedom (dietary practicing freedom, conducting lifestyle freedom, performing hobby freedom), keeping harmonious relationships (lowering the risk of being loathed, avoiding economic conflicts), and maintaining a sense of connection (old friends with similar age, preferred environment). **Conclusion** The oldest-old who live alone chose to live in the communities are influenced by multiple factors. Nurses should provide effective help on the basis of their real needs and problems, so as to meet their needs of safety aging.

Key words: oldest-old; living alone; aging in place; home-based care; qualitative research; geriatric nursing

全球人口老龄化已成必然的发展趋势。当前,我国 65 岁及以上人口已超过 1.9 亿^[1]。在经济发展水平相对较高的浙江省,65 岁及以上人口约 852.14 万,80 岁及以上人口为 177.65 万^[2]。与年轻阶段的老年人相比,80 岁及以上的高龄老年人更易面临多种问题,如更明显的身体老化症状、多种慢性疾病、衰弱和负性心理情绪等^[3]。尽管如此,老年人偏向于就地养老^[4-5],即在具有一定独立水平的情况下,老年人选择居住于社区(主要是自己的家),而非养老机构的养老方式。这也包括了高龄独居老年人的意愿。为何受较多危险因素影响的高龄独居老年人依然选择居家养老?虽西方学者已通过探索高龄独居老年人居家养老动因^[5-7]予以揭示,但由于不同国家社会经济、文化背景和养老体制等差异,有必要探究中国情境下高龄阶段独居老年人居家养老的原因。虽有学者关注我国城市社区独居老年人,但并非聚焦于独居动因探究^[8-10],且高龄老年人占比较低^[8-9]。鉴此,本研究采用质性研究方法,探索我国高龄独居老年人选择居家养老的原因,以期丰富“就地养老”的理论概

念,深化对我国高龄老年人独居养老的认知,为老年护理及社区护理的切实开展提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象 采用目的抽样法,结合最大差异抽样法(性别、宗教信仰、独居时间和使用助行设备)和滚雪球抽样法,选取 2021 年 4 月至 2022 年 5 月浙江省杭州市和绍兴市 9 个社区以及杭州市 1 所三级甲等医院就医的社区独居高龄老年人作为研究对象。纳入标准:①80 岁及以上的独居老年人,独居 6 个月及以上;②无精神疾患;③无语言交流障碍和认知困难。排除标准:①严重失能;②罹患晚期癌症;③居住于养老院和(或)看护机构。样本量取决于受访者资料重复出现且资料分析不再有新的主题产生^[11]。本研究已获浙江大学医学院附属邵逸夫医院伦理委员会批准(20201231-45),所有受访者均知情同意。最终纳入 13 名社区独居高龄老年人,用编号 P1~P13 代替。男 2 名,女 11 名;年龄 80~92(85.31±3.82)岁;独居时间 7(4,24)年;个人月收入 720~5 000(3 202±1 412)元;平均罹患 2 种疾病;12 名丧偶,1 名终身未婚;8 名文盲,2 名小学,初中、高中及大专各 1 名;职业为 6 名工人,5 名农民,1 名工程师,1 名家庭主妇;10 名有宗教信仰,3 名无宗教信仰;4 名使用助行设备;除 1 名无子女外,10 名与子女均在同一城市,2 名与部分子女在同一城市;12 名拥有住房房屋的产权,

作者单位:1. 浙江中医药大学护理学院(浙江 杭州,310053);2. 浙江医院三墩院区医疗照护病房;3. 香港理工大学护理学院

郑维娜,女,硕士在读,主管护师

通信作者:阮佳音,jiayinruan@hotmail.com

收稿:2022-07-14;修回:2022-09-08

1名居住于所租房屋内;除1名受访者外,其余均拥有医疗保险;所有受访者均为汉族。

1.2 方法

1.2.1 资料收集方法 采用描述性质性研究,通过面对面半结构式访谈法收集资料,过程录音。基于高龄独居老年人居家养老文献^[5-7]及研究者与高龄老年人日常接触的经验,制定访谈提纲:①请您谈谈,您在何种情况下开始独居居家养老?②和其他养老方式(如和子女共住、居住养老机构等)相比,您选择居家养老是如何考虑的?③请您谈谈,您在家中独居养老的感受?④请您谈谈居家独居养老对您生活的影响?访谈过程中,鼓励受访者充分表达自己的观点。访谈结束后,尽快撰写访谈笔记,记录受访者非语言信息,描述访谈场所等,且将访谈录音转录为访谈逐字稿,双人核对。本研究访谈23~163 min,平均74.46 min。除1名于受访者居所的1楼和1名在医院示教室交谈外,其余均为受访者住所。

