



省卫计委 资助温办困难计生家庭学子

本报讯 通讯员高雪梅、徐军英报道:随着一年一度高考的结束,让考上大学的贫困新生都能上大学,再度成为社会关注的热点。

近日,省卫计委、咸安区卫计委及温泉办事处计生办领导来到白茶社区,慰问困难计生家庭刘庆云一家。刘庆云是社区的残疾低保户,离异后独自一人靠低保金抚养女儿长大,“穷人的孩子早当家”,女儿黎雪儿在这种家庭环境下,不自卑不气馁,阳光、成熟有爱心,今年以545分的高分过了一本分数线。省卫计委的领导决定分三年将共计1万元的慰问金用来资助黎雪儿读书,并叮嘱黎雪儿:“好好读书,好好孝顺母亲,多多参与社区的公益活动。”黎雪儿再三表示,一定会认真读书,长大之后用知识回报社会!

温泉办事处万年路社区,也走访慰问了今年子女高考取得优异成绩的困难计生家庭,给徐沛、魏涛、操俊豪等6位同学送去了慰问金。

通山县卫计委 暑期为留守儿童送“文化大餐”

本报讯 通讯员熊丹报道:“谢谢大哥哥大姐姐辅导我们学习和做游戏。”8月1日,通山县洪港镇西坑小学二年级留守儿童朱子豪说。这是通山县卫计委联合教育局、团委、湖北科技学院计算机与技术学院,开展“燃下乡支教火,暖留守儿童心”活动的一幕。

本次活动,主要是借助大学生暑期文化科技卫生“三下乡”社会实践机会,湖北科技学院计算机与技术学院团委成立6人爱心支教小分队,到洪港镇西坑小学为53名学生开展为期25天的支教。大学生志愿者们从英语、美术、音乐、历史、安全健康知识、国防教育知识、禁毒防艾知识等方面开展支教活动,为农村留守儿童提供丰富多彩的课外知识,提高孩子们的感知视野,激发孩子们的潜在智力,给农村留守儿童送来一份关心和爱护。

赤壁食药监局 净化奶粉市场

本报讯 通讯员余娟娟、李铨报道:自8月初开始,赤壁市食品药品监督管理局成立奶粉市场专项稽查小分队,对全市奶粉市场进行清查。

此次清查以大型超市、奶粉专卖店、居民周边、城乡结合部为主,从证照、进货渠道索证索票、质检报告、产品标签等内容入手。重点清查无中文标识、无进口奶源奶粉。该局发现一家,追根溯源一家,并按相关法律法规进行责改处罚。



打鼾与老痴存在关联

打鼾仅仅是吵到别人吗?美国哈佛大学一项研究显示,它与阿尔茨海默氏症(俗称老年痴呆症)之间存在关联。

鼾声大是睡眠呼吸障碍的评判标准之一。研究人员招募1752名志愿者,志愿者平均年龄68岁。研究人员让志愿者参加一项睡眠实验,填写关于睡眠的调查问卷并接受心理功能评估。先前研究显示,携带APOE基因变异的人中,五分之一患老痴风险高。哈佛大学的这项研究则显示,携带APOE基因变异的人中,有睡眠呼吸障碍的人记忆力减退加速。此外,日间嗜睡和呼吸暂停症状与注意力记忆力受损、思考速度变慢之间存在关联。

相关报告发表在《美国胸科医学杂志》上。英国《每日邮报》援引报告作者戴娜·约翰逊的话报道:“有睡眠呼吸障碍的人通常存在认知问题,可能患老痴症的风险更高……我们的研究显示,夜间缺氧和日间嗜睡的问题越是严重,越可能与认知困难存在关联,特别是在注意力、关注力和中年到老年期间思考问题的速度等方面。携带APOE基因变异的人风险更高。” (本报综合)

人到老年,难免生病。得病当然要治,是将疾病控制在与身体相对平衡的状态,与疾病“和平相处”?还是抱着“必胜”的信念,“斩草除根”、彻底治愈?对此,老年医学专家认为,老年人躯体功能由盛转衰,多病共存是正常的生理过程,有些疾病是不可治愈的,控制好就好;有些疾病是不必激惹的,温和态度可能更有利于康复……



1 “我就不信战胜不了它!”



