

84岁长寿老人陶丽珍

热爱劳动 感恩生活

□记者 叶子

12月15日,在咸宁市休干所院内,记者慕名拜访了84岁长寿老人陶丽珍。据了解,陶婆婆与老伴单独居住,平日里,除了女儿经常过来探望以外,他们还请了一位阿姨陪伴在身边。



心态乐观

见记者前来,陶婆婆笑得眼睛都眯了起来,刚说明来意,老人便爽快地说出“心态平和、感恩历史、勤于动脑、合理饮食”这四个词。陶婆婆的老伴刘爹爹告诉记者,虽然陶婆婆有点听力下降,但很健谈、思路也很清晰。

“陶婆婆长寿与其恬淡的心态有关。”陶婆婆的邻居介绍,老人日常生活积极乐观、心态平和,从没和人红过脸。做事也不急不躁,遇事平淡对待。

“我出生于武汉,1961年随丈夫来到咸宁,早些年为了抚养6个子女,除了上班外还打零工来贴补家用。如今已儿孙满堂,但我许多事情还是亲力亲为。”陶婆婆介绍,她非常喜欢种果蔬,经常将院子里收获的蔬菜送给邻居们。除喜欢劳动外,陶婆婆每天还坚持锻炼身体。阅读《香城都市报》更是陶婆婆多年来养成的一个好习惯。

热爱劳动

“其实,平日里都是女儿照顾我们的

饮食起居,怕我们两老闲在家里无聊,她还专门给我们请了一位阿姨。”陶婆婆说,因为自己年轻时做惯了劳务,现在闲下来还真是有些不习惯。

在陶婆婆与老伴居住的院子里,记者看到不少果树以及一小片菜地。陶婆婆介绍,这些都是退休后与老伴一起开发出来的。“这些果树跟菜地就像我的孩子,从翻土、下秧到浇水、收获,都是我与老伴共同完成。”陶婆婆笑称,这是一种爱好,更是因为孩子们吃了绿色果蔬会更健康。

“做事能解闷哩,孩子们都工作了,我们老人在家里清闲,既锻炼了身体,又能给孩子们备上可口的吃食,心里越想越高兴。”陶婆婆淡淡的说:“不服老也不行,这两年身体不如从前,每次做上一段时间的农活就要休息上好一阵子。”

知足常乐

谈到饮食,陶婆婆说她从来不挑食,以清淡为主,饮食规律,少吃甜食。生活方面,两老也十分规律。早上6点醒了到院子里转转,早饭后便开始种花、种菜,摆弄盆景。然后坐下来看看当天的报纸。

“现在生活好了,我的身体不疼不痒,逢过年过节,孩子们还回来给我发红包,我觉得非常知足。”陶婆婆告诉记者,她一生淡泊名利,从不争什么职位、待遇,知足感恩的心态也是老人长寿的一个重要因素。

(征集长寿老人、健康老人的养生之道,联系电话:15272725520)



今后 市民生育第一胎无需办理“准生证”

本报讯(记者 叶子)近日,市民张女士到咸安区浮山办事处办理准生证,5分钟后,她就拿到了这张简化准生证办理流程后的“第一证”。昨日,记者从咸宁市计生协会了解到,今后生育一孩无需办理生育服务

证,改为备案制。

“所谓一孩生育登记制度,简单来说就是生育第一个孩子,不需要进行审批,只要备案就可以。”市计生协会工作人员左彬表示,如果夫妻双方均没有生育过,怀孕后即

可持身份证、结婚证到一方户籍地或现居住地进行登记,自主安排生育时间,不再申办一孩生育服务证。对于确实需要一孩生育服务证的市民,在登记后,将当场予以发证。

用自己的细胞拯救自己的生命

DC-CIK生物细胞免疫疗法在市中心医院应用

本报讯(记者 夏咸芳 通讯员 汪姣慧 肖晓)在医学上,癌是指起源于上皮组织的恶性肿瘤,是恶性肿瘤中最常见的一类。癌症患者在得知病情后的第一感觉是人生已经到了尽头,此时很多患者认为康复无望放弃了治疗。昨日,记者从市中心医院 同济咸宁医院获悉,目前一项获得2011年诺贝尔医学奖的成果——DC-CIK生物细胞免疫

治疗技术,已经在该院应用。据悉,该项技术是利用自身的特异细胞进行自救,控制癌症的复发和转移,并且在杀死癌细胞的同时不伤及其它正常细胞,提升患者的生存质量,延长患者的生命。

据了解,DC-CIK生物细胞免疫治疗最大亮点在于有效控制癌症的复发和转移,并且在杀死癌细胞的同时不伤及其

它正常细胞,从而提升患者的生存质量,延长患者的生命。目前,该技术已经应用于包括肺癌、肝癌、胃癌、结直肠癌、乳腺癌、宫颈癌、卵巢癌、食道癌、肾癌、前列腺癌、胰腺癌、鼻咽癌、鼻窦癌、喉癌、脑胶质瘤、甲状腺癌、膀胱癌等在内的各种实体肿瘤治疗,对晚期肿瘤,可使用该疗法稳定病情。

咸宁市中心医院

开展精准扶贫慰问工作

本报讯(记者夏咸芳 通讯员汪娇慧 肖晓)12月24日,咸宁市中心医院 同济咸宁医院院长杜光、常务副院长郑波等班子成员及中层干部代表,到通山县慈口乡大竹村开展“精准扶贫慰问一对一帮扶”工作,受到村民欢迎。

在前期帮扶工作调研阶段,医院已对大竹村的情况进行了全面了解,并且有针对性的开展精准扶贫工作。一是帮助村卫生室的建设,尽量解决村民一般疾病的就诊问题,村卫生室的医务人员可免费到中心医院进修学习;二是不定期到村里开展义诊活动,为村民送医送药;三是帮助村民销售农副产品及土特产。活动中,杜光率领导班子深入大竹村贫困户家中进行走访慰问,耐心宣讲国家相关帮扶政策,鼓励村民们依托国家精准扶贫项目,结合自身实际情况通过劳动积极改善生活条件。当日,该院还与慈口乡政府确定了农副产品销售对接等具体帮扶项目。

咸宁市第一人民医院

开办孕妇课堂培训班



本报讯(记者 叶子)日前,咸宁市第一人民医院产科门诊举办了孕妇课堂培训班,由专修优生优育学科的专家为准妈妈们授课。

据了解,为了让每一位准妈妈能够顺利分娩、婴儿健康成长,该院把优生优育教育提高到议事日程,派医生专修,设置产科教育基地,传授孕期卫生知识、母乳喂养知识、新生儿护理知识、分娩镇痛知识等,为准父母普及孕期教育。

课堂上,老师通过图文并茂的讲课方式,为大家讲述了孕妇超重和胎儿过大的隐患、自然分娩与剖腹产对母子当下与未来的影响、情绪与母婴健康,以及新生儿如何喂养等问题,深受准妈妈青睐。

咸宁韩美医疗美容机构 浓情上演年终答谢会



本报讯(记者 叶子)12月26日,咸宁韩美医疗美容机构举办的客户答谢会在嘉和酒店隆重举行。韩美医疗美容机构院长徐水蓉和拥有韩国化妆资质老师马世萍出席了本次活动。

当日下午两点,来自各地的200余名爱美人士共同观看了精彩的节目表演,感受到韩美对广大客户的诚挚谢意。

答谢会现场,韩美不仅为到场客户准备了精美的礼品,还精心准备了化妆教程,客户纷纷现场咨询,对韩美的用心和努力表示了极大的肯定。