1.2.2 资料分析 采用传统内容分析法^[12]分析资料。研究者努力捕捉和描摹研究对象的观点,挖掘其丰富内涵,尝试尽可能地呈现,同时,研究者反思每一个研究决策,撰写反思日记,进行批判性评价,以提升研究严谨性。

2 结果

2.1 主题一:保持自由

2.1.1 饮食实践自由 高龄老年人拥有相对适合自己的饮食习惯,而独居可相对较好地满足这一需求。绝大多数受访者强调了饮食实践自由的重要性,主要涉及饮食种类、烹调方式及进食时间方面的自由。P6:“我都是自己弄的,我要吃什么我自己买好,饭也自己烧着吃,我自己(住)自由啊!”随着年龄增长,牙口不便或味觉减退成为高龄老年人难以回避的问题。虽然,一些受访者曾尝试与子女同住或居住养老机构,却遇到获得自己适宜食物不便的问题,甚至因此产生矛盾,进而重回独居生活。P4:“我年纪大了,牙齿没了,菜要烧烂,他们(子女)要油多,味精多,我们味精、油都不要吃的。”即使烹调方式适宜,曾偶尔尝试同住时,家人们不同的进食时间也让高龄老年人感受到独居的自由。P10:“我一个人住自由,想早点吃晚饭就早点吃,孩子他们晚饭都吃的很迟的。”

2.1.2 生活习惯自由 随着年龄增长,老年人的睡眠时间相对缩短,早醒是常见现象。独居可满足高龄老年人早起的生活习惯,避免了与子女同住时可能因作息差异带来的不便或是产生的矛盾。P3:“我早上起床早,子女都在睡,我要轻轻地弄(洗漱)。但是我起床后呢?只能傻傻地坐在客厅里,坐着等他们起床。”此外,一些受访者表示独居可让他们实现一些特殊生活习惯的自由。如P2:“我一天到晚,要洗几次脸,饭吃过,牙齿要弄干净,耳朵么天天要洗干净。你说,如果另外有人,是不是讨厌你啦?一个人自由自在。”

2.1.3 爱好开展自由 爱好开展自由是高龄老年人自由实现的另一种体现。相对年轻人而言,高龄老年人的爱好相对简单,独居让他们开展起来相对方便。P2:“我一个住在家里,养花高兴。你看这玉竹,这里摆着多好。住在养老院里,哪里可以让我自己养花养草呢?”有些受访者则表达了独居可便于信仰活动的实践。P1:“一个人住有好处哎!比如说,养老院去哦,你要手机上读(圣)经,或者听(牧师讲)道,那么人家(养老院同住的人)就觉得是干扰她了。她要看电视或者什么的,对你也有影响。”P4:“早上起床,我要做祷告,做到8点钟……每天要读圣经,还用播放器听听,他们(养老院同住者)不喜欢的,住在一起的人有的蛮难讲话。”

2.2 主题二:维护和谐关系

2.2.1 降低“被嫌弃”风险 老年人知道,独居可大大降低遭受嫌弃的风险,从而维系相对和谐的长辈与晚辈关系。这种想法的产生与老年人感知改变独居环境可能会给子女带去麻烦,进而遭受嫌弃有关,也可能与老年人曾改变独居状态且经历被嫌弃的体验有关。前者的顾虑主要与老年人身体功能老化,尤其是认知记忆力下降和行动能力减慢有关。P3:“我们记忆力差了,有些东西,说过又要说。我说你们(子女)下次要听的不舒服的,(一起住)时间长了肯定要有摩擦的。所以,我说我一定不来住。”P13:“他们(子女)现在都有小孩子,我也带不动,住在一起就是增加他们的麻烦。我这个人不喜欢这样。”

2.2.2 避免经济冲突 经济矛盾会明显影响人际关系的构建与维系,这在高龄独居老年人与子女和(或)保姆的关系构建中也不例外。有的高龄老年人因遭受过媳妇对自己产生经济开支的抱怨,而选择独居。P2:“我那天到教会去,我儿子送的,她(媳妇)后来(与儿子)吵架了……她说(开车接送)要钞票。”也有的老年人因享受独居时的经济自由而避免共同居住。P7:“我自己住,我劳保工资自己拿的,要买点什么吃吃就买买,喜欢好点就好点,跟孩子(住)一起问孩子要(钱)不自由。”

