

关注空巢老人

“出门一把锁,进门一盏灯”已成为空巢老人生活的真实写照。空巢老人问题已不仅是个人问题,而是全社会的痛。当越来越多的儿女为了生活四处奔波,顾不上到父母面前嘘寒问暖,当越来越多的父母独守空巢,静静守候远方的儿女如候鸟般归来,有谁知道空巢老人的所思所想?有谁牵挂空巢老人的生活冷暖?

大家共同努力

本报陆续推出的关注空巢老人系列报道引起了很大社会反响,如果您身边有这样的老人,或者您就是这样的孤独老人,或者您愿意为空巢老人做点实事,请您拨打电话67655531、67655053,或发邮件至sh123456s@163.com,或来信寄:郑州市陇海西路80号郑州晚报区域新闻中心,告诉我们,让我们大家共同努力,为空巢老人做点什么。

主办单位:郑州市民政局 郑州市卫生局 协办单位:郑州市第九人民医院 全程媒体支持:郑州晚报

姐姐、父亲因病相继离世,少年租房边上学边照顾身患癌症的母亲 课余,孝顺儿捡瓶子给母亲挣药费

他曾经有一个幸福的童年,父亲、母亲呵护着他,姐姐照顾着他,虽然家境贫寒,但是他感到很幸福、很满足。但是接二连三的变故改变了一切,父亲、姐姐先后离开人世,唯一的亲人母亲也身患癌症。生活的困境并没有把他压倒,从此,他担当起照顾母亲的重任。为了攒钱给母亲看病,他卖过水果,收过废品,做过兼职,几年来他没睡过一个安稳觉。不管生活多么不如意,他始终微笑面对。母亲最终还是被病魔夺去了生命,但是他却让母亲多活了6年,创造了生命的奇迹。

昨日,在大学路的一栋商务楼里,记者见到了这位让人感动的孝子,26岁的马明有着同龄人所没有的成熟,眉宇中透着几分坚毅和自信。

晚报记者 王军方 刘路/文 张翼飞/图



至今,马明谈起父亲母亲和姐姐,还是泪眼朦胧。

父亲姐姐相继亡故,少年把患病母亲接到学校

马明家在南阳桐柏一个普通的山村,在他之上还有个姐姐。父母都是农民,靠土里刨食养活一双儿女。虽然生活艰辛,但也充满了幸福和希望。每天晚饭后,一家4口坐在炕上,伴着昏黄的灯光,聊着一天的感受,不时传出的笑声让人们对这个充满了温馨的家庭羡慕不已。

厄运接二连三的降临,这个令人羡慕的家庭在短短数年里发生了巨变,幸福成了过去式。

1999年,马明的姐姐因心肌梗塞猝死在郑州。2002年深秋的一天,急性心脏病又夺去了马明父亲年仅43岁的生命。紧接着,马明唯一的亲人——母亲,又不幸患上了乳腺癌。

在信阳读中学的马明仿佛一夜间长大,这个品学兼优的孩子挑起了照顾患病母亲的重任。料理完父亲的后事,马明就将母亲接到了信阳,在学校旁边租了间民房,和母亲过着相依为命的日子。

由于生活拮据,母亲没有接受很好的治疗。2003年的一天,母亲觉得身上有点疼痛,马明就带着母亲到医院做了检查。检查结果出来了,医生把马明拉到没人的地方说:“你母亲的乳腺癌已经是晚期了,只能做手术救命了。”

医生的话好像晴天霹雳,让马明觉得眼前一黑,但是他很快又镇定下来,想方设法为母亲筹集了做手术的费用。可能是马明的孝心感动了上苍,手术很成功,母亲恢复得也很快。就这样,马明经过了2004年高考,考取了郑州的一所高校。去郑州上学的那天早上,马明含泪对母亲说:“儿子到郑州一定要好好学习,站稳脚跟,早点接您过去享福!”

为给母亲攒钱看病,课余时间他卖水果收废品

由于学费、生活费都是母亲借来的,马明格外珍惜每一分钱,从来没有在街上“下馆子”,每次吃饭都是挑最便宜的。为了给自己挣生活费,给母亲挣看病的钱,他借钱从批发市场批来水果,骑着三轮车到学校门口卖。他看到学校里到处都是被人丢弃的饮料瓶、啤酒瓶,就满校园的捡瓶子拿到废品收购站换钱……就这样,到了2004年底,马明单靠捡废品每月就能挣500多元,对于他来说,这些钱不仅解决了日常生活开销,也有了把母亲接到郑州照顾的能力。

马明在学校附近租了间民房,接来母亲。

为了挣钱给母亲看病,每天早上5点马明

就已经起床了,做好早饭,伺候母亲起床,然后去上课。中午去市场买点便宜菜,回家给母亲做午饭,白菜、芹菜、萝卜、土豆是娘俩经常吃的菜,肉对娘俩来说就是奢侈品。

一天中午马明回到家,闻到了一股久违的肉香味,母亲正在炒肉:“街上有个卖肉的,价钱还算便宜,就买了点给你补补。”马明的眼泪夺眶而出。“妈,我一定努力挣钱,给你看病!”

