

白内障“克星”到底“克”了谁

◎殷泽

白内障是老年人的常见眼疾,对生活影响多、困扰大,常常需要手术治疗。大多数老年人担忧手术伤害,希望只用药物保守治疗就能治愈白内障,这也就给了犯罪分子可乘之机。

家住启东的何大爷在某平台上刷到一条广告,其中“不需要手术的白内障克星”这种说法令他眼前一亮。何大爷深受白内障之苦多年,之前去过医院好几次,但医生都是给出手术治疗方案,他担心自己的身体,便拒绝了,现在这不需要动手的“克星”自然成了他梦寐以求的健康福音。

添加广告推送的微信之后,一名自称“陈老师眼科团队”成员的“导师”与他进行了“一对一”专

人诊治,其丰富的“医学”知识、出示的众多“专业证书”以及体贴的谈吐令何大爷深信不疑。一番交流后,何大爷就网上下单,购买了1400元的治疗药物。

然而这个白内障“克星”并没有像这个“导师”所说的那么神奇。服药一段时间后,何大爷非但视力没有恢复,反而经常出现口渴、恶心等不适症状。起初,“导师”还以服药时间短、药效不明显等理由搪塞,但随着时间推移,何大爷的身体不良反应愈发严重,对方却迟迟没有合理的解释。何大爷在与家人商量后,果断向警方报警求助。

经查,所谓“陈老师眼科团队”只是山东刘某某打造的虚假

团队。他组织人员冒充眼科医生,以保健品替代药物,在网络平台上发布虚假广告,诱使老年人购买,所谓白内障“克星”压根不具备治疗白内障的功效。

近年来,老年人的身体健康愈发受到关注,有关老年人健康产品的骗局也是层出不穷。犯罪分子往往抓住老年人追求“副作用小、安全系数高”等心理特点,无所不用其极地进行虚假宣传乃至情感洗脑,并通过各类平台发布虚假广告,扩大影响力,诱使老年人上当受骗。广大老年朋友一定要慎之又慎,要相信正规医院的医生医嘱,遇到新问题、新情况多与子女交流,网上购物多问问亲戚朋友,若是发现上当受骗,请务必第一时间报警。

宽容看待“少不如老”

◎瞿光唐

老友相聚,免不了提及各自子女。“望子成龙,望女成凤”是老一辈人根深蒂固的想法,但在生活中,很多老年朋友却不得不面对“少不如老”的现实。

好友老张是退休干部,晚年无忧,但两个子女却让他失望。儿子在一家企业上班,工资除了家庭正常开销,有时连孩子的学费都难以保证。女儿原来在某大型超市工作,超市关闭后,现在靠打零工谋生。“都说青出于蓝而胜于蓝,为什么我的子女都不如我?”每到逢年过节家庭聚会时,老张都会尝试着鞭策子女,然而,却总是适得其反。

其实,像老张这样发出“少不如老”感叹的绝非个例。有的老人因为不满子女的“不争气”,甚至与子女发生争吵。

后来,在好友的规劝下,老张调整了心态,改变了策略。他懂得了,优秀的人毕竟是少数,儿女虽然没啥耀眼的履历、工作单位也很普通,更未取得什么突出的成绩,但工作稳定、家庭和睦,而且近在身边,能让父母享受天伦之乐,这就值得知足。如今,老张更关心子女的生活状况、享受子女的孝顺,相互间的关系也就彻底改善了。

学着接受子女不如自己的现实,或许是父母应上的一堂课。

老人应该学会用平常心看待子女,接纳现实。倘若对子女期待过高,很容易让自己心情压抑,更容易使子女感到焦虑,同时还可能引发家庭矛盾。老人更应用积极的心态多去寻找子女的优点,这不仅有利于子女的进步,而且有利于家人之间和睦相处。

同学聚会变花样 这次大家聊健康

◎晓风

说到老同学聚会,最常见的情景是酒店里推杯换盏或公园里拍照留念。来自南通中学七二届二连二排/初二(8)班暨七五届高二(9)班的同学们,最近聚会时用了一种新颖的形式:一群头发花白、年近七旬的老同学欢聚一堂,开展健康知识讲解和交流。