三年前,刚刚退休的李女士罹患了乳腺癌。这个诊断对李女士来说无疑是晴天霹雳。李女士退休前担任部门领导工作,独当一面,不让须眉。“我这一辈子不甘人后,怎么退休了就这么倒霉!”在得知自己患病后,李女士很长一段时间都不能接受,她一直在念叨:“为什么是我得了这个病?”很快,李女士的倔强精神又体现在治疗上。她先是接受了手术治疗,然后进行了化疗。治疗一段时间后,医生认为李女士的治疗效果还不错,让她按照规定时间,定期到医院进行复查。“定期复查”几个字让李女士特别不满意,“为什么就不能一下子治好呢?我的大瘤子已经切了,怎么还要复查?为什么不能把癌细胞彻底杀干净?”

李女士跑了多家医院,反复问医生,“大夫,我这病治好了吗?”医生告诉她,恶性肿瘤如果5年不复发,就属于临床治愈。“那5年以后呢?”医生又告诉她,要定期复查啊。有的人30年也没复发,但是也有人不到5年肿瘤复发。李女士对医生的答复很不满意。抱着一定要把肿瘤彻底“杀死”的信念,到全国各地求医,谁说能彻底治愈,她就相信谁。偏方、土方、家传秘方……各种各样的方法试了一个遍,两年之后,李女士的身体垮掉了。究竟是那些看不出成分的所谓的“秘方”害了她,还是她焦灼的心情让身体垮掉,没有人说得清楚。

75岁的袁阿姨得了静脉曲张,并不严重,只是腿上的青筋“鼓”了出来,对她的生活影响并不大:不影响走路,腿部也没有明显的肿胀。但袁阿姨却一心想做手术,去掉腿上那些难看的“弯弯曲曲的青筋”。医生看了之后告诉她,静脉曲张手术本来是个小手术,绝大多数患者在门诊做完手术就可以回家。但是袁阿姨的身体各项机能一般,还有高血压等慢性疾病,如果要手术,必须要住院做全身麻醉。袁阿姨回到家里和俩儿子介绍了情况,孩子们听到手术还要“全麻”,觉得风险太大,坚决反对老人做手术。但袁阿姨特别执着,她的想法是:“本来我就有好几种病了,我不能再多一种病。”手术很顺利,可是手术之后麻药的副作用出现了,老人出现了谵妄等情况,虽然后来终于症状好转,但当时却把孩子吓了个“半死”。

人到老年难免生病,如何应对才是科学态度?

有些疾病不必非要「斩草除根」

2 有些疾病未必要“去根儿”

北京医院血液科主任刘辉介绍,很多老年人到了血液科就诊,发现自己竟然得了血液系统肿瘤,特别恐惧,特别想下猛药迅速打败“敌人”,但到底要怎么对付敌人,是激进,还是保守,最好听听医生的意见,而不要凭自己的决心来定。

刘辉说,以慢性粒细胞白血病为例,这个病以前是采用异基因造血干细胞移植来治疗,使疾病“去根”,但是异基因造血干细胞移植有20%左右的患者可能死于移植相关并发症。现在,治疗这种疾病有了靶向药,“患者每天吃片药,控制疾病,生活质量也不错。”但是刘辉在临床中确实也遇到过一些比较执着的患者,他们

的想法是一定要彻底治愈,一定要“去根儿”。刘辉发现,这些患者认定了只有“去根儿”才是最有效的治疗手段,“每天吃片药,要是过几天耐药了,怎么办啊?”但实际上,保守治疗未必效果不好。

刘辉的一个50多岁的患者在确诊慢性粒细胞白血病之后,一直按照医嘱服药,“就是吃片药,现在他确诊已经5年,生活质量非常好,不仅不影响日常生活,还可以上班,最近还升了职。”但是,如果当时采取激进的去根儿治疗方法,也许现在生活得还不错,也许当时已经因为并发症危及生命。其实治病到底要不要那么激进,还是要根据患者的具体情况来判断。

