

恋旧心理 囤积过度

# 收纳不当或存健康风险

有的人将部分有纪念意义的物品精心保存,有的人舍不得丢弃还有实用价值的物件,还有的人,无论物品价值几何,都不忍舍弃。这背后折射出老年人怎样的心理状态?过度囤积会带来哪些健康风险?对此,记者请教心理学、全科医学等方面专家进行解析。



图片来源:IC photo

实际价值如何,都难以舍弃,不断囤积,不加以分类整理,也不想出售废品,囤积行为严重影响到正常生活和家庭成员关系时,就要警惕病理性的囤积行为问题,需及早就医。

## 收纳不当警惕三大风险

囤积旧物不当还会引发哪些健康风险和安全隐患?杭州市第三人民医院全科医学科主任李鹏表示,老年人应警惕感染、过敏和跌倒风险。

有的老年人在囤积旧物时,不重视归纳整理、合理摆放,而是将旧物塞至角落,一堆了之。家中若设有专门的杂物堆积处,这部分空间通常较为密闭、阴暗。杂乱、密闭、潮湿的空间是细菌和微生物滋生的温床,尤其是霉菌的产生。旧物一旦堆积太多、太久,就会大大增加居住者呼吸道感染风险,而老年人群自身免疫功能较差,更容易感染,会严重危害身体健康。

囤积物品可能会用到纸箱,还有的老年人喜欢在家中堆放报纸或旧家具。纸箱、报纸和家具中含有苯、甲醛等化学成分和尘螨,长期在密闭空间中集聚、挥发,这些化学成分和尘螨容易引发老年性过敏性疾病,包括过敏性鼻炎、过敏性皮炎等。

乱堆旧物还容易导致老年人摔倒,而老年人跌倒容易出现骨折情况。李鹏表示,每年都有不少因被家中杂物绊倒到医院就医的老年患者。若其中藏有堆积多年的铁锈、木屑等危险物,还要警惕破伤风、伤口感染等风险。

专家建议,老年人在囤积旧物时,应及时做好归类整理。如果自己不舍得扔,或吃不消整理,可以让子女帮助进行“断舍离”,营造一个更加舒适、整洁的生活空间。

(据《浙江老年报》林乐雨)

## 旧物是过去的延续

老年人为什么热衷囤积旧物?浙江理工大学心理系主任马凤玲教授表示,这类行为多数时候是恋旧心理的体现,也可能是节俭生活模式的延续。

恋旧并非老年人专属,不少80后、90后年轻人也常怀念小时候的零食、游戏等,只是恋旧心理在老年人中相对更为普遍。

著名心理学家埃里克森提出人格发展的八阶段理论,描述人从出生到老年的心理发展过程,强调在不同阶段面临的心理冲突和应对方式。埃里克森认为,老年期是个体回顾自己的一生,总结经验并寻找生活意义的阶段,是人生自我完善的重要方式。

“如何回顾和总结自己走过的人生,追寻其中的价值?囤积下来的旧物是不可或缺的依据。”马凤玲告诉记者。

睹物思人忆往昔。老年朋友珍藏多年的物件,往往与其人生中的高光时刻或想要保留的生活体验密切相关。也许是一张照片、一本荣誉证书

书,或者是一份纪念品,这些老物件可能在别人眼里毫无价值,但对收藏者而言弥足珍贵。它们是一座桥梁,将老人和过往、价值连接在一起。

马凤玲表示,有珍藏价值的旧物若代表着正面的经历或积极的情绪,它对促进老年人心理健康会产生积极意义。

除了珍藏有纪念价值的老物件外,还有的老人对身边几乎所有的东西都比较爱惜,不轻易丢弃物品,总觉得扔掉可惜,说不定什么时候就能派上用场。马凤玲认为,这是因为许多老年人经历过物质相对匮乏的年代,勤俭节约成为刻在骨子里的时代烙印。囤积旧物既是年轻时生活模式的一种延续,也能够给老年人带来安全感。

## 囤积过度或是健康预警

“囤积旧物是老年人的常见行为,但若是过度囤积,就要警惕是否是囤积症。”杭州市富阳区第三人民医院老年精神科华浩水主任医师提醒。

华浩水表示,囤积症属于精神疾病的一类,与强迫症类似,表现为强迫性地囤积东西,患者在添置新东西的同时,不舍得扔掉旧物。成人囤积障碍发病率约1%至3%,老年人、男性较为常见。

研究表明,患有严重囤积症的老年人,脑功能存在明显紊乱,从而导致对物品的认知障碍并形成病态的依恋。这类人通常特别害怕丢弃物品,会夸大物品的作用。有的患者常常会说,失去某些物品就好比失去了自己的一部分。也因为脑功能障碍,他们表现出对物品放置的感知减弱,无法分类,也容易忘记与物品相关的重要信息,总喜欢将物品放在视线范围内。

囤积症患者通常对自己的行为没有自知力,更不认为这是一种疾病,往往不愿接受或不配合治疗。目前对于囤积症还缺乏有效的治疗方法,主要采用以认知行为治疗为基础,辅以药物的综合治疗方法。

如何区分正常的囤积行为与囤积症?华浩水表示,如果在囤积过程中,出现持续性丢弃困难,不管东西

## 我国将规范长护险失能等级评估机构定点管理

国家医保局近日发布《长期护理保险失能等级评估机构定点管理办法(试行)》,对定点评估机构的确定、运行管理、监督管理等方面作出规定,推动长护险失能等级评估机构定点管理更加规范化、标准化、科学化。

我国长护险制度于2016年启动试点,目前全国49个试点城市参保覆盖1.8亿人。推进长护险评估机构定点管理规范统一,将确保广大人民

群众更加公平、公正、及时享受长护险待遇。

办法明确,申请成为定点评估机构,应当同时具备以下基本条件:已依法登记注册,能够开展失能等级评估工作,正式运营至少3个月;具备与评估工作相适应的专业化人员队伍;具有固定的办公场所,配备符合评估服务协议要求的软、硬件设备和相应管理维护人员;具备使用全国统一的医保信息平台长护险相关功能

的条件;具有符合评估服务协议要求的服务管理、财务管理、信息统计、内控管理、人员管理、档案管理等制度;符合法律法规和省级及以上医疗保障行政部门规定的其他条件。

评估机构可自愿向统筹地区医疗保障经办机构提出定点申请。申请受理后,经综合审核、社会公示通过的评估机构,通过协商谈判、自愿签订评估服务协议,被确定为定点评估机构。

办法还提出了定点评估机构的运行管理要求,要求定点评估机构应加强内部建设,明确提出建立健全内部质量控制制度、人员管理制度、评估档案管理制度、信息安全管理等。此外,办法规定对定点评估机构的监督管理要求,明确医疗保障部门对定点评估机构加强监督、考核、日常管理,规定医保行政部门和经办机构监管职责和内容等。

(据新华社 彭韵佳)