

讲述社区故事,请拨本报热线(67659999)
请加上本报QQ(407659842 990158)
登录爱晚报网站投稿件、图片:www.izzwb.com



好人·好报·好邻居

看到院里有人办葬礼 老人回家后不吃不喝不说话

人怕死是难免的,看社区人员是如何帮老人摆脱恐惧的

“沙大妈,我们来看你了,还给你带来早餐!是你最喜欢吃的小笼包子。”昨天一大早,庆丰社区的工作人员就来到了政通路李大爷老两口的家中。看到有人来到家中,沙大妈又是倒水,又是准备水果,已经恢复了往日的活力。

而就在一个多月前沙大妈还是郁郁寡欢,这个故事要从一个多月前一个炎热的下午说起。 晚报记者 黄盈 见习记者 柴琳琳 实习生 陈佳邑 通讯员 李松华

社区故事 看到有人办葬礼,老人沉默了

“求求你们,救救我家老伴儿吧,她已经绝食好几天了!”6月20日下午,沙大妈的老伴儿李大爷来到庆丰社区办公室。

李大爷说起了事情的经过:

前一段时间,他和沙大妈晚上在院里乘凉时看到小院门口有一家人在办葬礼。

“这位老人已经80多岁了,平时身体不错的,人老了,怎么说走就走了!”就是别人这样一句无心的话触动了老伴儿的心,老人回家后一直郁郁寡欢,经常躺在床上,不吃也不喝,也不跟人说话。

沙大妈和李大爷有5个子女,因为工作的原因,现在只有一儿一女在郑州,两位老人在儿子家中居住。

老人的儿子工作比较忙,经常早出晚归,孙女上的是住宿学校,一星期回家一次,回到家里也是抓紧时间学习,平时也不怎么跟老人说话。在外地的3个子女虽然隔一段时间会打来电话,但总是说两句话就挂了。

李大爷说,儿女们平时也都很孝顺,吃穿都给他们打理得井井有条,但就是太忙了,很少跟他们聊天。

心理咨询

昨日上午,记者来到庆丰社区办公室,见到了社区心理咨询师滕红霞。

说起沙大妈一家的事儿,滕红霞滔滔不绝地讲起了他们如何开导沙大妈的过程:

方法一:拿身边的例子说话

滕红霞说,第一次见沙老太太的时候,她已经不吃不喝了。

“那你咋没看楼下那老爷子都90多岁了还好好着呢,现在活到100多岁的大有人在……”于是,滕红霞就开始给老太太举例子,把周围认识的健康快乐老人的故事都说了个遍,这才让沙老太太宽了不少心。

方法二:先开导老伴,再互相影响

为了真正解决问题,滕红霞决定先开导李大爷。

于是,每天中午下班后,她都会主动去家里看看李大爷,每天晚上吃完晚饭,家也住在庆丰社区的滕红霞就到门口和乘凉的李大爷聊天。

经过一个月的攀谈,不仅李大爷的心情变好了很多,他也学会常常跟老伴儿多说几句话。

方法三:常去串门,让家里热闹起来

“老年人其实就是害怕寂寞,希望得到关

社区心理辅导师6个方法开导沙老太

注和认可。”滕红霞说,自从了解到沙大妈家的情况,她和社区的几个同事隔三差五地就去家里探望两位老人。

她说,跟老年人聊天一定要学会当个倾听者,顺着他们的意思说话。

“可以跟他们聊年轻时候的故事,多认可他们的工作和想法,向着积极的方面引导。”

“李大爷天天都盼着我们过去坐坐,一去家里就热闹了很多。”社区工作人员小李说,和两位老人一说话就能说上一上午。

方法四:引导老人换位思考

“现在很多家庭都存在这样的问题,孩子给老人吃穿暖没问题,却不知道老人实际需要的是精神上的交流。”

