

· 部队卫生 ·

老干部离世对健在老干部的心理影响及对策

肖可为, 潘典军, 陈 蕾

〔摘要〕 干休所离退休老干部已普遍进入了“两高期”, 难免有些老干部率先走到人生尽头。本文分析了老干部离世对健在老干部的心理影响, 包括悲伤失落、悲观自弃、恐惧焦虑、抑郁依赖等心理现象; 从努力提升医疗保健保障质量, 提高生活保障中心和娱乐中心服务水平, 加强养生知识及自然规律知识的宣传, 积极做好临终关怀和善后工作等方面提出了具体的对策。

〔关键词〕 老干部; 离世; 心理影响; 医疗保健; 临终关怀

〔中图分类号〕 R821.4 〔文献标志码〕 A doi:10.3969/j.issn.1672-271X.2014.01.041

多数干休所的老干部居住在面积不大的同一个院内, 平时生活、学习、娱乐、锻炼都在一起。这就使得老干部间信息交流畅、消息传递快、情感影响大、情绪感染重, 好消息大家高兴, 好经验大家分享, 坏消息也损害着大家的心情, 甚至打击一些老干部的信心。笔者结合多年的工作实践和观察总结, 就老干部离世对健在老干部产生的心理影响和应对策略探讨如下。

1 老干部离世对健在老干部的心理影响

1.1 悲伤失落 失去了昔日在战场上结下生死之交的老战友, 或今日朝夕相处、共享晚年的好伙伴, 健在的老干部会犹如痛失伴侣一样悲恸, 他们会不由自主地回忆与老战友、好伙伴交往的点点滴滴, 内心感到无比的孤独、悲伤和失落, 而且深陷于这种情绪中不知所措, 不能自拔。

1.2 悲观自弃 由于老战友、老伙伴的离世, 加之自己已进入“两高期”, 一些老干部对自己以后的生活产生悲观情绪, 有的对自己疾病的治疗也失去信心, 自暴自弃; 有的数天闭门不出、不与人说话, 生活规律全被打乱; 有的不配合治疗、拒绝治疗, 甚至产生轻生念头。

1.3 恐惧焦虑 老战友、老伙伴的离世勾起了老干部对死亡的恐惧, 一些老干部焦虑不安、紧张失眠、脾气暴躁, 心理承受巨大压力。有的老干部四处打听离世老干部去世前的生活、病情及救治情况, 探听在抢救、后送过程中有否不妥之处和存在问题, 担心离世老干部的情形在自己身上再现。

1.4 抑郁依赖 常见于情绪失调和性格较脆弱的老干部, 他们情绪低落、心情极差、少言寡语、烦闷

沮丧, 自觉被社会抛弃、被儿女冷落, 有较强的遗弃感和依赖心理。有的老干部顾虑多、疑心重, 总怀疑自己患了不治之症, 一举一动都可能带来严重后果, 因此经常是自己能够做的事也不做或不愿做, 凡事依靠他人, 希望家人、医务人员经常守候在身边才放心。

2 应对策略和措施

2.1 努力保证医疗保健的高质量, 最大限度提高老干部健康水平 医疗保健的质量、老干部身体素质和健康水平的高低直接或间接地关系到老干部离世对健在老干部的心理影响的大小。干休所应努力提高医护人员的医疗技术、责任意识和服务水平等综合素质, 确保医疗保健的高质量、高水准。抢救工作保证做到组织、人员、技术、车辆、药品、器材、预案“七落实”, 做到急诊到场及时, 抢救措施正确, 后送果断迅速, 使老干部对卫生所平时医疗保健、急诊时抢救和处置有足够信心和信任, 消除他们的后顾之忧。据平时观察发现, 老干部身体越好, 老干部离世对他们的心理影响就越轻, 老干部身体越差影响则越重。所以, 干休所应在保证医疗保健高质量的同时, 采取多种措施提高老干部的身体素质和健康水平, 努力使他们不生病、少生病, 减少老干部离世对他们的心理影响。

2.2 不断提高生活保障中心和娱乐中心建设水平, 让老干部在愉悦中安度晚年 提高老干部物质文化生活水平, 是增强老干部生活信心的重要因素。干休所应注重加强生活保障中心和娱乐中心建设, 确保老干部衣食住行等生活得到全面周到有效照料, 服务工作切实做到精细化、个性化、亲情化^[1], 在完善阅览室、棋牌室、荣誉室、书画室、健身房、桌球、乒乓球室等硬件设施的同时, 积极支持和配合书法协会、钓鱼协会、桥牌协会、网球协会等协会的工作,

开展多种多样的娱乐、文体活动,让老干部真正体会到党和组织对他们的关心和温暖,让他们在快乐中转移注意力,在娱乐中加快对悲痛遗忘,并对生活产生希望、信心和乐趣,在愉悦中安度晚年。

