

Thăm Nhà An Dưỡng (Assisted Living)*

Ngọc Hạnh

Hoa kỳ đang vào mùa Xuân, thời tiết tương đối ấm so với các tháng trước nhưng vùng Hoa Thịnh Đốn ra đường vẫn cần mặc áo khoác nhẹ. Đó đây hoa Xuân rực rỡ, cây đầy lá non xanh mượt mà. Hoa hồng, hoa impatient, petunia, hoa pansy, begonia xanh, đỏ, tím, vàng tươi đẹp và khoe sắc màu tươi thắm. Vẫn thường đi bộ trong xóm khi trời đẹp, nhìn ngắm cây kiểng, sân cỏ của thiên hạ cũng vui mắt.



Thăm Viện An Dưỡng Ở Mclean, Virginia:

Hôm cuối tuần chị bạn rủ Vân đi thăm người bạn thân của gia đình đang ở nhà An Dưỡng ở McLean, Virginia cách nhà chừng 30 phút lái xe. Bà Cụ này tạm gọi là cụ Tư đã 99 tuổi, khỏe mạnh, đi đứng bình thường trong nhà nhưng ra sân cần có cây gậy chống cho an toàn. Trước kia Cụ ở chung với vợ chồng con gái và cháu ngoại. Nay cháu ngoại có chồng ở riêng, vợ chồng con gái đều đi làm. Hai người không dám để Cụ ở nhà một mình. Người trông nom Cụ một ngày 8 tiếng từ thứ hai đến thứ 6 đã xin nghỉ do bận việc gia đình. Mướn người mới bất tiện vì không tin cậy, các con cũng không muốn có người lạ trong nhà. Cuối

cùng vợ chồng người con đưa cụ đến xem nhà An Dưỡng xinh xắn trong vùng và cụ đồng ý đến đây ở những ngày cuối đời.

Nhà An Dưỡng rộng và đẹp gồm ra 2 khu vực trong vùng đất rộng: Independent Living và Assisted Living. Giá tiền phòng hai nơi cũng khác nhau. Phòng ăn, phòng khách, phòng sinh hoạt nơi này rộng rãi, cửa kính trong suốt, thoáng mát. Chúng tôi đến thăm khi Cụ đang trò chuyện với những người cùng ở trong viện nơi phòng Sinh Hoạt. Họ là những người da trắng và có lẽ lợi tức họ cao nên cư ngụ nơi rộng rãi xinh đẹp như thế. Cụ Tư vui lắm khi gặp chúng tôi và sau khi mừng rỡ chuyện trò giây lát, con Cụ mời chúng tôi vào phòng riêng ở tầng trệt.

Chúng tôi ngồi trong phòng cụ Tư nhìn qua cửa kính cũng thấy cây cảnh, hoa cỏ tốt tươi rực rỡ, người đi lại bên ngoài. Từ phòng cụ Tư đến phòng Tiếp Tân rất gần. Hằng ngày có người giúp cụ Tư thay đổi y phục, đưa cụ ra phòng ăn hay phòng sinh hoạt. Hôm nào Cụ không muốn ra phòng Sinh Hoạt để trò chuyện với các cụ khác thì ở lại trong phòng riêng cũng có bàn viết để Cụ vẽ vời, viết lách hay nghỉ ngơi nếu muốn. Phòng Cụ có phòng khách nhỏ, có trà nước ly tách, tủ lạnh nhỏ, có trái cây... có thể mời khách giải khát. Trong phòng có bàn ăn, nếu không muốn đến phòng ăn, cụ Tư có thể gọi họ mang thức ăn tận phòng.

Khi thăm nhà An Dưỡng cụ Tư cư ngụ, Vân thầm nghĩ nếu có điều kiện được ở nhà An Dưỡng như cụ Tư thì thích quá. Vì viện An Dưỡng gần nhà nên các con đến thăm hàng ngày, các tiên nghi y tế, vật chất quá đầy đủ.

