

同年同月同日同时辰出生

95岁夫妻天生一对



今年3月12日,上海的俞海家、周金度夫妇双双度过了95岁生日。两人相濡以沫70多个春秋已是令人羡慕,同年、同月、同日、同时辰出生的缘分更是令人惊呼“天生一对”。

缘分挡不住

俞海家和周金度于1949年10月23

日结婚。当时俞海家在上海复旦电容器厂工作,周金度是上海第三十一棉纺织厂的纺织工人。据两人的三儿子俞鹏飞介绍,父母的相识过程还有些曲折。

原来,当时一位闺蜜想给周金度介绍对象,几经辗转和俞海家牵上了线。闺蜜作为介绍人先去相看男方,见了面却觉得俞海家不太合适。“我妈妈的闺蜜说我父亲个子矮了点,我妈妈肯定不会同意的。”俞鹏飞说,周金度和俞海家面还没

见上,这事就不了了之了。

但是缘分挡都挡不住。过了一段时间,俞海家的一个同事家办丧事。俞海家的这个同事又是周金度的朋友。于是,两人终于见上了面。没想到,周金度对俞海家的印象和闺蜜的判断截然相反——她被俞海家的学识吸引,觉得俞海家“蛮好的”。之后,他们更是惊讶地发现,两人竟然都出生于1928年3月12日子时。彼此看对眼的两人,相处了两个多月就结婚了。

爱是恒久忍耐

俞海家和周金度婚后育有一女三子。夫妻俩分工合作:俞海家文化水平较高,4个孩子的学习就由他负责;不识字的周金度则主动承包了所有家务。夫妻同心,不仅把4个孩子培养得有出息,事业也蒸蒸日上,俞海家1959年还被评为上海市先进工作者。

在俞鹏飞的印象中,父亲性格开朗,经常带着几个孩子到处玩耍,母亲也是不急不躁,非常温和。这么多年都没见过他们闹矛盾,周围的街坊邻居都夸他们是模范夫妻。在俞鹏飞看来,懂得忍让和尊重彼此,是父母恩爱多年的秘诀之一。

“父亲和我们说过,丈夫要懂得忍让,妻子有时需要通过抱怨的方式把心里的不愉快发泄出来,这时候耐心听完就好。

我母亲说几句后也就翻篇了,不会揪着不放。”俞鹏飞记得,父亲那时喜欢买买买,有次碰到有人卖的西瓜不错,就一口气搬了十多个回家。母亲难免埋怨几句,父亲也只是笑笑。

给生活添乐趣

退休后,俞海家和周金度闲下来,决定多出去走走看看,给生活增添些乐趣。

俞海家买回一辆小三轮车,特意给后座加上带海绵垫的椅子,还装了个遮阳棚,带着周金度动不动就来场说走就走的“一日游”。俞鹏飞笑说:“我母亲坐在后面,就像个皇后娘娘。”

2014年,86岁的俞海家跟着俞鹏飞去东北旅游,回来后要把小三轮升级换代,好带老伴儿去更远的地方。儿女因为他年龄太大,纷纷阻止,他这才作罢。

一年多前,周金度意外摔跤住院,此后因阿尔茨海默症一直住在医院里。俞海家不愿意与儿女同住,独居在家。俞鹏飞天天前往看望陪伴。原本形影不离的老两口一下子分开了,俞海家就念叨着不习惯。只要他的身体允许,俞鹏飞就会带上轮椅开着车,带父亲去医院看望母亲。

俞海家和周金度恩爱一辈子,子女耳濡目染,家庭关系也都十分和睦。俞鹏飞说,父母经营婚姻和家庭的方法,值得一代代传下去。

据齐鲁晚报网

6种无症状疾病是“温柔杀手”

“有些患者很早就查出了应及时干预的病,但由于当时没症状,便心存侥幸,结果养虎为患,得不偿失。无症状≠无害,无症状不是忽视疾病的理由。”近期,解放军总医院第七医学中心心血管科主任和渝斌、浙江省中西医结合肝病学会副主任委员刘寿荣等专家揪出6种无症状疾病,愿大家引起重视。

