

听听你的心事

串门记者:李晨阳
电子信箱:yzlnbxw@163.com
电话:88629212

时间:11月10日

地点:河南郑州某小区

人物:杨先生(退休工人, 89岁)

杨先生自述:前段时间,我住了20多天医院。住院期间,儿女们日夜陪护,悉心照料。尽管身体经受着病痛折磨,但孩子们的关爱让我深切体会到,亲情是人生最大的幸福。

我有一个儿子和两个女儿,他们都很孝顺。2010年老伴去世后,孩子们担心我独自生活会孤单,便开始主动挤出时间来看我。每逢周末、节假日,他们不仅会带来我爱吃的水果、点心,还会把家里从里到外打扫干净,并下厨做几样拿手好菜。饭后,孩子们要么陪我聊聊天,要么带我出门散散步。有他们这样贴心的陪伴,我的独居生活一点也不寂寞。

2011年6月的一天晚上,我上厕所时不慎摔倒。当时不管怎么用力,都站不起来。我只能忍着疼痛,一点点爬到床头柜边,摸到手机给儿子打了电话。儿子家离我不远,接到电话后立刻赶来。他小心扶我起来,检查受伤的部位,随后通知了两个妹妹。等女儿们也赶到后,他们一起把我送去医院检查。万幸的是,我只是轻微摔伤并无大碍,但这次意外让孩子们彻底放不下了。

“爸年纪大了,独自居住太危险。”“万一晚上突发状况,身边没人可不行。”孩子们商量后,决定轮流陪我住。从那以后,每晚不是儿子过来,就是女儿过来,保证我身边时刻有人照料。我心里过意不去,就对他们说:“你们白天上班那么累,晚上还得处理家务。我能照顾好自己,不用天天过来!”可他们总是说:“爸,有我们三个人呢,轮着照顾您。您就放心吧!”这一坚持,

就是十多年。

日子一天天过去了,孩子们也陆续退休。大女儿最先退休,她主动提出白天来陪我,晚上依旧和哥哥、妹妹轮流值守。没过两年,二女儿也退休了,便和姐姐一起白天轮流照顾我。几年后,儿子年满60周岁正式退休。从此,他们三人开始全天候轮流陪伴我。

两个月前,我的慢性肠胃病复发,这次比以往任何一次都严重。吃了半个月的药,肚子依旧胀痛难忍,吃不好也睡不好,夜里常被疼醒。我忍不住胡思乱想,会不会是病情恶化了?甚至担心是不是发展成了癌症。我越想越害怕,最终还是把情况告诉了孩子们。儿子当即决定带我去医院检查,两个女儿也放下手头的事,一起陪同前往。医生看了我的检查报告,建议先住院观察治疗。

刚住院的前几天,三个孩子整天守在病房里。儿子还专门从家搬来一张折叠床放在角落,晚上困了就躺下打个盹。看着孩子们忙里忙外,我心里既温暖又过意不去。我劝他们说:“这是老毛病了,用不着三个人都守在这儿。”于是,他们开始轮流照顾我。

儿子照顾我的那些日子,事事都考虑周到。每天上午,他会留意我输液的情况以及换药时间。知道我吃不惯医院的饭菜,等输液一结束,他就赶回家做饭,每天中午十二点前,准时带着热气腾腾的饭菜回到病房,陪着我一起吃。下午不输液时,他会扶我下床,在病房或走廊慢慢走动,活动筋骨;天气好时,还会陪我到医院的花园散散步、透透气。

大女儿照顾我时,同样特别上心。我住院多日没有洗头,头皮痒得厉害,忍不住频频伸手去挠。细心的大女儿很

我有三个孝顺孩子

快发现了,麻利地打来两盆温水,动作熟练又轻柔地帮我清洗、吹干。洗完头的那一刻,头部顿时清爽了不少。从那以后,她隔几天就会给我洗头。

二女儿同样细心周到,我就不一一细说了。

住院一周后,医生建议我进行肠胃镜检查,从而明确病因。我一听要做肠胃镜,心里就发怵,以前做胃镜时的难受感至今历历在目。我便推脱说:“只要吃药能控制住病情就好,不用做检查了。”然而,孩子们却一致坚持让我去做。“爸,做了检查我们才能安心。要是有息肉,当场就能切除,比单纯吃药的效果要好得多。”在他们的反复安慰与开导下,我最终放下顾虑,同意接受检查。

检查前一天晚上,孩子们都守在病房里。按照医嘱,当晚不能进食,还要喝下1600毫升加了药的清水。接下来的整个晚上,我频繁上厕所。孩子们一夜没合眼,轮流扶我去卫生间,帮我擦汗,一直忙到天亮。

第二天,当我被推进肠胃镜检查室时,孩子们都在门外等着。检查结束后,医生告诉我们,病因就是肠道里长了息肉,已当场切除,并无大碍,也排除了癌症的可能。听到这个消息,孩子们悬着的心终于落下,我也彻底松了口气。若不是他们的劝说、陪伴和鼓励,我根本没有勇气完成这次检查。

在孩子们的精心照料下,我的身体恢复得很快。出院当天,病房里的医生和护士都来送我。主治医生握着我的手说:“老人家,您真有福气,儿女们这么孝顺贴心,照顾得无微不至,您的病情才能恢复得这么快。祝您健康长寿!”