他工作像“拼命三郎”,为的是让母亲多活几年

2007年马明毕业了,他在一家会计公司找到了份工作。从此,除了照顾母亲,他还要面对来自社会的各种挑战。6点,马明就起床帮助母亲解手。由于长期卧床,母亲便秘非常严重,马明就用手抠,帮助母亲解手。喂母亲吃完早饭,他在床头放上水和面包以及水果,作为母亲的午饭,一切安顿妥当,马明才出门上班。

在外忙碌了一天,马明回到家已经是晚上9点多了。回家第一件事就是帮助母亲大小便,然后为母亲做晚饭、洗衣服,一直到深夜。

每天上班前,马明都会在母亲身边放个小灵通。一次,马明正在新郑谈业务,母亲忽然打电话

说,自己拉肚子了。马明听后非常难受,强忍着谈完工作,回到家中一看,地上、床上到处都是脏污,就连墙上也抹了许多。马明赶紧打来水给母亲擦干净,含着泪说:“妈,儿子无能,让你受苦了。”母亲笑了笑说:“孩子,没事,妈让你操心了。”

由于抱着挣钱给母亲治病的信念,马明对工作非常下劲,同事们都用“拼命三郎”来形容他。也正是由于这一点,工作没多久他就被破格提拔为市场部经理,担起重任。

2007年11月的一天,厄运再次降临,马明的母亲再次觉得身上很疼,送到医院时已经处于昏迷状态,没有了意识。

虽然马明跪地哀求医生拯救母亲的生命,但是病魔还是无情的夺去了母亲50岁的生命。

看到别人享受天伦之乐,他心中充满伤痛

母亲已经过世两年了,马明也已经从市场部经理做到了分公司经理的位置,并且组建了自己的小家庭,有了可爱的女儿。但是每每想到母亲,马明的心中依然痛苦,尤其是看到别人和父母在一起享受天伦之乐的时候,马明的心中就充满了伤痛。

短短的几年间,爸爸姐姐相继离世,马明对亲情格外看重。2007年的春节,母亲在病中给马明包了饺子,母亲说:“我还想明年给你包饺子,陪你过个年。”看着重病的母亲他有了不祥的预感,母子俩相约2008年春节还一起包饺子,而母亲的愿望没能实现就匆匆地走了。

马明说:“希望大家都能好好照顾在世的老人,这是你们的福气,我很羡慕你们,也希望所有家庭条件不好的年轻人,能够自立、自强、自信,坚持下来,让父母能有一个幸福的晚年。”

“爱馨杯”十大孝星评选活动 欢迎您参与

本报推出的关注空巢老人系列报道在社会上引起很大反响。“爱馨杯感动绿城十大孝星评选活动”一直在接受报名,如您身边有敬老、爱老、助老的好榜样,请您拨打电话67655531、67655053,或发邮件至wanbaojizhe@163.com,或来信寄:郑州市陇海西路80号郑州晚报区域新闻中心。

从“蛋白质女孩”到“蛋白质女人”

“蛋白质女孩”已经是个很久远的话题了……这么多年后,世界无穷变化,听说“蛋白质”有了新的说法:单身、白领、懂品质,“蛋白质女孩”已然成长为“蛋白质女人”。

3.3克“最蛋白”

蛋白质是女人生命中最为重要的东西,一定要为自己选择最好的!就像选择钻石的颜色一样,D色为最高等级,E色次之,两者在色度上仅相差1度,用肉眼几乎看不出区别,但顶级的D色却是所有女人都梦寐以求的“一生之石”。3.3克就是蛋白质中的D色级,也是目前国内牛奶产品中天然乳蛋白的最高含量。比起每百克含有29克蛋白质的普通牛奶,3.3克带来的是牛奶的最完美体验。以3.3克天然优质乳蛋白为大家所熟知的特仑苏,不啻为女人补充“最蛋白”的上乘之选。

“蛋白质女人”的食补攻略

“蛋白质女人”健康肌体“食”分重要。优质蛋白质能有效提高人体的免疫系统功能,

一般成人每天需要摄入80-100g的蛋白质,其中优质蛋白质至少要达到50%,才能保证体内免疫系统的正常运作。

早餐:无公害鸡蛋1个,富含3.3克天然优质蛋白质的特仑苏1盒

午餐:肉类50克,当然最好是瘦肉;鱼类50克

晚餐:豆制品200克

“蛋白质女人”的面膜攻略

打造完美的“蛋白质女人”,内外兼修的功夫要修炼到家。选择蛋白质含量更高的牛奶做个面膜,让肌肤享受“公主”待遇才够in!1盒特仑苏、1勺珍珠粉、适量蜂蜜、蛋清等调匀,呈膏状,均匀敷于面部和颈部。仰躺30分钟,闭目养神,等待面膜干透。用温水轻轻洗去面膜。

乐璇/文



王老吉连续两年获消费者满意度第一

今年“十一”国庆长假恰逢中秋佳节,双节同庆的黄金周掀起了又一股消费热潮。据商务部监测,各地的家电、汽车、餐饮等行业均呈现不同程度的火爆场面,销售水平节节增高。笔者走访终端时也发现,饮料行业销售旺季虽然已达到尾声,但许多饮料企业还是赶乘着“十一”黄金周的消费热浪,在各地不约而同地打起了旺季最后的促销战,销售现场十分热闹。一超市负责人对笔者表示,红罐王老吉在国庆期间仍保持稳定的销售增长,销售表现更优于往年。对此超市导购员则解释道,加多宝王老吉最近举办了“吉庆华诞,中国当红”的大型国庆活动,超市里的红罐王老吉也添加了该主题的外纸箱包装,吸引了很多消费者的关注。

业内人士分析,作为“中国第一罐”,红罐王老吉销售表现一向突出,这更多是王老吉长期积累的成效。据悉,近日在中国质量协会“2009年度中国饮料市场主流品牌消费者满意



度”的调查中,红罐王老吉荣获“消费者满意度第一”。据透露,消费者对王老吉产品本身的感受与宣传的差异性最小,这说明王老吉“防上火”理念,对于形成忠实消费群起到了至关重要的作用。对此,该人士表示,随着凉茶饮料为更多的中国消费者接受和消费,王老吉也必将获得更大的市场份额,获得更加持久的快速发展。

王圆/文