

彰显核心价值观 “身边的感动”

24年来始终不离不弃,悉心照顾高位截瘫的丈夫

郑美芳:“家不会散,这次换我来守护”

本报记者李筱筱文/摄

10月11日,郑美芳做好早饭后,开始照顾丈夫胡金悦一天的起居,洗脸、穿衣、抱到轮椅上、喂饭……早饭后,胡金悦坐在门口晒太阳,郑美芳则坐在丈夫旁边,边编草帽边和他聊天。

59岁的郑美芳是三门县亭旁镇梅里村人。自1998年丈夫遭意外导致高位截瘫后,24年来,她始终不离不弃,悉心照顾丈夫的饮食起居,耐心安抚因病导致脾气烦躁的丈夫,用纤弱的双肩,挑起生活的重担,用爱和坚强撑起一个家。

飞来横祸

胡金悦以前是泥水匠,刚见郑美芳时,就对她一见钟情,并承诺要照顾她一辈子。两人从相识相知到组建家庭,有了爱情的结晶——一对可爱的儿女。男主人,日子过得和美。

然而,天有不测风云,1998年9月,一场突如其来的变故,打破了原本平静的生活。

“他给别人造房子时不慎触电,从4楼摔下……”郑美芳哽咽道,经过医院救治脱离了生命危险,但脖子处的脊椎几乎摔断,导致胸部以下全部失去知觉,从此生活无法自理。

郑美芳清晰地记得,那年,她35岁,丈夫37岁,孩子们都还小。丈夫从昏迷中醒来后,一度无法接受事实,情绪消极,她看着病床上的丈夫,感觉天都塌下来了,夜里常常泪流不止。

后来,有亲人劝她趁年轻找个男人改

嫁,另立家庭,但都被郑美芳坚定地拒绝了。她认为,丈夫的命保住了,就是天大的喜事,只要她还在,这个家就没有散,这次要换她来守护这个家。“日子一定会好起来的,只要我们自己坚强。”郑美芳说。

勇挑重担

丈夫瘫痪后,生活的重担落在了郑美芳的身上,家务活、农活、赚钱维持生计……

不懂农作物种植的她,开始向周边的村民学习,就这样,她学会了种菜、种水稻,食物上做到自给自足。“以前烧饭烧菜不舍得用煤气,就去学习砍柴,很长一段时间,家里都是用柴火做饭。”

郑美芳记忆犹新,去田里除草,因为农药喷洒太重,她总是被压弯了腰。但再累,她都不喊累,再难,也从不说不。

为了赚钱维持生计,她在家中开起小店,并重拾编草帽的手艺。“以前,踩着三轮车去山下的亭旁镇进货,路是石子路,很不好骑,每次进完货,脚都很累,不过,困难的日子都克服过来了,现在骑电瓶车去镇里进货,便利很多。”郑美芳说,每天晚上,她都要编一顶草帽才去睡觉,白天一有空暇时间,她就又去编草帽,赚点辛苦钱,“一顶草帽一般要编3个多小时,可以赚10元,一般一天可以编2顶,编草帽的草是自己种的。”

二十年如一日地帮丈夫洗脸、擦身、喂饭按摩、处理大小便等,原本一根扁扁担在肩上都要喊痛的她,如今轻轻松松便可抱起120多斤的丈夫上下轮椅。长期躺着会长褥疮,她就经常为他翻身,并用塑



图为郑美芳(右)和丈夫一起。

料手套帮他排便。

相濡以沫

在胡金悦房间,记者留意到,床头正对着的墙上贴着一张郑美芳的照片。“有时老婆有事出门了,挺想念她的,照片贴在那边,时时刻刻都能看见。”胡金悦笑着告诉记者,自己找到了一个很好的老婆,这么多年,一直待在身边不离不弃,自己心里很是感激。

为消除丈夫的寂寞烦闷,郑美芳时常会推着轮椅带丈夫走出家门呼吸新鲜空

气,看看村里的变化。

在郑美芳的开导和鼓励下,胡金悦心态也慢慢变好,脸上常挂笑容;白天,郑美芳在外面忙时,他会帮着照看小店。

“夫妻就是要相濡以沫,相亲相爱地携手走下去。”郑美芳说,令她感动的是,农忙时,姐姐、姐夫等亲人会一起帮忙,村里人也经常照顾她家小店的生意。

三门县亭旁镇梅里村副书记胡文考告诉记者,自从胡金悦遭遇意外后,郑美芳一直勤勤恳恳照顾他,她家有什么困难,其他村民和村干部也都会热心地帮助她。

“乐享晚年 颐养台州”系列报道

多层次康养服务体系托起幸福“夕阳红”

本报记者谷尚辉

10月10日,临近中午,前来就餐的老人们多了起来,打上热腾腾的饭菜,熟悉的老人会围坐一起。这里是临海的“府城·老邻舍”养老服务综合体,老人绑定市民卡后,只要刷脸就可以完成付款。

这是台州推进养老服务体系建设的一个缩影。以助餐体系全覆盖为突破,高水平推进养老服务体系……近年来,台州正通过整合各类医疗、康复、养老资源,完善政策体系,逐步建立“居家社区机构相协调、医养康养有机结合”的多层次康养服务体系。

探索多层次康养服务

截至2021年底,台州60岁及以上老年人口占比达22.1%,其中居家老人占全部老年人口的98.7%,这也是全省的普遍现状。

市政协委员、台州学院医学院康复系主任周军一直关注居家养老问题,曾多次就养老服务提案。

“养老服务管理牵涉各部门,现有内部机构职能设置和监管模式,存在职责交叉、

权责不等情况,制约了效能发挥。”周军认为,目前国内没有成熟的养老模式可以参考,各个城市都在摸着石头过河,处于探索、尝试、再探索的试错过程。

针对当前养老服务中存在的难点,今年,浙江提出打造“浙里康养”体系。相应地,台州也出台《推进高质量发展建设“浙里康养”实施方案(2022—2025年)》,提出对标高水平实现“老有所养、老有所医、老有所为、老有所学、老有所乐”五大目标,加快健全社会保障体系、养老服务体系、健康支撑体系,推动老龄产业发展,建设老年友好环境,打造“浙里康养”名片标志性成果。

