



“养老钱”变监护人“私房钱”？法院这样判！



根据法律规定，监护人应当按照最有利于被监护人的原则履行监护职责。司法将如何保障老年人作为被监护人的合法权益？监护人处分被监护人财产的何种情形侵害被监护人的合法权益？近日，虹口区人民法院审理了这样一起新监护人要求原监护人返还被监护人财产的其他所有权纠纷。

【案情回顾】

2010年，患有精神分裂症的刘先生开始长期入住某区精神卫生中心。彼时，他已退休，未婚无子女，父母也早已离世，身边仅有一个大姐和两个妹妹。退休后的刘先生经济来源稳定：每月有5000余元退休金，精神卫生中心的护理费可由原工作单位部分报销，此外还有每月600元车贴、300元残疾补助金，以及每季度300元的敬老卡补贴。更重要的是，刘先生患病前生活节俭，无大额开销，积累下了一笔可观的积蓄。

从2010年到2023年的十三年间，经三姐妹协商一致，刘先生名下的三个银行账户、各类证件及存折均交由大姐实际掌控与管理，日常开支记账也由大姐负责。在此期间，两个妹妹对大姐的管理始终放心，从未产生过异议。

转折发生在2023年。三姐妹因父母遗产分配问题爆发争执，几番诉讼下来，彼此间的嫌隙逐渐加深，连带着对刘先生财产的管理方式也产生了异议。

此后，两个妹妹向法院申请宣告刘先生为无民事行为能力人，并请求指定自己为监护人。法院审理时发现，大姐多次从刘先生账户中取现，且存在财产混同的可能性，在刘先生名下财产明细尚未明确的情况下，两个妹妹相比大姐更适合担任监护人。最终，法院依法宣告刘先生为无民事行为能力人，并指定其两个妹妹为法定监护人。

监护人变更后，两个妹妹却意外发现：过去十三年里，大姐从刘先生账户中取现及转账的金额，竟高达135万元。围绕这135万元的去向与用途，双方争执不下。最终，两个妹妹以刘先生法定代理人的身份，将大姐起诉至虹口区人民法院，要求其向刘先生返还这135万元。

【法院判决】

庭审现场，双方各执一词。

两个妹妹认为，大姐取出的135万元中，确实有少量用于刘先生的生活，但绝大部分都被大姐挪作私用；大姐则辩称，自己多年来一直悉心照料刘先生——从2010年起，每月都会将刘先生从精神卫生中心接出居住，所住房屋是用刘先生的积蓄租住的（刘先生不住时由自己和女儿一家使用），且租金逐年上涨，是

一笔不小的开支。除此之外，刘先生的日常花费、其他房屋的物业费、外出就医费用等也均由她承担。

同时，大姐提出，2023年前三姐妹从未对刘先生的账目进行核对，即便两个妹妹有异议，也只能主张2023年成为监护人后的费用，且应由两个妹妹举证证明钱款被自己私用。

虹口区人民法院经审理认为，将“被告大姐处分刘先生财产的行为是否侵害其合法权益，若构成侵害，应返还多少金额”定为本案核心争议焦点，并围绕这一焦点展开分析。

首先，刘先生长期居住在精神卫生中心，根据2010年其原工作单位确定的护理费报销政策，以及刘先生自身的退休金收入，其常规生活开支已能被单位报销和退休金完全覆盖，仅在疫情特殊时期、外出就医、外出居住及监护人探望等少数特殊情况下，才可能产生额外费用。

其次，被告主张的律师费、诉讼费、装修费等大额支出，均未能提供对应的票据或支付凭证，费用支出的真实性与合理性缺乏有效证据支撑，存在明显不规范之处。且上述一系列费用，显然超出了“为刘先生利益”的监护职责范畴，难以认定为合理支出。

再者，法院结合案件事实进一步分析：被告在十三年间从刘先生账户取现及转账的金额合计达135万元，已远超合理开支的限度，明显存在侵害刘先生财产权益的情形。

综合考量各项费用支出的必要性、合理性，以及被告对刘先生财产的实际处分情况，虹口区人民法院作出一审判决：酌情认定被告大姐应向原告刘先生退还钱款70万元。一审判决后，各方均息诉服判。