Viện An Dưỡng Fairfax, VA :



Nhớ mấy chục năm trước khi gia đình Vân mới định cư được cô em bảo trợ về vùng Hoa Thịnh Đốn, Hoa Kỳ. Anh Xã Vân nhờ tiếng Anh lưu loát nên có việc làm sớm. Vân phải đi học thêm Anh ngữ mới có thể xin việc làm. Cũng may gần nhà cô em cách khoảng 15 phút có một Assisted Living lớn. Em có người quen cho biết nếu muốn nghe và nói tiếng Anh mau tiến bộ nên đến thăm các cụ cư ngụ trong viện An Dưỡng vào ngày giờ viếng thăm viện quy định. Các cụ cũng muốn có người chuyện trò vì con cháu ở xa không thăm viếng thường xuyên.

Vân thăm cụ Betty là cô giáo hưu trí, chồng mất vài năm trước. Chồng Cụ ngày xưa có làm việc ở Việt Nam một thời gian nên Cụ biết ít nhiều về Việt Nam và có cảm tình với người Việt. Cụ vui, kiên nhẫn nói chuyện với

người mới nhập cư như Vân. Đôi khi Vân đến thăm và cùng đi bách bộ với Cụ trong khuôn viên Viện An dưỡng. Khi chuyện trò câu nào nghe không rõ hay không hiểu thì viết xuống giấy như người câm và điếc.

Nơi này rộng rãi phong cảnh trang nhã xinh đẹp, cây to bóng mát. Vườn hoa sân trước sân sau có nhiều loại hoa khác nhau, sân cỏ xanh mướt. Có bãi đậu xe dành riêng cho các cụ. Nhân viên hay khách đậu xe nhằm chỗ dành riêng cho các cụ là xe có thể bị "tow" (kéo đi). Viện có khu đất nhỏ, có đất, có phân và dụng cụ làm vườn để cụ nào muốn trồng hoa tưới nước thì họ giúp. Nay khu vườn dành cho các cụ thành bãi đậu xe. Một số các cụ ngụ trong viện còn lái xe đi loanh quanh trong vùng nhưng khi đi và khi về phải ký tên vào sổ ở phòng tiếp tân.

Viện có 350 phòng chiếc và đôi. Mỗi phòng có phòng khách, phòng ngủ, bếp nhỏ, phòng vệ sinh đầy đủ như căn hộ nhưng giá không rẻ chút nào. Ăn thực ngày 3 bữa, tùy mình chọn thức ăn trong thực đơn đưa đến từ chiều hôm trước. Bếp trong phòng riêng trên lầu chỉ để nấu chút ít hay hâm nóng thức ăn mà thôi. Tủ lạnh cũng nhỏ chỉ đủ 1, 2 người dùng.

Mỗi tuần có xe van đưa các cụ đi mua sắm vặt trong các siêu thị gần hay đi ngoạn cảnh. Ai đi thì ghi tên và không phải trả tiền nhưng gia đình hay thân hữu đi theo thì trả số tiền nhỏ. Viện An Dưỡng có Happy Hours 2 lần một tuần. Các cụ có thể uống rượu nhẹ, nước trái cây hay trà tùy ý, nghe nhạc, ăn bánh và khiêu vũ với nhau. Thỉnh thoảng có ban nhạc mang nhạc cụ, kèn, trống... ca sĩ đến đàn hát giúp vui. Viện có phòng làm đẹp (beauty salon): cắt tóc gội đầu cho quý cụ ông, làm tóc, làm móng tay cho các cụ bà...

Tóm lại các cụ khi có tuổi nhưng **chưa bệnh tật**, không muốn phiền con cháu gia đình thì vào viện An Dưỡng. Viện sẽ chăm sóc y tế, lo việc ăn uống, giải trí cho các cụ. Gia đình không phải lo ngại khi các cụ ốm đau thành linh không ai bên cạnh. Ngoài ra viện còn có dành mấy phòng tiện nghi như khách sạn để thân nhân ở xa đến thăm các cụ có thể nghỉ qua đêm, không phải ra ngoài ở trọ.