当年的老班长、南通大学附属医院主任医师池鸣鸣讲解了高血压、高血脂、高血糖、高尿酸等老年人常见病的症状、用药、注意事项等,并重点对预防或早期发现恶性肿瘤应该做的有关检查项目进行了详细阐述。她提醒同学们在科学饮食、适当锻炼的同时,定期体检,防患于未然、治疗于萌芽期。她还对大家的问题一一解析,提出了个性化的健康建议。

半个世纪过去了,当初矫健少年的身体亦到多事之秋,老同学们表示很喜欢这种新的聚会方式。



比赛中的老年足球队队员们(穿黄衣者为我市老年足球队队员)。

热爱足球的心永远不会老

◎王勇涛

20世纪90年代初,为参加1991年的省首届老年足球比赛,以王宏林为首的民间爱好者们自发组织了南通市老年足球队。20多个足球爱好者主要是来自省、市以及省军区、南京体院等足球队的退役人员。

建队初期,没有固定的活动场地,但老同志们热情不减,找到机会就在一起训练。后来得到了城南小学的支持,终于有了自己的“基地”,每周在该校提供的场地上训练两次。

当年参加省首届老年足球比赛的有南京、苏州、徐州、江阴、无锡以及东道主南通共六支代表队,那次比赛可说是开创了江苏老年足球运动的先河。此后,赛事每年举办一次,参赛城市轮流做东,坚持至今。原本各老年足球队是清一色的男同志,后来宝应女足加入比赛,留下佳话。球队还多次应邀去上海、浙江参加长三角老年足球比赛。这些年,上海也有多支老年足球队来通访问比赛,促进了足球文化交流。

在南通市,实力同市老年足

球队相当的,如原港闸半专业的女子足球队,都很愿意和老同志们同场竞技、切磋球艺。

市老年足球队从成立以来,一直是一支紧密团结、富有活力的快乐团队。在老一辈成员中,有不少球艺、才艺俱佳者。

南通唯一的国家级足球裁判员王育兵,多才多艺,尤其是一曲《小白杨》嘹亮深情,令人心旷神怡;曾在部队担任文书工作的王春荣做事得法且乐于助人,是队内公认的好同志;在省里受过足球专业训练的宋培华,唱通剧也是一把好手,声情并茂,休息时经常逗得大家开怀大笑;身高187cm的武一平,仪表风度俱佳、舞姿轻盈优美,常博得众人青睐……

效力于省足球队多年的王鑫,在球队中扮演穿针引线的中场枢纽角色,老而弥坚,永不言弃;汪继新的招牌动作凌空倒钩、鱼跃头顶球,令许多通城老球迷记忆犹新;素有“坦克”称呼的魏秉杰,作风硬朗,头球尤为出色;脚法细腻的吴培生,擅长在赛场上突发“冷箭”,给全队带来惊喜;

人称“赤脚大仙”的王湧涛,在通中读书时是光脚踢球的,吃苦耐劳是本色……

时光荏苒,球队如今已经“换血”成功,老一辈淡出了赛场,新一代人才济济。现在的掌门人是民营企业企业家陈建。他豁达开朗,曾慷慨解囊资助经费十多万元,解了球队的燃眉之急。球场上,陈建也表现不凡,曾在比赛中献出过高难度的飞身头球,技惊四座;在省队担任过队长的徐新春,基本功扎实、脚法精准,有百步穿杨的功力;被冠以“足球教授”荣誉的王仲华,退休前是南通大学的教授,虽然年事已高,但带球突破仍很犀利;身材高大的崔成凯,早年在省青训队接受过守门员专项训练,如今尚能侧身倒地扑球……

30多年来,老年队运转如初、经久不衰,原市足协秘书长王宏林功不可没。多年来,他殚精竭虑,为足球事业多方奔走。在他的带领下,全队上下积极参与培养足球新生力量,举办过多期少儿足球培训班。曾多次入选国家女足的张馨、入选过国家男足的张晓兵,都是在这里接受的早期足球培训。