【法官说法】

我国正在加速进入老龄化社会。我国现行《民法典》第34条对于成年监护人的职责范围除规定应“代理被监护人实施民事法律行为”外，还规定应“保护被监护人的人身权利、财产权利以及其他合法权益等”。第35条第1款也规定：“监护人应当按照最有利于被监护人的原则履行监护职责。监护人除为维护被监护人利益外，不得处分被监护人的财产。”总之，监护人应以有利于被监护人利益角度出发，对于被监护人为老年人时，应给予老年人充分的关爱，切实维护老年人的合法权益，践行中华民族传统美德。

分床睡到底好不好？ 老年夫妻的相处之道藏在依恋里



善让相处更平和。

但并非所有夫妻都适合分房。曾雅颖指出，睡眠是人最需安全感的时刻，身体接触与近距离陪伴能显著提升亲密感。对回避型、焦虑型或混乱型依恋的夫妻来说，分房可能拉大情感距离：回避者更疏于主动联结，焦虑者易感到不安、引发争吵。

有人认为分房能提高睡眠质量，但研究显示，排除打鼾等具体问题，与伴侣同床往往更能提升睡眠满意度，并促进关系亲密。徐建国坦言，自己后来就医调整睡姿，鼾声减轻后，偶尔回主卧睡。

对老年夫妻而言，分房更需谨慎。研究显示，排除健康因素后，分房睡的老年夫妻情感孤独感更明显，长期可能引发焦虑、抑郁，降低婚姻满意度。

如今两人形成默契：平时分房，周末同寝，既保留空间，也不缺陪伴。“适合自己才最重要。”徐建国说。曾雅颖也表示，分房不代表疏远，同床未必等于恩爱。

据《浙江老年报》



家庭医生

立春后肺最怕它 肺气虚的人2件事千万不要做

冬春交替，乍暖还寒，阳气刚冒头，寒气却还没消退，肺最怕“寒”，这种天气最容易折腾肺气虚的人。老慢支、慢阻肺患者稍不注意，就可能诱发咳嗽、气喘。《黄帝内经》说，“顺应四时、正气存内，邪不可干”。广州中医药大学第三附属医院内二科（呼吸内科）初级中医师李俊杰认为，立春养肺不用费大劲，把衣食住行的小细节做好，就能温阳固肺、守住正气。

穿衣

春捂抓准4个关键部位

- 1.头颈：诸阳之会，戴个薄围巾就能防风保暖。
- 2.后背：肺俞穴在这里，穿件带后背夹层的衣服，避免冷风直吹。
- 3.腰腹：脾肾之根，穿高腰裤或薄款护腰，护住阳气生发之源。
- 4.足踝：三阴经起始处，别早早就露脚踝，穿双盖住脚踝的袜子。

饮食

中医讲“脾为生痰之源，肺为贮痰之器”，立春养肺先健脾，饮食要遵循“温而不燥、润而不腻”的原则。



4类食物补肺化痰

- 1.补肺益气类：山药、百合、莲子、黄芪、党参、白术，可做山药百合粥、黄芪炖鸡，增强正气。
- 2.温肺化痰类：生姜、葱白、紫苏、陈皮、杏仁、白果，可煮生姜红糖水、陈皮茶，温散肺寒。
- 3.润燥生津类：银耳、蒸熟的雪梨、蜂蜜、芝麻，可炖银耳雪梨汤、冲蜂蜜水，缓解春燥干咳。
- 4.健脾祛湿类：薏米、茯苓、芡实、冬瓜，可煮薏米茯苓粥、冬瓜汤，杜绝生痰源头。

2件事千万不要做

1.熬夜：熬夜伤肺气。遵循《黄帝内经》“春三月，夜卧早起”的原则，入睡时间建议在22:30到23:00之间，比冬季稍晚一点。起床时间建议在7:00到7:30之间，跟着阳气升发的节奏起床。

2.剧烈运动、迎风运动：避免在大风、寒风天气在户外进行跑步、跳绳、打球等剧烈运动，防止耗伤肺气、诱发急性加重。

推荐

3个动作，练出好肺气

1.腹式呼吸：站立或端坐，双手放腹部，用鼻缓慢吸气，腹部鼓起，屏息1秒；再用口缓慢呼气，腹部收紧。每次10~15分钟，每日2~3次，能增强膈肌功能、改善肺通气。

2.八段锦：重点练“两手托天理三焦”“左右开弓似射雕”“调理脾胃须单举”三式，每式重复5~8次。动作缓慢柔和，既能疏通经络，又能锻炼呼吸。

3.散步/慢走：每日20~30分钟，步速缓慢，以不喘为度。去公园、小区等空气清新的地方，既能活动筋骨，又能吸入新鲜空气滋养肺腑。

据养生中国