此外,也有些高龄老年人养成了勤俭节约的习惯,在消费观上和较年轻的家政服务员存在明显差异,易产生经济矛盾,故他们拒绝与家政服务员同住。P3:“我们这辈人都是苦过来的,一分一厘的钞票都要省。我现在,虽然经济上没有什么困难,但让我去浪费我不会的……比方说阿姨买了一点菜,她喜欢吃的东西,她都吃掉了,还有剩下的东西,她不吃了。我们一向这么节约惯的,倒掉不行。”P13:“雇阿姨都雇不好的,现在的阿姨不像过去(的阿姨),都要求很高,要房子好,要设备好,工资要高,生活要舒服。”

2.3 主题三:维持联结

2.3.1 同龄老朋友 一方面,这种联结在老年人与身边环境中的同龄老朋友中发生。这些老朋友往往与高

龄老年人年龄相近,身体健康状况相似且拥有共同话题。P6:“像我们年纪大一点的人,但(身体)没那么虚弱,在那边长廊里坐坐,聊聊天,事情讲讲,蛮舒畅的。”P3:“下午天气好,我拐杖拿拿,到公园里去。那里有我们这种差不多的同龄人。同龄人有共同语言,坐坐,聊聊天。”哪怕只是老年人常聚之处,也会让老年人拥有联结,社区老年活动中心就属于这类地方。P8:“我下午到(老年)活动中心去,人多,打牌我不会,就是跟别的老年人讲讲话。”此外,也有些老年人到老年食堂共同用餐或在公园一起锻炼,并把这看作情感获得、锻炼脑力的途径之一。P5:“老年食堂基本上都是老太婆,都是年纪大的人,早上打打太极拳都是年纪大的人。人要动脑筋,要讲话,不讲话变痴呆的。”

2.3.2 喜爱的环境 除同龄老朋友带来的体验外,在家及所在社区长时间的居住,根据自身需求设计的房间格局,依据自己喜好摆放物品,以及舒适的居家环境,均让老年人感到联结。P9:“我住在这里几十年了,我对这里熟悉啊,很有感情啊!”。也有受访者按照自己喜好,布置居室环境。P13:“我喜欢通间的,我的房间没有隔开,亮堂。我在中间架了一张床,范围大一点,看报、写字、看电视剧,都在这儿。”再者,在家居住可让老年人布局喜爱的物品,便于回忆。P2:“老伴的遗像之前挂在这里(客厅),现在放在书橱上,看看他。在养老院,怎么会有人让我放这个?”此外,家的舒适感让受访者产生喜爱。P12:“总是家里舒服,家里空气好,养老院里一个房间三四个人,你想吃饭了,其他人便盆在那里用着,真的不行。”

3 讨论

3.1 尊重高龄老年人保持自由的渴望,定期评估老年人独居的能力 “保持自由”可帮助老年人实践自己的饮食习惯、生活习惯和爱好,是受访者坚持独居的主要原因。这与我国之前的研究结果相似^[8,10],如在一项上海市社区独居老年人独居生活体验研究中,老年人认为居家独居养老赋予他们“平时自己想做什么就做,不用顾虑别人”和“我一个人自由自在没人管,没有压力好得很”的自由^[8]。自由、自主的保持意味着即使高龄,老年人依然可以在日常生活中自己做决定,从而产生控制感、存在感、满意感、成就感,甚至是自豪感^[13]。

对此,高龄老年人家属、医护人员尤其是社区护理人员及社会公众等应理解高龄老年人拥有自主选择养老方式的权利,尊重老年人居家独居养老的选择。但同时,考虑到高龄老年人独居本身存在的安全风险,社区和(或)乡镇机关工作人员、社区护理人员应定期对居家养老的高龄老年人进行身体健康状况测评和生活自理能力评估,如采用巴氏指数^[14]及时发现危险因素,必要时,可尝试采用科技设备辅助独居养老(如使用穿戴式防跌设备,以降低使用者跌倒风险)^[15],甚至转换其养老方式,进而提高老年人养

老的安全性。

3.2 为维护和谐关系而独居,当代社会文化语境下孝道概念有待探索 本研究发现,选择居家养老,即使独居状态,依然可在较大程度上实现个体“维护尊严”的需求。受访者有些通过自我感知老化变化,想到与年轻子女同住时间一长可能会带来矛盾,而选择独居。受儒家文化影响,家与家庭和谐在中国社会中占据重要地位^[16]。为避免因自己的居住给子女的家庭带去不必要的矛盾,破坏原本相对和谐的子女家庭关系,即使子女欢迎老年人同住,他们依然选择独居。这一现象在一项香港研究^[17]和一项陕西的研究^[10]中得到了证实。本研究发现,一些老年人因经历子女嫌弃,而避免与子女同住。孝道是中国传统文化的核心价值,是家庭中晚辈在处理与长辈关系时,需要遵守的行为规范和应具有的道德品质,属于子女对父母的一种美德与善行^[18]。经历时代变迁,在当代社会文化语境下,子女及老年人对于孝道如何理解、子女该如何更好地实践孝道等问题均值得进一步研究。