Ngoài 7 tầng lầu cho các cụ residents cư ngụ, viện còn có khu Y Tế bên cạnh rất rộng với khoảng gần 100 giường. Nơi đây có y tá, y công suốt ngày đêm. Họ làm việc 3 ca, sáng, chiều, tối. Khi các cụ ốm đau có bác sĩ thăm viếng và chuyển đi Bệnh viện nếu cần. Khi nhà thương cho xuất viện các cụ trở về phòng riêng như trước. Nếu Cụ cần chăm sóc y tế như đo mạch, cho uống thuốc đúng giờ... các cụ được chuyển đến khu Y Tế của viện. Nếu chỉ ở khu Y Tế thời gian ngắn, các cụ giữ phòng riêng. Nếu các cụ cần săn sóc Y Tế lâu dài các cụ sẽ trả phòng riêng để khỏi phải đóng tiền 2 nơi. Phần lớn các cụ có bảo hiểm tốt trả cho các dịch vụ Y Tế. Có khi cả cụ ông và cụ bà đều ở nhà An Dưỡng từ trên lầu xuống phòng Y Tế thăm viếng nhau cũng tiện. Phần lớn các cụ tuổi thất thập trở lên nhưng săn sóc cho người bạn đời ốm đau rất ân cần dễ thương. Cụ bà nằm khu Y Tế là cụ ông sáng nào cũng lọ mọ đến chuyện trò khi cụ bà ăn sáng, ăn trưa. Hôm nào cụ ông bận việc đến muộn là cụ bà hờn không chịu ăn hay uống thuốc, phải điện thoại mời cụ ông xuống dỗ dành.

Nhân Viên Người Việt:

Thời kỳ ấy có 2 cậu học trò Việt Nam làm ở nhà bếp, đẩy xe thức ăn đến phòng ăn... Hai em sáng đi làm viện An dưỡng, buổi chiều đi học Đại Học Cộng Đồng (Community College). Cả hai nhanh nhẹn, lễ phép nên được các Cụ yêu mến. Được biết về sau 1 em là Kỹ sư điện, 1 em học về tài chánh. Em cho biết khi học trường Cộng Đồng đủ tin chỉ, em xin vào Đại học. Vân rất vui khi biết các em thành công nơi xứ người. Cha mẹ các em có lẽ cũng hài lòng vì con mình tuy xa quê hương, nghèo nhưng chịu khó học hành để không làm gánh nặng cho xứ Cờ Hoa và có thể giúp đỡ người khác Thật là:

*Quê người lúc trẻ chịu long đong
Học hành chăm chỉ đã thành công
Ngợi khen con cháu dòng Hồng Lạc
Nghịch cảnh không chùn những ước mong*

Viện An Dưỡng Arlington, Virginia:

Cách đây vài khoảng 3 năm có người bạn học của chồng Vân là một giáo sư Anh Văn. Chị tốt nghiệp Đại học Việt Nam, đến Mỹ tu nghiệp và có chồng người Mỹ làm việc ở bộ giao Hoa Kỳ. Khi chồng chị qua đời, ít lâu sau, không có con, chị vào ở nhà An dưỡng để khỏi làm phiền các cháu. Chị có cô cháu gái đến thăm gần

như hằng ngày, đón chị về nhà chơi vào những ngày nghỉ, đưa đi đây đó, đến các thương xá, siêu thị để mua các thứ cần thiết, dự các buổi tiệc gia đình vì chị có bà con cư ngụ trong vùng. Chị cho biết những người trong viện phần lớn là Mỹ trắng, vài người Đại Hàn... Họ có học thức, nói năng chào hỏi lịch sự. Chị là người Việt duy nhất trong nhà An Dưỡng. Viện phí tuy cao nhưng chị có hưu bổng của 2 vợ chồng nên cũng thoải mái.



Viện An Dưỡng này ở vùng Arlington cách thủ đô Hoa kỳ chừng 20 phút lái xe nên khách đến thăm phải đậu xe dưới hầm, không có bãi đậu xe lộ thiên. Vườn hoa của viện cũng nhỏ nhưng có vườn hoa công cộng xinh đẹp ở gần, đi bộ chừng 5- 7 phút. Viện có khoảng 10 tầng lầu. Phòng ăn, phòng sinh hoạt, phòng tiếp tân nằm tầng trệt. Tuy nhiên có nhiều thang máy nên di chuyển cũng nhanh.