2.3 加强养生知识及自然规律知识的宣传,及时进行心理干预和安抚 心理健康保健是躯体健康的基石,也是老干部保健工作的重要组成部分。老干部心理特征既有老年人心理的共同特征,又有特殊的心理特征^[2]。干休所应积极宣传老干部政策和离退休制度,使老干部充分体会到党和国家给予的荣誉、关怀和温暖,改变他们“夕阳无限好,只是近黄昏”的消极观念。在大力宣传养生知识的同时,也加强人生观和自然规律知识的宣传,使老干部更地了解认识和生老病死是自然规律^[3],培养他们积极的生活态度、豁达的性格、随和的性情、广泛的兴趣,笑对生活和病痛,乐观和坦然地看待衰老和病逝。在宣传教育形式上,可采取板报心理宣传、集体讲课引导、个别心理安抚等方法,加强对有心理障碍和悲观情绪的老干部进行心理干预和疏导,使他们以健康、乐观的心态面对生活、挫折和病痛。

2.4 积极做好临终关怀和善后工作,使老干部坦然面对生老病死 临终关怀的主要工作是挽救生命、减轻痛苦、延长寿命、提高生存质量。它包括医疗关怀、护理关怀、心理关怀、家人关怀和组织关怀^[4]。临终关怀也是社会文明进步的标志,是随着社会发展人们对生命质量提出的更高要求^[5]。做好临终关怀和善后工作,不仅能缓解病重老干部本人,同时

也能极大地缓解其他老干部的悲观、紧张和恐惧心理。所以,让老干部在生命的最后时刻刻生有尊严,活有质量,最后能走得安详,已成为干休所卫生所工作面临的一个重要课题^[4]。在临终关怀工作方面,应把重点放到病重老干部身上,为病重老干部专门设立家庭病房,坚持每天巡诊,送医送药上门,观察病情变化、了解治疗情况,及时与上级医院取得联系,请专家指导、会诊等。此外,定时安排心理医生上门倾听老干部的倾诉,介绍病情及治疗情况,并作心理干预和安慰,真正把临终关怀当作一项特殊任务来完成。在善后工作方面,干休所应妥善安排好老干部老伴和家人的生活,解除老干部的后顾之忧,使老干部以乐观的心态坦然面对生老病死,让他们放下忧虑,忘掉恐惧,安详地走完人生最后一程。

【参考文献】

- [1] 胡燕红. 干休所做好干部医疗保健工作的几点思考[J]. 东南国防医药, 2011, 13(3): 285-286.
- [2] 赵雷, 李建军. 军队离退休干部心理卫生保健浅析[J]. 中华保健医学杂志, 2011, 13(5): 427-428.
- [3] 郑秋甫. 科学养生与保健——兼谈养生论(二)[J]. 中华保健医学杂志, 2011, 13(2): 175-176.
- [4] 秦根生, 孙红娟, 刘勇, 等. 在干休所开展临终关怀工作初探[J]. 中华保健医学杂志, 2012, 14(1): 63-64.
- [5] 马晓. 临终关怀“优逝”理念在教学中的导入[J]. 中国医学伦理学, 2010, 23(2): 73-74.

(收稿日期: 2013-11-17; 修回日期: 2013-12-08)

(本文编辑: 史新中)

(上接第 101 页)

保持新颖性,补充了病区休闲读物订阅量不足的矛盾,丰富了休养员文化生活。

2.3 对过刊实行数字化管理 在传统的过刊管理中,纸质中文过刊是图书馆文献信息资源建设的主体之一^[5]。电子期刊和论文数据库,具有检索方便快捷、易保存、便携带及连续性强、利用率高等优点。医院应充分利用现代信息技术,加大期刊的数字化管理力度,逐步实现由纸质管理已向数字化管理的转型,充分利用馆际互借与数字传输等现代信息技术手段^[6],大力引进 CNKI 中文全文数据库、硕博学位论文全文数据库、CHKD 会议论文全文数据库、万方资源库以及英文生物医学期刊库等,并尽力减少对纸质期刊的订阅数量。通过加强过刊数字化管理,进一步减轻图书馆空间压力,提高文献资

料检索效率。

【参考文献】

- [1] 赵宁志, 王艳莉, 曾学云, 等. 构建节约型军队医院的探讨与实践[J]. 人民军医, 2013, 56(2): 234-235.
- [2] 苏静芹. 数字化时代公共图书馆过刊资源建设新思考[J]. 高校图作, 2012, 32(4): 64-67.
- [3] 袁桂. 网络时代下中医高职高专图书馆期刊管理工作探析[J]. 中医药导报, 2013, 19(4): 131-132.
- [4] 胡越慧. 中文过刊成本效益分析及保存策略研究[J]. 图书馆建设, 2013(1): 25-28.
- [5] 成惠萍, 刘冬梅. 结合馆藏现状分析过刊管理与合作储存[J]. 农业图书情报学刊, 2012, 24(7): 105-108.
- [6] 鲁玥, 梁智年. 关于馆际互借服务可持续发展的分析与建议[J]. 图书馆工作与研究, 2013(1): 96-99.

(收稿日期: 2013-09-24; 修回日期: 2013-11-18)

(本文编辑: 史新中)