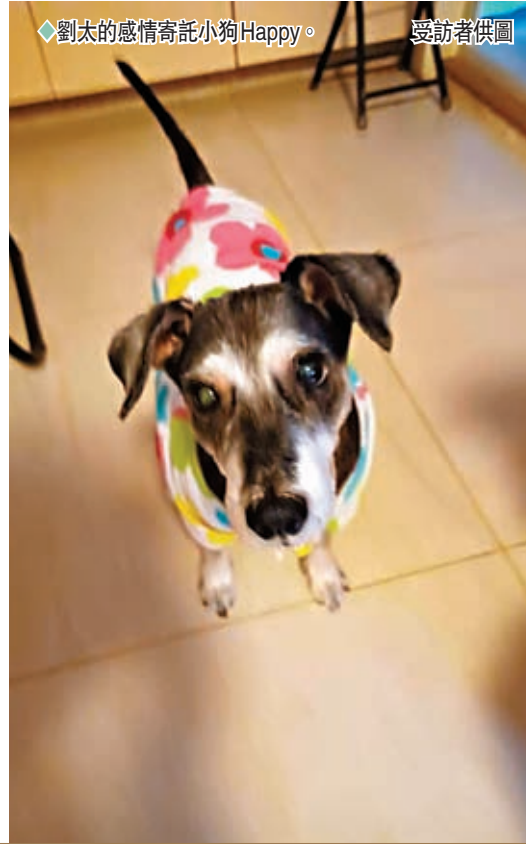




◆疫下的劉太太靠網絡維持娛樂與社交，她有三部電話、一部iPad，分別用來聯絡子女朋友、打機、聽電台、聽佛經等。  
香港文匯報記者萬靈霜 攝



◆劉太太的感情寄託小狗Happy。受訪者供圖

## 從愛跳舞「貪玩」婆婆 到零社交孤寂老人

# 疫下獨居長者：一人一狗相守三年

### 後疫情實錄

長者篇

如果將本世紀每十年賦予一個放諸四海而皆準的關鍵詞，前兩個十年也許會是「互聯網」和「智能手機」，我們正在經歷的第三個十年則極有可能是「新冠肺炎疫情」，這是人類史上極少數、不分國家種族、全人類共同經歷的噩夢。近期，疫情漸趨，社會邁向復常，但在疫情洗禮下的人際關係、娛樂、家庭結構等不知不覺在改變，對長者的衝擊尤其深遠。香港文匯報記者在疫情爆發初期，曾訪問過一位疫前熱愛廣場舞、做義工……生活精彩萬分的獨居長者劉太太，在疫下變得深居簡出。記者近日再次登門拜訪，她仍活在病毒的恐懼中：零社交、一次出門買足十天的飯菜、與子女大半年未曾見面。昔日「貪玩」心境一去不復返，「我知道不可以再隱蔽下去，但要給我時間適應，多點出街，多點見親戚朋友。」

◆香港文匯報記者 唐文

再次踏足77歲劉太太位於中西區的唐樓，一樣是滿屋囤貨，廚房堆滿麵粉、乾糧，雪櫃「塞爆」飯菜，皆因她為抗疫甚少踏出家門，一般每十天外出採購大量飯菜、日用品再搬回家，滿滿的抗疫物資，彷彿填補她內心的空虛和不安。

#### 雪櫃彷彿子女替身 塞滿親手製包點

劉太太的一對子女早已成家立室不與她同住。疫情爆發前，子女會經常回來嘗嘗她最擅長的包餃、豆沙餅等食品；疫情爆發後，劉太太「抗疫大過天」，「我同他們（子女）講，哪個都不要來……我真是承擔不到（感染）的風險，我同兩個子女自今年農曆年之後都沒見過面。」

不相見，但更魂牽夢縈。口說不相見，身體十分誠實的劉太太經常不知不覺地親手包子女喜歡的水餃及包點，然後放在雪櫃備着，彷彿雪櫃成為子女的替身，將劉太太的包點也吞進肚。