3.3 维持联结促进居家独居养老,考虑文化背景利于形成特色居家养老模式 维持联结也是高龄老年人居家独居的原因之一,可能因为居家拥有同龄老朋友和喜爱的环境。对于居家环境喜爱而维持的联结使高龄老年人在这种社会网络系统及居住环境中感到温暖、安心与安全,且其精神得到慰藉^[10]。当前,尚无适用于所有老年人居家养老的模式。今后还应结合不同地域文化特征,构建基于循证依据支撑的居家养老方式,以供学习借鉴的同时,促进老年人安享晚年。

4 小结

本研究呈现出我国社区高龄独居老年人坚持居家养老的原因,展现出独居生活带来的可见益处,在丰富“就地养老”概念的同时,增进社会、健康从业人员及老年人家属理解其独居决定。但本研究受访者女性远多于男性,纳入更多男性高龄独居老年人可能会呈现更多独居原因;其次,受访者主要来自于浙江省杭州市和绍兴市的城市社区,经济状况尚可,学历以文盲为主。我国不同地域经济状况存在差异,招募不同区域及接受过高等教育的受访者,可能可丰富高龄老年人独居的动因。未来有必要探索当代中国社会文化语境下的孝道观念,在结合高龄独居老年人需求和问题的基础上,尝试构建并验证适用于高龄独居老年人的特色化居家养老模式,以提升高龄老年人独居的安全性及生活质量。

参考文献:

[1] National Bureau of Statistics. Main data of the seventh national population census[EB/OL]. (2021-05-11)[2022-05-10]. http://www.stats.gov.cn/english/PressRelease/202105/t20210510_1817185.html# : ~ : text = There%20were%20253.38%20million%20persons,190.64%20million%20persons%20in%20the.
[2] 浙江省健康服务业促进会. 浙江省 2020 年老年人口和