静止性胆结石:警惕癌变

静止性胆结石就像一条不会叫的狗,毫无症状,在胆囊中肆意生长,等你发现时,可能已经癌

变了。该病多在体检时发现后就诊。据临床经验,患胆囊结石20多年或30多年后,可能会发生恶

变。建议静止性胆结石患者定期通过彩超复查,一旦出现恶变风险,要及时处理。

无症状脑梗:防变成重症脑梗

无脑卒中病史,无肢体麻木、无力或口齿不清等症状,仅影像学发现存在“梗死灶”的情况,称为无症状脑梗死或隐匿性

脑梗死。该病在老年人中的患病率高达28%。查出无症状脑梗死,提示脑血管存在病变,需积极控制“三高”,戒烟限酒,控

制体重等,以免演变为症状性脑梗或血管性痴呆,造成偏瘫等。若患者突然出现讲话困难、口角歪斜等,必须及时就医。

隐匿性冠心病:严重的会猝死

无明显胸闷、胸痛等症状的冠心病被称为“隐匿性冠心病”或“无症状心肌缺血”,由于严重时可诱发猝死,又被称为“最危险的心肌缺血”。

但患者往往在体检中或发生急性心梗后才知道自己患病,平时常易忽视。

建议高危人群定期检测血脂、血压和血糖。患者还应定期到医院做

心电图等检查,以观察病情,防患于未然。如多次检查心电图仍显示为缺血,则应进一步做核素检查,查看血管堵塞程度,考虑药物或支架治疗。

适应性高血压:无症状更可怕

很多高血压患者适应了血压高,自述没任何症状。但即使没症状也要治疗。无症状的高血压其实比有症状的高血压更可怕——患者不重

视,血压无法及时控制,可能带来脑卒中、急性心梗等诸多并发症。

临床不以患者有无症状,而是根据患者的总体风险水平来决定是否

给予降压药治疗。高危和很高危的患者应及时用药,中低危患者,可先改善生活方式,如3个月后血压仍不达标,应开始服药。

无症状性低血糖:夜间更要防

有些老人在夜间发生低血糖(<3.9毫摩尔每升)时没任何症状,很难察觉,病人常在不

知不觉中陷入昏迷,易被家人误认为是睡着了而延误抢救。该病多见于病史较长的老

年糖友,动态血糖监测有助于避免漏诊。建议糖友必要时可夜间加餐。

高血脂:没有不适≠没问题

很多患有高血脂的人不会出现明显的身体不适,大部分人在血脂检查中或在查出冠心病、糖尿病、高血压

等病后发现。如果体内的血脂长期没有得到有效控制,会导致心绞痛、冠心病、脑梗死等疾病。当通过调

整饮食结构和生活习惯后,仍不能使血脂达标,建议用小剂量他汀类药物治疗。

据《快乐老人报》



上海车展

4月18日,参观者在比亚迪展台上展出的海鸥样车前驻足观看。

当日,以“拥抱汽车行业新时代”为主题的2023第二十届上海国际汽车工业展览会在国家会展中心(上海)开幕,共吸引全球1000多家企业参展,展出总面积超过36万平方米。

新华社 发

国家考古遗址公园5年接待游客1.46亿

4月18日,中国文化遗产研究院发布了国家考古遗址公园发展报告(2018—2022)。5年来,公布挂牌的55处国家考古遗址公园配套设施不断完善,遗址保护状况明显改善,社会效益逐步凸显。

数字显示,55处公园中,33处公园已由地方政府颁布了地方性文物保护法规,文保规划稳步推进。5年来,公园建设持续开展,配套设施不断完善,46处公园建有博物馆,42处公园配置了考古工作站,54处公园设置了游客服务中心和综合办公用房。此外,55处公园开展文物保护工程290项,处理遗址病害302例,开展遗址本体及环境监测201次,遗址保护状况得到

明显改善,遗址安全得到了保障。公园的学术带动作用十分显著:55处公园共开展考古和科研项目465项,学术活动633项;出版科研成果1045项。公园社会效益也在逐步凸显,55处公园举办社会活动4733项,展览活动367项,五年累计游客达1.46亿人次。

国家文物局表示,未来将坚持“一园一策”,鼓励公园进一步完善和探索符合自身特点的建设发展策略和路径,加大人才队伍专业化建设力度,促进考古成果有效转化,深化管理运用模式创新,加强宣传传播,让公园“潮”起来、“活”起来,切实提升遗址公园发展质量和水平。

据《北京晚报》