3 有些病情性十足没必要较劲

有些病,虽然是病,但“惰性”十足,也不用和它较劲。“在血液科,有一种病叫慢性淋巴细胞白血病,患者以老年人为主,这种病甚至确诊了也未必需要立刻治疗。”刘辉说,慢性淋巴细胞白血病早期没有引起症状的患者不需要治疗,等待观察即可,因为早期采取治疗措施患者生存没有获益,“虽然患者的一些化验指标有些高,但只要这种疾病还没有到‘坏事’的程度,就不要管它。”刘辉说,随着人口老龄化,现在慢性淋巴细胞白血病越来越多。有的患者一听说自己得了白血病,当时就崩溃了。其实,慢性淋巴细胞白血病多数患者进展很慢,完全可以人病共存,早期患者只要进行定期监测就可以,如果疾病进展也会有非常有效的药物控制。在刘辉的老患者中,有人得了慢性淋巴细胞白血病超过10年,也没有进行治疗,现在依然在继续观察。当然,有些疾病必须要治疗。这时候,医生和患者都会共同努力,但患者的期望值要调整到现有的医学水平能够达到的程度。“活下来是最重要的。”刘辉说,留得青山在,不怕没柴烧。“医学发展很快,各种靶向治疗药物

不断涌现,有时候,患者目前没有好的药物控制,但也许等上一段时间,就有可能等到一种新的非常有效的药物,也有了新的希望。”

前列腺肥大是老年男性一种常见的疾病。北京医院泌尿外科主任医师王建业发现,很多老年男性一出现前列腺肥大就想做手术。他们一定要做手术的主要原因是患者个人感觉不好,晚上起夜多,有时候一夜要上五六次洗手间,睡不好觉。其实,前列腺肥大的患者口服药物后,就可以明显改善症状。但有的患者会认为,既然肥大,干脆切掉,一了百了。但前列腺肥大的根源是器官老化了,诊断后每天睡觉前吃一片药,就能将夜尿次数下降,不影响生活。

当然,对于那些吃药症状没有改善的人来说,就有可能需要进行手术,具体是不是要手术还要请医生来判断是否符合手术指征。王建业说,随着年龄的增长,多数男性都会出现前列腺增生肥大,症状轻微不影响生活就与症状和平共处;如果出现严重的问题,还是要找医生采取相应的治疗。

对于老年人来说,躯体功能由盛转衰,多病共存是正常的生理过程,老年人可以将自己的目标定位为:“活得长、过得好,病得晚。”即使生了病也没有必要非得“斩草除根”:有些疾病是不可治愈的,控制好就好;有些疾病不必激惹的,温和态度可能更有利于康复;有些疾病其实就是正常衰老,改善疾病带来的不适症状就好。现代老年医学更关注解决各种疾病带来的种种不适症状,让老年人与疾病和谐相处。 (本报综合)



消化不良如何调理?

本报讯 记者陈希子报道:家住咸安的雯雯平时工作繁忙,经常白天不按时吃饭,爱吃零食宵夜。8月22日,雯雯感觉食欲不振、有恶心、呕吐等不适症状,经诊断是消化不良引起的肠胃功能紊乱。

市中医院消化内科副主任吴娟介绍,

我们的肠胃是非常脆弱的,如果经常饮食不定时,饥饱不均,容易消化不良。过大的压力和紧张情绪还容易造成胃部痉挛,引起胃痛。此外,像烧烤、熏肉、腌肉等含有大量添加剂的食物会致癌,太高温的食物容易烫伤胃黏膜,形成溃疡。

医生建议,有规律的进食,可以让胃肠消化液分泌形成规律,有助于食物的消化。用餐要定时定量,暴饮暴食,肠胃分泌的消化液不够用,自然会造成消化不良。

食物温度太凉或者太烫,对胃肠黏膜

都有伤害,最好是在食物不烫不凉、温热的时候进食,细嚼慢咽食物。胃部受凉极易发生胀气、胃功能受损等问题,为了避免出现消化不良,一定要注意给胃部保暖防寒。



一封特殊的感谢信

近日,我公司甘燕萍老师收到一封特殊的来信,原来,12年前她教过的学生陈锐进考取咸宁高考理科状元,被北京大学录取。甘燕萍老师一直忙于硕大童心公司幼儿园的开学事宜,陈锐进家长写来的这封感谢信令她百感交集,她说,所有的辛苦都在收到这封信时变成了开心与快乐!小编撷取这封满怀深情的感谢信,以飨读者。



硕大童心崇阳幼儿园 甘燕萍

尊敬的硕大童心崇阳外贸幼儿园的领导、老师们:
您们好!

