

日行一孝 “我爱老爸老妈”

文 / 大鱼

行孝要及时,行孝要贴心。日前,市妇联与上海广播电视台联合发起“我爱老爸老妈”活动,倡导子女们做好“四个一”:每天向父母打一个问候电话,每周与父母吃一顿饭,每月带父母逛一次街,每年为父母安排一次体检。

上周五早晨,上海市妇女联合会主席张丽丽正在赴市郊开会的路上,听到了上海广播电视台早新闻播报的一则消息,本市一位老人在家中孤独去世,而他的子女也生活在上海并非远在天边。张丽丽听了十分震惊。她立即联系上海广播电视台负责人、新闻中心主任及相关记者,商讨共同发起“我爱老爸老妈”活动的倡议,号召全社会对独居老人多加关注,并付诸行动,杜绝这样的悲剧在我们身边重演。应邀出席聚会的新民地铁报社长也积极响应,参与策划了这项活动。

老龄化城市 期待新孝行

截至2010年12月31日,上海户籍人口60岁及以上老年人口331.02万人,占总人口的23.4%,位居全国第一。上海已进入了老龄化城市。

今年,由上海市妇联、市文明办、上海广播电视台、新民晚报、东方网、新浪网等单位联合主办的“平凡中的



感动”上海新孝行故事征集活动在市民中引起了强烈反响。很多上海新孝行故事,主人公把自己对身边老人的关爱,落实到了平时生活中的点点滴滴。张丽丽主席说:“其实我的身边就有这样感人的孝行”。

张丽丽家有兄弟姐妹六人,父亲今年88岁高龄,母亲84岁,二老年体迈,原先未和子女同住,生活上多有不便。今年初,张丽丽的弟弟与弟媳主动把父母接到小家庭来,工作不久的侄女腾出自己的房间,在狭小的书房里打起了地铺。弟弟弟媳将照顾老

爸老妈当成了生活里的头等大事,天天为两位老人洗脚、梳头、配营养餐。半年多过去了,两位老人气色红润,心情开朗,张丽丽和另外几个工作繁忙的兄弟姐妹感动不已。张主席说,正是发生在自己身边的变化,让她深切感受到子女对老人关爱行动的重要。这也是她发起“我爱老爸老妈”行动的激情。

落实“四个一” 其实并不难

“我爱老爸老妈”行动,倡导的“四个一”,这些爱心措施,要落实到

处,其实并不难。试想每天你花了多少时间和客户、朋友通话,每周又有多少次可去可不去的应酬,每个月又花了多少时间在网上、看美剧或是无所事事之中,你所要做的,不过是把这些时间和金钱腾出来,留给父母。

从2013年起,本市新增老年人口中80%以上将为独生子女父母,上海人口老龄化呈现出独生子女父母老龄化的新趋势。

80后的爸妈,年龄大都还在65岁以下,对于80后而言,现阶段要孝顺爸妈尚不在于病床前的端水送药,更多的也许应该体现在不在经济生活上依赖爸妈,在精神上关心爸妈并尊重他们的生活方式。

最近,一本由一个十岁小女孩“撰写”的《斗妈大全》,引起了大家的热议。书中列举了小女孩总结出的各种软硬兼施对付老妈的“高招”,充满童趣。我们曾经在反叛的青春期,天天想着与爸妈的管教做斗争,当我们长大成人,甚至为人父母时,更应该将“逗妈”“逗爸”进行到底。要记住,所有与爸妈的矛盾都是家庭内部矛盾,都可以用一种和平的方式解决。有时候,只要拿几招对付刁蛮女朋友或木讷男友的小伎俩出来,老爸老妈一定就能被你搞定。

孝顺爸妈 理解是关键

在这个年代,儿女的生活理念和父母有差异,是很正常的事情。正如儿女总是不希望父母干涉自己一样,儿女也不要勉强父母去接受自己的观点。帮助父母按照自己的方式去生活,而不要勉强他们去服从儿女认可的生活,就已经是孝顺。

对于那些与父母分开居住子女,如果实在做不到每周与父母吃一顿饭,每月陪父母逛一次街,那至少要做到每天给父母一个电话,每年为父母安排一次体检。

对于那些来到上海,一时不能适应的父母,要鼓励父母拥有自己的生活,而不是一心系在儿女身上,比如鼓励他们出去旅游,上老年大学,去社区和公园结交朋友等,以消除他们的孤独感。

每个人小时候,都曾经被一双手举得高高,曾经靠着一个背就无惧雨雪风霜。不管世界如何荒凉,有他们在,这一路你才能走得健壮。数十年付出无以为报,唯有爱才能令他们感觉温暖。

“我爱老爸老妈”,就从今天做起吧!