回想这次住院经历,我心中满是感慨,还有三点体会:

一是孩子们真正尽到了赡养的义务,对我的照顾细致入微,毫无怨言;二是兄妹三人团结一心,争着抢着照顾,从不分你我,即便没轮到自已,只要有空就会来探望;三是他们之间从没有依赖推托,也不计较谁付出得多少,始终互帮互助。

如今,孩子们也都步入老年,最小的二女儿也已60岁,但他们依旧把我放在第一位,一心一意地照顾我、陪伴我。有人说“养儿防老”,我觉得,儿女的孝心不是物质上的给予,而是发自内心的关爱和不离不弃的陪伴。在病床上的那些日子,看着儿女们忙碌的身影,听着他们关心的话语,我深深感受到,这份血浓于水的亲情是世间最珍贵的财富。

(通讯员李朝云协助采访)

■记者感言

杨先生在住院期间,儿女们的悉心照料,让他感到特别幸福。十几年来,孩子们从晚上轮流陪伴到全天值守,事事尽心,无半句怨言。这份实打实的行动,既是孝心最真实的模样,也是老人病床前最暖的依靠。

■串门预约

93岁的张先生与太极结缘40余年,从晨练到社区授拳,深耕不辍。下一期,咱们去他家串个门。

■串门回音

勤做家务 悦人悦己

石家庄申德明:看了苏女士做家务的故事,我仿佛亲眼看见她兴高采烈、一丝不苟做家务的模样,还有那被她收拾得井井有条、一尘不染的家,心情也跟着愉悦起来。别说亲眼所见、实地参观了,仅仅听闻就让人心情格外舒畅。在我看来,热爱做家务是一种美德。这种美德不仅能让自己的生活充实

起来,还能让家人的内心充满阳光,甚至能够感染他人。

苏女士的习惯也让我联想到了弟弟。我弟弟也是个极其热爱做家务的人。他虽在老家务农,但无论何时都喜欢把家里收拾得干净整洁、井然有序。他自己的穿着也从不随意。农忙时节,无论收工多晚,他都会先把院子清扫干净,将干活穿的衣服清洗干净,然后才去休息。热爱做家务不仅让弟弟的生活十分充实,还赢得了乡亲们的称赞。

小家舒心 社会和谐

石家庄王喜元:读了《做家务让我生活很充实》一文,我深有共鸣。苏女士将琐碎、繁杂却又平凡的日常家务活,当作每天必修的“功课”融入生活。她凭借一双勤劳的手,把家打理得井井有条、洁净舒心,实在令人敬佩。

家庭是社会的“小单元”。要是每个家庭都能像苏女士这样,把日子过得舒心和睦,社会自然会更加和谐,大家的幸福感也会更足。

善用平台 晚年添彩

山东临朐马玉顺:读了《我终于找到给孙女做饭的妙招》,我非常感慨。马女士通过短视频平台、网站学习厨艺,不仅让孙女吃得好、吃得健康,更拉近了祖孙关系,赢得满满的幸福。

同时,这也给老年朋友们很大的启示,如今网络发达,短视频平台层出不穷,可以说各方面的内容都能在平台上方便获取,大家不妨根据自己的实际情况,寻找适合的、感兴趣的内容,多看多研究,增长知识,提升素养,丰富生活,服务家庭。愿每一位老年朋友勇于尝试,善于学习,让网络为我所用,让人生更加精彩!

自律生活 乐享安康

寿星:霍子忠

健康素描:在邯郸市峰峰矿区的电厂南家属院,住着一位百岁老党员——霍子忠。他生于1925年1月,1946年参军,参与过解放太原、解放张家口等战役,后转业至峰峰发电厂工作,1984年离休。

如今四世同堂的霍子忠精神矍铄。生活上,他作息规律,每天早晨7点准时起床,活动筋骨后打扫卫生,中午小憩,晚上8点左右准时入睡。几十年来,这规律的起居习惯他始终坚持。霍子忠不沾烟酒,饮食上荤素搭配均衡。早餐煮鸡蛋配羊奶或牛奶,搭配包子;午餐喜欢吃米饭、面条;晚餐则以小米粥为主。每餐后,霍子忠喜欢喝一杯红茶,这一坚持就是多年。

“心态好、生活规律、全家和睦!”谈及霍子忠的长寿秘诀,89岁的老伴刘继先笑着说道。如今他们与大儿子一家同住,在外地生活的子女也常打来电话问候,每逢节日更是欢聚一堂。



通讯员 石贵生/文 宋佳华/图

新闻超市

送菜上门

近日,石家庄市长安区胜北街道国赫天著社区携手河北慈善联合基金会与善粮农场,开展为社区高龄老人送菜上门活动,向他们传递了温情与关爱。(长安)

义诊活动

近日,沧州市委老干部局驻南皮县许道口村工作队,联合沧州市中心医院医疗专家团队,开展“义诊暖民心 健康助振兴”主题义诊活动。

活动现场,来自脑科、眼科、骨科等多个科室的专家,耐心为就诊的村民提供常见病诊断、慢性病管理、健康咨询以及用药指导等服务。针对老年常见疾病,专家们专门制定个性

化防治方案,并向村民普及健康养生知识和日常保健常识。(周琳)

文艺汇演

近日,石家庄市长丰街道康馨雅苑社区、土贤庄社区共同开展“幸福社区一家亲”文艺演出活动,来自社区的文艺爱好者们齐聚一堂,共谱社区生活乐章。

演出在舞蹈《欢聚一堂》中拉开帷幕。随后上演的豫剧表演《双上山》韵味十足,经典的唱腔赢得台下观众的阵阵喝彩。女声独唱《幸福欢歌》、男声独唱《父亲》等节目依次上演。整场演出内容丰富、形式多样,既展现了居民们多才多艺的一面,也凝聚了邻里守望相助的深厚情谊,现场充满了温馨和谐的氛围。(长丰)