时光飞逝,不知不觉中,我的儿子陈锐进已经在幼儿园毕业12年了。这次以湖北咸宁理科状元被北京大学录取,收到通知书一家人欣喜若狂。回忆儿子在幼儿园三年的快乐时光,非常感谢硕大童心崇阳幼儿园的老师们。

从那个集“万千宠爱”于一身的“小王子”,成长为今天这个独立、勇敢、有礼貌的小伙子,其间点点滴滴都浸润着老师们的关爱与引导。

锐进一出生便享受着爸爸妈妈的疼爱,爷爷奶奶的呵护,3岁多了,“进吃饭”仍是一件让人哭笑不得的事情:爷爷一边抱着他,一边给他读童话,奶奶蹲在旁边一勺一勺地把饭喂进他的嘴里。他口渴了,爷爷总会快步跑去拿来水杯,躬身给他喂水,在爷爷奶奶的疼爱中,宝宝要什么也不用语言,只需哭,一哭百事成。是一次偶然带他到幼儿园玩耍时,我与园长聊及儿子的这些“陋习”,园长陈师自信地说:“把孩子送来读书吧,我们会给他均衡的营养,培养他的独立自理能力。”

陈园长的一席话让我很感动。

我把锐进送到了幼儿园,虽然带着对家人溺爱的眷恋,但他还是在老师的帮助下很快适应了幼儿园的生活。每次放学,他都会四处炫耀他画的画,得意地说:看,这是我的老师教给我的。他感冒时总是鼻涕不断,那时他的口袋里总有满袋撕成小片的纸巾,宝宝说是老师给他放的。放假前,他会乐呵呵地称赞着手中的气球或一朵小花,说那是老师送的……一个个细节是爱的溪流,潺潺地流进孩子的心房,让孩子在爱中幸福快乐地学习成长。记得刚入园他不爱睡觉,每天中午甘燕萍老师值班做教具,帮其他小朋友盖被子,同时陪同不爱午睡的锐进,那时候锐进学会了关心他人。

记得幼儿时期的锐进,玩一会儿会自己去倒水喝,因为“老师说要多喝水”;就餐时喜欢吃蔬菜,因为“老师说多吃蔬菜长得高”;吃饭、穿衣、上厕所也要争着自己来,因为“老师说自己的事情自己做”。我在孩子的一一个个好习惯上都看到了老师辛勤付出的身影。英国著名作家萨克雷说过:“播种习惯,收获性格;播种性格,收获命运。”幼儿园的老师们一点一滴地

教会了孩子们最基本的生活自理能力,让孩子培养良好的生活习惯,这种好习惯对培养孩子良好的性格打下坚实的基础,所以成就了今天品学兼优的陈锐进,感谢老师们对孩子耐心的教导。

三年幼儿园的生活,很多次由于工作忙很晚才去接孩子,辛苦一天的甘燕萍老师总是满脸笑容毫无怨言,曾经有几次由于太晚老师们干脆带着孩子一起开会,作为家长,在深怀歉意的同时很为有这样的老师而感到欣慰和放心!平时,如果孩子不舒服没办法上学时,老师们总是在百忙之中打电话询问孩子的情况,关切之情令人感动!

老师们为人谦和,对孩子和蔼可亲,对家长周到热情,她们不仅是孩子的好“妈妈”,更是孩子和我们的好朋友!现在,孩子很为自己的母校及老师们为荣;希望现在,你们也能以孩子进步和成功为傲!

陈锐进即将开始新的生活,大学对于他来说,是新起点,是新征程,是新天地,他今天取得的优异成绩,很大程度上取决于他幼年时代养成的良好习惯,取决

于老师们在这棵幼苗成长之初付出的心血和努力,仅用“感谢”两个字,不能足以表达我们的心情,可确实,翻遍全部字典,仍找不到更确切的词汇,只好再说:老师们,你们辛苦了!感谢,再感谢!感谢你们对孩子们爱心、关怀、辛勤的教育和帮助!愿更多的孩子享有你们那些优秀教师洒下的阳光雨露,愿你们幼儿园越办越好!

此致 敬礼

陈锐进家长
2017年8月30日

