



熟男熟女 越老越美麗

2016-03-12 記者 謝萱穎 文



從呱呱墜地的那刻起，人類在每分每秒的流逝中不知不覺地老化，直到某一天看向鏡中的自己時，發現眼角泛起一點小斑和一絲細紋，才驚覺歲月已逝。其實老化就如空氣般無所不在，卻一直受到忽視，當歲月終於像頑皮的孩童在臉上留下痕跡，人們是否能接受變老的事實？

憂老意識高 熟齡陷危機

對「老」一詞，台灣人抱有什麼樣的觀念？國際的消費者調查機構尼爾森公司在全球調查後的數據中指出，將近半數的台灣國民認為：超過六十歲即算邁入老年，而認為四十歲以上便擠身躋身老人行列的比例更是全球比例的兩倍。可見台灣人對「老化」的意識與其他國家相比，發展地更快、更早。來自日本護膚品研發中心的研究員常長誠曾在專訪中表示，女人二十五歲過後便應該持續地使用抗皺產品，亞洲人防老、抗老的心態可見一斑。

然而試想為什麼台灣人對老化持有抗拒？公視新聞議題中心其中一篇以社會學角度認識老化的文章中可以指出其中癥結。「老頭子」、「老番顛」、「老古板」等詞語，在潛移默化中導致許多人對老化的意識形態改變、產生負面的觀感，可以說是形成「老人歧視」(Ageism)的一環。再加上身心理的退化等問題導致行動上的不便與遲緩，老年因此容易被視為被動、弱勢、需要照顧的一群。進入熟齡的人們在這樣的環境之下，似乎無可避免地被視為社會的負擔。



針對老而衍生的負面詞語導致人們產生對老年人的刻板印象。

(圖片來源/eCaring)

醫美保養 打造青春永「蛀」

其實青春與貌美並非不可分離，熟齡的人們也不需要與活力、青春、貌美切割。根據二〇一六年快樂多一點(Happy Go)的消費市場趨勢報告指出，有26.5%的熟齡男女最近一年內曾購入美容保養品以延緩肌膚衰老，其中女性在抗皺眼霜的消費比例更有48.6%之高。近年來，醫美整形更不只在年輕人之間流行，這股想要變美的風潮也讓不少六十五歲以上的熟齡選擇踏上「回春列車」，進行除皺、去斑等醫療工程。在中國青島地區的整形人數中，有將近15%的屬於中老年，其中更有高齡八十三歲的女士選擇眼皮提拉手術。號稱「美魔女」的藝人羅霈穎在邁入五十五歲之後也不諱言自己每年砸下台幣三百萬打造凍齡容顏。

醫美整形雖然是讓人逆齡成長的選擇之一，但並非每個人都有足夠的經濟能力打造出返老還童的緊緻肌膚，對抵抗力下降的中老年來說，醫美整型也存在著手術風險。耗時費力的手術過程可能提高細菌感染的機率，加上高血壓、糖尿病等問題也將提高療程風險。大多數人想要保持符合社會期待的美麗標準，恐老、防老、抗老的思想，讓他們選擇提早掏出鈔票購買抗皺產品，甚至進行美容手術。然而對變老的恐懼似乎與「年老」本身沒有太大的關聯，反而是社會對年老所加諸的「價值觀」讓害怕衰老的恐懼在社會上蔓延。

隨著身體機能的退化，在邁入老年後，許多疾病與症狀開始纏身，像是健忘、重聽以及三高(高

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 蘇格貓底二手書屋
- 文化產業 何去何從
- 修復時代記憶 老屋新生命
- 慢生活 小鎮逆轉勝
- 當影視娛樂「台味」十足

總編輯的話 / 趙廣聚



《喀報》第兩百三十四期共有30篇稿件，其中特殊媒材包含資訊圖表7則、動畫2則。

本期頭題王 / 林湘芸



我是林湘芸，時而很感性，時而很理性的雙魚女。喜歡和校狗玩。看似瘦弱但其實很能吃，缺點是吃東西很慢。希望能用自己的力量，為世界帶來一點點的改變。

本期疾速王 / 王雪琪



王雪琪就是我，不是土生土長的台灣人，南洋那裡有個地方叫做馬來西亞是我成長的地方。每天認真過日子，對生活的態度簡簡單單。喜歡就喜歡，該做就做，認真時就該認真。基本上沒在做很重要的事時，基本上思考能力都是...