- 老龄事业统计公报[EB/OL]. (2021-11-22)[2022-05-01]. <http://www.zchsp.com/home/news/info.html?id=88&catId=32>.
- [3] 周巧学, 周建荣, 库敏, 等. 社区高龄老年人衰弱状况及影响因素的研究[J]. 护理学杂志, 2019, 34(21): 68-72.
 - [4] 蔡敏, 张耀光, 谢学勤, 等. 我国 60 岁及以上老年人口养老意愿及选择居家养老的影响因素分析[J]. 中国医院统计, 2021, 28(4): 351-356.
 - [5] Ness T M, Hellzen O, Enmarker I. "Embracing the present and fearing the future": the meaning of being an oldest old woman in a rural area[J]. *Int J Qual Stud Health Well-being*, 2014, 9: 25217.
 - [6] Soulières M, Charpentier M. Are older people living alone socially isolated? a qualitative study of their experiences[J]. *J Gerontol Soc Work*, 2022, 65(6): 664-677.
 - [7] Osei-Waree J. A qualitative study of the meaning for older people of living alone at home in Ghana[D]. Edmonton: University of Alberta, 2013.
 - [8] 陈瑜. 上海市社区独居老年人独居生活体验的现象学研究[J]. 上海护理, 2018, 18(1): 20-24.
 - [9] 李英丽, 王月枫, 杨金伟, 等. 社区居家养老独居老年人安全问题的质性研究[J]. 中华灾害救援医学, 2020, 8(10): 599-600.
 - [10] 高卿. 高龄独居老年人精神慰藉的社会工作研究——以神木市阳沟崖小区为例[D]. 咸阳: 西北农林科技大学, 2020.
 - [11] Saunders B, Sim J, Kingstone T, et al. Saturation in qualitative research: exploring its conceptualization and operationalization[J]. *Qual Quant*, 2018, 52(4): 1893-1907.
 - [12] Hsieh H F, Shannon S E. Three approaches to qualitative content analysis[J]. *Qual Health Res*, 2005, 15(9): 1277-1288.
 - [13] Hatcher D, Chang E, Schmied V, et al. Exploring the perspectives of older people on the concept of home[J]. *J Aging Res*, 2019: 2679680.
 - [14] Hopman-Rock M, van Hirtum H, de Vreede P, et al. Activities of daily living in older community-dwelling persons: a systematic review of psychometric properties of instruments[J]. *Aging Clin Exp Res*, 2019, 31(7): 917-925.
 - [15] 王文花, 陆皓, 汉瑞娟. 独居老年人使用穿戴式防跌倒设备体验的质性研究[J]. 护理学杂志, 2019, 34(2): 73-74.
 - [16] 陈社英. 人口老化与社会政策: 中国人的“家”与养老研究[J]. 人口与社会, 2017, 33(1): 63-72.
 - [17] Lou V W, Ng J W. Chinese older adults' resilience to the loneliness of living alone: a qualitative study[J]. *Aging Ment Health*, 2012, 16(8): 1039-1046.
 - [18] 许琪. 孝道观念与赡养行为的变迁[J]. 社会发展研究, 2022, 9(1): 176-195, 245-246.
- (本文编辑 韩燕红)
-
- (上接第 78 页)
- [10] Xu F, Hilpert P, Randall A K, et al. Validation of the dyadic coping inventory with Chinese couples: factorial structure, measurement invariance, and construct validity[J]. *Psychol Assess*, 2016, 28(8): e127-140.
 - [11] 安慧颖, 王月芹, 陈长英, 等. 中青年淋巴瘤患者二元应对水平及影响因素分析[J]. 护理学杂志, 2020, 35(3): 70-73.
 - [12] Randall A K, Hilpert P, Jimenez-Arista L E, et al. Dyadic Coping in the U. S.: psychometric properties and validity for use of the English version of the Dyadic Coping Inventory[J]. *Curr Psychol*, 2015, 35(4): 570-582.
 - [13] 郑晓华, 舒良, 张艾琳, 等. 状态-特质焦虑问题在长春的测试报告[J]. 中国心理卫生杂志, 1993(2): 60-62.
 - [14] 程灵芝, 刘晓虹, 李川云, 等. 急性军事心理应激对不同焦虑特质新兵免疫功能的影响[J]. 第二军医大学学报, 2004, 25(6): 590-593.
 - [15] 张洁婷, 焦璨, 张敏强. 潜在类别分析技术在心理学研究中的应用[J]. 心理科学进展, 2010, 18(12): 1991-1998.
 - [16] 蔡婷婷, 黄青梅, 吴傅蕾, 等. 基于患者报告结局的化疗期乳腺癌患者社会功能的潜在类别分析[J]. 护士进修杂志, 2020, 35(20): 1830-1836.
 - [17] Bodenmann G, Meuwly N, Kayser K. Two conceptualizations of dyadic coping and their potential for predicting relationship quality and individual well-being a comparison[J]. *Eur Psychol*, 2011, 16(4): 255-266.
 - [18] Revenson T A, Majerovitz S D, Jordan C. Couples coping with chronic illness: what's gender got to do with it? [M]//Revenson T A, Kayser K, Bodenmann G. Couples coping with stress: emerging perspectives on dyadic coping. Washington: American Psychological Association, 2005: 137-156.
 - [19] Chan C L F, Chui E W T. Association between cultural factors and the caregiving burden for Chinese spousal caregivers of frail elderly in Hong Kong[J]. *Aging Ment Health*, 2011, 15(4): 500-509.
 - [20] Persson A. Sero-silence and sero-sharing: managing HIV in serodiscordant heterosexual relationships [J]. *Aids Care*, 2008, 20(4): 503-506.
 - [21] Ustunsoz A, Guvenc G, Akyuz A, et al. Comparison of maternal and paternal-fetal attachment in Turkish couples[J]. *Midwifery*, 2010, 26(2): E1-E9.
 - [22] Brandao T, Brites R, Hipolito J, et al. Dyadic coping, marital adjustment and quality of life in couples during pregnancy: an actor-partner approach[J]. *J Reprod Infant Psychol*, 2020, 38(1): 49-59.
 - [23] 赵露, 顾培培, 王俊锋, 等. 妊娠期糖尿病患者基于二元应对理论的心理干预[J]. 护理学杂志, 2021, 36(15): 67-70.
 - [24] Abbas J, Aqeel M, Abbas J, et al. The moderating role of social support for marital adjustment, depression, anxiety, and stress: evidence from Pakistani working and nonworking women[J]. *J Affect Disord*, 2019, 244: 231-238.
 - [25] Zietlow A L, Eckstein M, Hernandez C, et al. Dyadic coping and its underlying neuroendocrine mechanisms — implications for stress regulation [J]. *Front Psychol*, 2019, 9: 2600.
- (本文编辑 赵梅珍)