滕红霞分析说,沙大妈家的几个儿女其实对父母都很孝顺,沙大妈在家完全可以“享清福”,但是因为工作繁忙,儿女们却忽视了和父母在思想上多沟通。

滕红霞引导老人多换位思考,“想想大家年轻的时候都是这样,忙于工作,尤其是你儿女这个年龄段,上有老下有小的,一天工作回到家,就得马不停蹄地开始做饭,然后辅导孩

子做作业,哪里还有空闲时间啊”。

“其实很多事儿都是一张窗户纸,就需要我们用话捅破了,老人家也就想明白了,每个人都是这么过来的,需要他们也理解自己的子女”。

方法五:鼓励多说话,多出门

正是夏天炎热的时候,滕红霞就让李大爷有空多带着沙大妈出来溜达溜达,“让他们拿个椅子坐在门口和大家一起乘凉,或者饭后出去散散步”。

“有时候,我还跟她说让她自言自语都中,只要能把想说的话都说出来”。

现在,沙大妈不仅开始吃饭了,也开始老老实实地跟着老伴儿一起出来遛遛弯儿了。

方法六:老人也要学会自我调节

“现在许多年轻人经常在外奔波,冷落了家里的老人,不能长伴左右,所以那些老人就会在家里胡思乱想,这就是抑郁症的症状。”滕红霞说,老人也要学会自我调节和保健,把握自身健康的主动权,并发挥余热、老有所为,通过人际交往,逐步减少对子女心理上的依恋,提高自立程度。

厂家直销 冬虫夏草 每盒只挣2元钱

砍掉中间环节,挤干价格水分

冬虫夏草 百姓吃得起

冬虫夏草黄金价,每克卖到380元。冬虫夏草已经被民间游资疯狂炒作,成为一个处处充满暴利的药品,今天这一切该结束了!2011年3月1日从冬虫夏草产地西藏,香港同仁堂中医药研究院和西藏冬虫夏草保护协会联合发布消息,为了让更多的老百姓感受到冬虫夏草带给患者的康复奇迹,让更多患者能吃得起,恢复快,保健康,防假冒。去掉中间层层代理的暴利环节,挤掉所有价格水分,虫草胶囊采用厂家直销,消费者凡购买【虫草胶囊】,每盒只挣2元钱!让消费者真真实实地享受实惠,买到正品

冬虫夏草。

香港同仁堂中医药研究院的刘总这样说:【虫草胶囊】每盒只挣2元钱,不是促销,更不是炒作,忽悠,而是还原制药人的良心,这样也是公司的社会责任。

卖出几万盒

虫草2元也盈利

自从香港同仁堂中医药研究院的刘总宣布,【虫草胶囊】每盒只挣两元钱的广告开始之后,就遭受到来自各方面的质疑和压力,只挣两元公司怎么维持发展?只挣两元质量能不能得到保证?面对质疑和压力,【虫草胶囊】用日销售2万盒的事实回应了质

疑者,只挣2元企业也有利润,只有老百姓吃得起、有效果、恢复快,企业才能有盈利!企业才能实现持续发展!

破壁技术让虫草成为百姓首选

香港同仁堂中医药研究院的科研人员经过十几年的艰苦探索,终于克服了重重困难,采用超低温超微粉碎技术,成功解决虫草不破壁、吸收不完全的问题,经过破壁后的冬虫夏草吸收和利用率提高3倍以上。以前一天要花40元才能吸收的虫草,现在只需要花11元就能达到同样的吸收率。大大降低了成本,也为患者减轻了负担。

面对质疑,【西藏虫草】请市民作证,请百姓算账!