本期熱門排行



慢生活 小鎮逆轉勝
麻愷暉 / 文化現象



修復時代記憶 老屋新生命
唐宜嘉 / 文化現象



「紫爆」來襲 空汗知多少
鄭宇茹 / 文化現象



文化產業 何去何從
林謙松 / 文化現象



流行歌曲面面觀
吳和謙 / 樂評

血壓、高血糖、高血脂)等等,都是常見的老年疾病。根據內政部統計處的資料顯示,台灣的老化指數於二〇一六年一月突破92.91%,人口數持續成長的老年在社會上獲得的尊重卻沒有以相同速度成長,反而仍然被歸為弱勢。許多的長者更因為無法再繼續對社會產生貢獻而產生自責感,或是自尊心無法與退化的身體調適而罹患老年憂鬱症,如此的心理疾病才是將熟齡族群與活力、青春、貌美切割的主因。



長者的老年憂鬱症比例高,就診率卻低,導致自殺現象普遍。

(圖片來源/阿波羅新聞網)

老化勢在必行 接受又何妨

台灣早已邁入高齡社會,老年的議題不能只有社會的高聲疾呼而沒有實際成效。但關心老人議題的除了社會大眾之外,老年人也應正視親身遭遇的生命歷程。市售的保養抗老產品雖然標題打得晶亮亮、廣告上的整型美容雖然效果讓人躍躍欲試,但這些行銷的本質皆源自人們對老化的害怕心理。作家簡媜在一則專訪中談到:「社會上只強調著『你不會老,你不會病,你不會死』,卻沒有人教你如何準備老?事實上,我們並沒有辦法阻止老化不要來。」當各式各樣的媒體強調應該如何避免、延遲老化來到,該如何帶著沉著智慧的心迎接下一段生命的過程才是熟齡或即將進入熟齡的人們應該面對的課題。



長者應用寬闊的心去接受老化的自然現象。(圖片來源/今日頭條新聞網)

老化是每個人都會歷經的人生洗禮,當年輕一輩無法真正接受「人都會老」的事實,這樣的恐懼心理對照顧長者或是關懷長者都是一種傷害。因為抱持著恐懼心理,害怕年老將至而選擇以逃避延緩的方式面對,讓人們在照顧長者時除了措手不及之外更多了狼狽,而這樣的循環更容易加深人們恐老的意識。倘若每個人都能接受身體、外表老化的事實,而更重視在時間的更迭中層層堆疊的智慧,就能以更開闊的心看待老化。

「生老病死是自然規律,無法抗拒,也用不著怕。年輕是資本,年老是財富。」這是導演謝晉對老的思考態度。邁入老的階段,退休後的生活還是可以做些什麼,長者的閱歷豐富,擁有饒富的人生哲學,是年輕一輩能夠效仿、學習的對象,老化不該是中斷兩個年齡層對話的原因,也不應是扼殺生命尊嚴的方式。經過人生洗鍊的長者,在處事上多了一份淡然,歲月在肉體上走過的痕跡即使越趨明顯,卻不能在持續跳動的心上留下刻痕,南韓女星崔智友在雜誌採訪中提到自己與二十歲出演戲劇的差別時表示,雖然不比當時的年輕與外表,但現在多了一份從容感。

生命痕跡 煥發成熟魅力

年紀的老化並不代表人生也得隨之衰退。老驥伏櫪,志在千里,是大家琅琅上口的詞語,人雖然會老,但若常能保樂觀開朗的態度,又怎麼會與青春脫離?社會上對美的定義不僅桎梏許多年輕的思想,也束縛長者看待老化的格局。瓶瓶罐罐的保養品和昂貴的醫美療程雖然能將生命的皺褶回復至青春的平滑,但美麗包裝底下的心是否能感受到心靈上真正的富足?人們應當拋開社會對美麗的過度加值,並坦然擁抱人生成熟智慧的表徵,老年經過洗鍊後的人生也能煥發光彩,而臉

上的皺紋更是熟齡的魅力所在。



接受不完美 醜蔬果大進擊

NG蔬果，往往會因為賣相不佳，慘遭市場淘汰。然而這些NG蔬果真的只能面臨被市場淘汰的命運嗎？

自信 至高無上的美元素



人們渴望追求主流審美觀的同時，她們也在追求屬於自己的美。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們

© 2007-2016 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0