为什么鼻炎治不好? 总复发

随着社会的发展,空气污染的加剧,化学过敏原的增多,细菌、病毒感染,精神紧张,气候的恶劣等因素,使感冒多发三迁延难愈,从而使鼻炎的发病率逐年上升,反复发作。此外,很多鼻炎患者身体素质差,抵抗力及免疫力低下,略受风寒或过敏原的刺激就可能复发。

鼻炎难治怎么办?

鼻炎防治不当有何危害?

鼻炎包括过敏性鼻炎、慢性鼻炎、慢性鼻窦炎等,如果防治不好的话,鼻子中的黏膜就会增厚,甚至会出现严重过敏不治疗,就可能与嗅觉丧失,甚至可能会引起鼻窦炎,所以患者要重视对鼻炎的治疗。

二运大医药(中国)出品的诺通®盐酸赛洛唑啉鼻用喷雾剂/滴鼻液,用于治疗急性鼻炎(感冒)、慢性感染性鼻炎、过敏性鼻炎及肥厚性鼻炎。特有喷喉装置,使药物或溶液离子雾态的形式进入鼻腔,因此可以被快速、均匀地吸收,从而缓解鼻黏膜充血、鼻塞和流涕症状,让鼻子通畅,呼吸自由。



诺通

盐酸赛洛唑啉鼻用喷雾剂/滴鼻液

远大医药(中国)有限公司 电话: 027-59848550

诺通产品说明书可在国家药监局网站查询 批准文号: 国药准字H0591300 国药准字H05940232 每瓶广告(文) 第201112006/号

- 缓解鼻塞
- 贴心呵护

适应症

急性鼻炎(感冒)、慢性感染性鼻炎、过敏性鼻炎及肥厚性鼻炎等。

让鼻子通畅,呼吸自由!

止牙痛、口腔溃疡

—— **奥可安® 甲硝唑口颊片**

牙痛,是口腔科牙齿疾病最常见的症状之一,其表现为牙龈红肿、最易热刺激痛、面部肿胀等。牙痛大多由牙龈炎、牙周炎、蛀牙或折裂牙而导致牙髓(牙神经)感染所引起。

口腔溃疡,又称为“口疮”,是发生在口腔黏膜上的表浅性溃疡,大小可以从米粒到黄豆大小,成圆形或椭圆形,直径可为四、五毫米。

由远大医药(中国)生产的奥可安®甲硝唑口颊片,能够治疗牙龈炎、牙周炎、龋齿炎和口腔溃疡。其特点为作用患处,抑制厌氧菌;定位释药时间长;不刺激肠胃。

奥可安®甲硝唑口颊片在患处时,能在患处制造一种持续刺激的环境,这种刺激能让患处产生麻六感,起到逐步减轻和缓解疼痛的作用。采用局部直接用药的方法,能形成药物局部的“高药浓度”,同时可避免了药物因口服给药而受到“首过效应”的影响,进而提高了药物在治疗过程中的有效率,降低了药物副作用的发生率。

奥可安

甲硝唑口颊片

治牙痛、口腔溃疡!

远大医药(中国)有限公司 电话: 027-59848550

诺通产品说明书可在国家药监局网站查询 批准文号: 国药准字H200706631 每瓶广告(文) 第201112022/号

适应症

用于牙龈炎、牙周炎、冠周炎及口腔溃疡。

OTC

- ✓ 定位释放
- ✓ 杀菌
- ✓ 直达病灶
- ✓ 缓解牙痛
- ✓ 口感清新
- ✓ 愈合溃疡