現在，通訊軟件也成為兩代人的溝通橋樑，透過視像通訊掌握彼此的近況，但愈了解就愈揪心。女兒早前因應疫情暫時停工，禍不單行是在家中意外受傷留下疤痕，早前特意跑去紋身遮蓋疤痕；從事地產代理的兒子因疫下經濟不景，業務多少受到影響，作為母親的劉太太怎能不擔心？

#### 小狗Happy形影不離 唯一情感寄託

獨處、足不出戶、零社交，已成為疫下獨居長者的新常態，唯一能寄託情感，或者就是跟劉太太形影不離的小狗Happy。她把Happy的健康看得比自己還重要，「之所以這麼害怕中招，是因為如果我自己感染了，就沒人照顧牠嘞。」

被需要是一種什麼的感覺？劉太太誰也清楚，Happy對劉太太的依賴，令她充滿「存在感」，更捨得為牠付出：「有時養狗比人花費都多。我膝頭哥不好，沒有辦法為牠沖涼，要專門請人上門做，一次400元（港元，下同），還要請人幫牠剪毛。牠吃的狗糧都是我在認識

了好久的寵物店購來的，一包200元，可以吃十幾天。」

劉太太還觀察到Happy對拖把非常害怕，似乎被前主人用拖把打過，為免刺激牠，劉太太會選在Happy睡着時才拖地。

說到收養Happy的經歷，也有一段故事：「8年前，我同家人聖誕節在荃灣食飯，天氣好冷還要下雨，有個女仔周街問人要不要養狗，因為她同男朋友分了手，Happy是兩個在一起的時候養的，現在要棄養送人。」一想到天寒地凍，Happy難以獨自生存，劉太太當下就決定收養，「養狗就要對牠負責，不好鍾意就養，不鍾意就掉。」

#### 想重拾熱鬧生活 卻感覺回不到過去

為保護Happy，在疫情爆發後，劉太太主動減少外出，與家人朋友基本上轉為線上交流，連疫情前最愛的廣場舞也放棄，「我住西環，之前十多年會坐巴士去華貴邨跳廣場舞，但過去三年沒再去過，『舞友』都很思念我。我們有群組，大家在群裏聊天，有時她們想叫我出來跳舞之後飲茶，我擔心太多人，還是不敢去。」

隨着特區政府逐漸放寬防疫政策，劉太太明白永遠幽居避世不是辦法，或許是時候恢復以往的熱鬧生活，但卻有種回不去的感覺，「現在年紀大啦，應該熬不到夜。我會先試下多出街，見點親戚朋友。」



◆劉太太的雪櫃堆滿子女愛吃的食物，卻因疫情不敢讓他們上門相聚。香港文匯報記者萬靈霜 攝



◆劉太太一次出門買足十天的飯菜。資料圖片

### 專家之言

為了避疫，大多數長者都長期留在家中，令他們的社交活動減少，與親友聯繫減少，令長者的身心健康都受到影響，甚至會鑽牛角尖，萌生輕生念頭。在疫情期間，香港長者權益協會總幹事李立航遇過不少基層、中產長者，他們因為社交圈子縮小而鬱鬱寡歡，需要由他人慢慢打開其心扉，他認為特區政府擬成立的地區關愛隊，將可深入社區與獨居長者等交流，為他們提供幫助，又呼籲長者的親友多主動與對方聯絡，讓他們感受到有人關心，才會打開心扉傾訴求助。

#### 無人主動問候 長久變「孤島」

李立航向香港文匯報表示，疫情對長者的影響是巨大的。疫情下，大部分社交活動停滯，部分知識水平低、收入差的長者未必會使用社交平台與親友聯絡溝通，若親友不主動聯絡長者的話，久而久之長者就會變成一個「孤島」，對其身心健康構成不良影響，尤其是不善表達和交流的長者更需要特別關注，「這些長者可能不健談、沒太多朋友，退休後的社交圈子更小。」