吃【虫草胶囊】每天只需11元,可能吗?厂家直销的真比市面上的虫草便宜吗?面对一系列质疑,刘总这样介绍说:市面上的冬虫夏草很多,大多价位很高,因为中间要加上批发零售的50%的加价。我们的虫草胶囊是直接来自西藏产地,通过配送直接到消费者手里,没有中间环节,所以节省了50%的费用,我们才敢让消费者每天只需要花11元就能吃上正宗的冬虫夏草,在这里我们可以请广大人民作证,如果在市面上买到含量和我们一样,但价格比我们低的【虫草胶囊】,我们不但无条件退款,还将双倍返还!另外,香港同仁堂出品的【虫草胶囊】每一盒都是科研人员艰苦攻关的成果转化,消费者购买【虫草胶囊】,认准香港同仁堂中医药研究院出品才有质量保证!抢购热线:0371-53766965

失眠者的催眠曲

失眠的人痛恨安眠药,第二天头昏、乏力,好像没睡醒。虫草胶囊是从根本调理失眠的,十天左右即有明显效果;入睡容易,睡得足,找回自然深睡眠,第二天体力完全恢复,神清气爽。坚持6个月,更能抗衰老,保持年轻。

痰咳喘的首选

老慢支、支气管炎哮喘患者吃虫草胶囊是个不错的选择。吃上6、7天胸闷、喘不上气、痰多等症明显减轻,连续吃上3个月基本都能得到有效控制,症状改善或消失。

肾虚者的首选

强肾固本,肾虚首选。因为肾虚有寒热之分,需区别用药;很多人因用错药,而越来越差。冬虫夏草是所有中药里特有的能阴阳同补的;无论寒热皆对症,可说是上天之赐。

吃6个月虫草胶囊能保护肾小球细胞,帮助受损的肾脏恢复功能,是慢性肾炎患者的首选。

抗衰老,持久年轻

可以做个试验:用虫草粉末,涂于老年斑上,1个月后,老年斑就开始变淡,这就是它超强的抗衰老能力,如果内服,效果更好;有病的人吃,强健体魄提高免疫,健康的人中年时开始吃,持久年轻。

虫草清除自由基(自由基是人体衰老的根源,外在使皮肤粗糙、松弛、起皱;内在使内脏细胞被氧化,器官功能和人体免疫下降)的能力是超级强大的,远在维生素C、E之上,每天清除体内产生的自由基,就能使人从外表到内在,都保持年轻态。

吃6个月【虫草胶囊】,每天只需11元!

买20送10仅限50名

- 购买请认准“香港同仁堂中医药研究院”监制
- 《长寿经》周报评选为“消费者最信赖产品”
- 《营养师》周报唯一推荐“正宗虫草”

国家药典委员会评价:源于虫草 高于虫草

为了让更多人体验【虫草胶囊】的神奇效果。西藏虫草保护协会联合香港同仁堂中医药研究院特别推出“买20盒送10盒,半价体验活动”,每天只需11元,见证康复奇迹!本次活动仅限打进电话订购的前50名患者,敬请抓住良机!

市内5盒起免费送货 抢购热线:0371-53766965



消除糖尿病并发症

糖尿病患者最痛苦的莫过于不断出现的并发症,视力模糊、反应迟钝、下肢坏疽等。坚持吃几个月虫草胶囊,能有效改善控制并发症的发展,提高糖尿病患者的生活质量,促进早日康复。

妇科病的“手术刀”

有人将之比喻为妇科病的“手术刀”。虫草胶囊滋补肝肾的同时,育阴养颜,更能平衡阴阳,固本培元,对女性痛经、月经不调、血色黑、阴道炎、子宫内膜炎、子宫肌瘤等都有很好的效果,坚持吃6个月还能推迟女性更年期。

增强红细胞粘附能力

虫草胶囊吞噬肿瘤细胞,并能明显增强红细胞粘附肿瘤细胞的能力,抑制肿瘤生长和转移,防止肿瘤复发。

免疫差、术后的上选

术后免疫差、经常生病的人,吃两三个月虫草胶囊,会像换了一个人;连续服用,体魄强健,浑身有劲。免疫力非常低,容易感染并发症。虫草胶囊几乎涵盖了康复所需的成分,包括多种氨基酸、维生素、蛋白质、微量元素、促进伤口愈合的酶、抗体等。