Hỏi có chị có buồn khi ở nhà An Dưỡng một mình, chị trả lời là chị ở một mình đã quen từ khi anh mất. Và lại phòng Sinh Hoạt cũng có nhiều trò giải trí, chơi cờ, đánh đàn, đọc sách... Có vườn hoa xinh đẹp để ngắm nhìn, thường thức nhưng khỏi trồng hoa tưới nước. Có người nấu ăn dọn dẹp, thay khăn trải giường, giặt

giũ quần áo... khỏe re.

Theo chị mỗi người một số phận nên chị vui với những gì trong tầm tay. Lúc chị có chồng Mỹ gia đình không vui nhưng nhờ người chồng Mỹ mà vào tháng 4 năm 1975 gia đình hơn 20 người di tản đến Mỹ an toàn, không tốn kém chi cả. Có 1 người em còn sót lại vì không chịu đi, ở lại để phục vụ quê hương khi nước nhà thống nhất. Về sau vượt biên mấy lần, tốn kém mất mát tiền bạc mới đến xứ tự do. Theo chị mình nên ăn ở tử tế tốt lành, giúp ai được thì giúp. Mọi việc "ra sao về sau" ai biết được nhưng chị tin ở hiền gặp lành, sống yêu thương thì sẽ được thương yêu. Nếu có việc không may xảy đến cũng chẳng nên buồn phiền làm ảnh hưởng đến sức khỏe và cũng chẳng thay đổi tình trạng...

Chị cho biết các em chị lúc mới định cư Hoa kỳ còn nhỏ, vợ chồng không có việc làm nên lo lắng nhưng nhờ chính phủ Hoa kỳ giúp đỡ các cô cậu đi học lại và các em, các cháu chị phần lớn đã đỗ đạt thành công. Chồng chị rất vui lòng và khen ngợi người Việt Nam nói chung.

Được định cư Hoa kỳ Vân rất cảm ơn chánh phủ và nhân dân Hoa kỳ đã giúp đồng bào và gia đình Vân, những người di cư gặp khó khăn có đời sống ổn định, từ trẻ em đến cụ già. Vân được biết có em tuổi học trò phải đi rửa bát, cắt cỏ vào những ngày nghỉ nay đã thành kỹ sư, bác sĩ nhà cao cửa rộng. Ngoài ra nhà nước còn cấp nhà, phiếu mua thực phẩm (food stamp), thẻ khám bệnh (medicaid), tiền già cho những người lớn tuổi không đi làm hay có lợi tức thấp. Nghe như đùa vì chẳng đi làm mà mỗi tháng có tiền gửi đến nhà. Còn nữa, người trẻ nghèo có con mọn thì được chính phủ cho tiền thuê người giữ con để đi làm, đi học. Hoa Kỳ như ông già giàu tử tế, cư mang giúp đỡ người khó khăn nhưng xin đừng lợi dụng, gian trá vì nhà giam sẽ mở rộng cửa " chào đón"...

Thưa quý độc giả Vân chỉ ghi lại những điều nghe thấy trong sự hiểu biết hạn hẹp của mình về đời sống người cao niên lúc hưu trí và sự giúp đỡ của chính phủ với người có lợi tức thấp, dĩ nhiên còn nhiều thiếu sót. Vân có đọc bài viết nói về nhà dưỡng lão nơi các cụ già ngủ gà ngủ gật bên mâm thức ăn nguội lạnh, không người thăm viếng. Thật là buồn khi tuổi già thiếu vắng con cháu thân yêu, thiếu người thân chăm nom săn sóc... Vân thành tâm cầu chúc quý cụ già Việt Nam quê nhà hay hải ngoại có đời sống an lạc trong tình yêu thương của con cháu, bạn bè, hàng xóm, láng giềng. Xin chúc quý cao niên:

*Cầu mong quý vị lúc cao niên
Con hiền cháu thảo sống bình yên
Bạc tiền rủng rỉnh tiêu không hết
An lạc thân tâm chẳng muợn phiền*

Virginia, Mùa Xuân 2023
Ngọc Hạnh