他曾在北區接觸一位之前在酒樓負責推點心車的長者，工作時由於不需要與同事及顧客打交道而不習慣與人交流，獨居生活較少與親友交談。在疫情下，這類長者感到健康、心理上不妥時多會拒絕主動求助，令他們的

負能量日積月累，容易產生自殺等極端念頭。除了經濟困難的長者外，即使是資源較為充足的長者，在面對親友離世時也會性情大變。李立航表示，他認識一名退休前經營診所的西醫長者，過往經常跟病人、護士等談笑風生，生活起居則依靠妻子。當妻子過世後，這位富裕、接受過高等教育的長者彷彿失去生活技能，社交圈子越來越窄，「收入與溝通能力無關係，不是說收入高的人，就善於表達和社交，我們也花好多時間打開他的心扉。」

倡地區關愛隊 常探望獨居老人

李立航呼籲社會各界要多關心長者，而政府擬調撥資源為長者提供幫助，例如施政報告提出成立的地區關愛隊，可以進入社區探望獨居長者，了解近況及困難等，「這些社工或義務工作者可以開始與長者慢慢、深入接觸，久而久之便會建立信任，長者較樂意開口表達需求。」

他強調，與長者較為相熟的親友，與長者接觸是比較容易的，呼籲他們定期主動聯絡長者，「無論是電話、視像或是親自探訪，將這個動作日常化，長者習慣了，有事時便會知道要向誰傾訴，長者亦是非常期盼親友的聯絡及關心的。」

◆香港文匯報記者 張弦

親友主動聯絡 打開長者心扉

## 疫情修復黑暴撕裂 大家庭享天倫樂



◆丘女士（前排右一）和堂妹們曾因政見不同幾年不往來，卻在疫下重拾親情。受訪者供圖

新冠肺炎疫情影響着香港每個家庭，但是禍是福因人而異。70歲的丘女士因為受疫情阻隔，反而令家人更珍惜得來不易的天倫樂，其家庭成員在這場疫情中，摒棄修例風波期間出現的隔閡，彼此放下不同的政見，回歸親情。

#### 放下不同政見 親戚相約飲茶

丘女士成長於廣東省一個大家庭，其父母共生育6名子女，她是長女，年幼時被送來香港投靠祖父母，自此在香港落地生根，與丈夫育有一名獨生女。丘女士幾名弟妹早已移居外國，同輩之中有幾名堂兄妹及表親仍在港生活，以往較常見面，但早年的修例風波使所有人也要「選邊站」，政見不同就水火不容，親情也無面界。

他們一家人因為政治意見分歧而出現關係疏遠，丘女士與其中一名堂妹鬧翻，曾經3年沒有同桌聚餐。直到疫情爆發，病毒威脅每人的性命，各人突頓悟人生無常，更珍惜成為親人的緣份。其間，一名長輩離世，促成這個瀕臨決裂的家族再次聯繫並和解。丘女士疫下經常與堂妹們相約飲茶，享受天倫之樂。

還在香港生活，大家普遍生育子女都不多，「我的5個堂妹，個個也都只有一個小孩。」丘女士本人只育有一名未婚的獨生女，早年女兒已搬離家，令丘女士與丈夫成為「空巢老人」。每天對女兒牽腸掛肚，內心是希望對方盡早找到歸宿，但因為疫情使後生一輩的社交活動減少，覓偶更困難，丘女士說：「只有隨緣。」

◆香港文匯報記者 唐文

## 怎麼會變成這樣？盼港早復常

「為什麼搞成這樣？『非典』時我甚至口罩都沒戴，生活沒絲毫改變，但現在……」3年來，防疫基因已融入劉太太血液中，長期宅家抗疫，偶然外出也必定會由頭包到腳，回家後

第一件事是用消毒產品噴灑身體，把鞋清潔好才入屋，閒時會在家中打掃，確保一塵不染。她直言對疫情感到痛心，「為什麼香港搞成這樣？希望香港早日回復過來。」