在三门县亭旁镇康养联合体,这家集医疗、康养于一体的综合机构深受老年群体好评。每天,这里都有专业康复师为老人开展肢体功能训练,指导使用康复器械锻炼,经过康复训练,一些因疾病难以站立的老人状况逐步改善,在助行器帮助下自行行走。

让机构跟着老人走,建设“康养联合体”,也是我市推进高质量发展建设“浙里康养”工作的重要抓手。

“家庭养老照护床位的设立也是一个很好的探索,比如构建区域性三级医养联

盟,探索医养衔接和联动机制,可以为建立老年健康支撑体系积累经验。”周军说,另外,还利用物联网+5G网络,拓展远程提醒、动态监测、自动报警和自动记录等智能化养老服务功能,建设基于移动互联网的数字区域康复服务体系,提升信息化支撑能力,探索“互联+物联”的智能养老体系。

社会化参与,强化养老服务系统

前不久,椒江作为全市“爱心卡”试点县(市、区),推出长情“爱心卡”,将养老服务数据化,利用监管服务各个节点,采集汇总信息数据,服务现场情况留痕,实施闭环式“互联网+智慧便民”养老服务。

拿到实体“爱心卡”后,老人或家属等相关监护人可以用微信、支付宝等应用扫卡上的二维码,查看到老人的基本信息和服务内容,还能帮老人在线选择助餐、家政、助医等各项服务。

“对于特困人群,还有政府兜底,免费享受养老服务补贴规定。”浙江金色年华养老服务集团有限公司台州分公司片区长管杨小越说,按照政府规划,将来还会建设

爱心服务养老地图,扩大普惠性养老服务供给,形成“15分钟”养老服务圈。

实际上,近年来台州不断建设居家养老服务和照料中心,逐渐实现镇(街道)示范型居家养老服务中心全覆盖,“爱心卡”的推出只是服务的数字延伸,政府通过购买服务的方式,实现社会化运作,不断满足居家老年人多元化的养老需求。

“在整个养老服务体系里,社会机构是非常重要的部分。”杨小越说,各种养老方式的服务主体各不相同,政府在切实做好“保基本、兜底线”基础上,只有让各种养老方式、各个养老服务主体共同参与并协同发挥各自作用,才能形成促进全社会所有老人实现健康老龄化的合力。

过去养老主要在于解决日常生活必需的问题,是“生活必需型”养老。如今老年人对养老生活充满期盼,对高质量养老服务需求也更高,养老正在由“生活必需型”向“参与型、发展型、享乐型”转变。杨小越觉得,正因如此,各种养老方式、各个养老服务主体共同参与并协同发挥各自作用,才是好的养老服务体系,也必然是社会化的养老服务体系。

科学养护及时止“损” 关节“求救”信号,你“读”懂了吗?

本报记者洪佳祯

“最近膝关节很痛,走路都费劲!”10月10日下午,65岁的刘女士来到台州市中心医院骨科就诊,入座后将肿胀的膝盖伸到医生面前。

膝盖一走路就疼,伸展受到限制,久坐之后更是动弹不得,刘女士的症状正是膝关节炎的典型表现。10月12日是世界关节炎日,台州市中心医院骨科主任朱贤平提醒市民,平时要重视关节保养,注意控制运动量,避免剧烈运动。

关节炎作为一种常见的慢性病,泛指发生在人体关节及其周围组织,由炎症、感

染、退化、创伤或其他因素引起的炎症疾病,主要包括骨性关节炎、类风湿关节炎、痛风性关节炎等,在日常生活中并不少见。

朱贤平介绍,像刘女士的膝关节炎骨性关节炎,高发于50岁以上中老年人,是一种非常常见的老年致残性疾病。随着患者病情的加重,疼痛越来越频繁,影响到日常生活,严重者甚至导致膝关节畸形。

骨关节炎是长年累月形成的,但由于危害进程比较缓慢,人们往往对其不够重视,以为无关紧要,从而在不知不觉中加重病情。为此,当关节有红、肿、热、痛及活动受限的症状时,这就是关节在向我们“求救”了。

那么,日常如何预防关节炎、保护关节?

朱贤平建议,首先要控制体重,避免身体超重。膝关节是一个承重的关节,肥胖势必会增加关节负重,只有降低BMI指数(身体质量指数),把体重降下去才能减轻关节压力。

其次要适度运动。不建议进行高强度的运动,如爬山、跳绳、高强度的推举等。

“但是这并不意味着减少运动就能保护关节,相反只会让关节活动能力下降,加重关节退化性变。”为此,朱贤平强调,要增加关节周围的肌肉力量,比如游泳、散步、骑自行车、瑜伽等有氧运动就是不错的选择。此外,还要控制运动的强度以及注意运动的保护,比如穿弹性适当的鞋,走路选择平整的道路。

在饮食方面,可以多吃含蛋白质、钙质、胶原蛋白的食物,如牛奶、豆制品、鸡蛋、鱼虾、黑木耳、鸡爪、猪蹄、羊腿等,这些食物既能补充蛋白质、钙质,防止骨质疏松,又能促进软骨的生长,使骨骼、关节更好地新陈代谢。

另外,朱贤平也指出,关节损伤的早期处理也很重要。比如半月板损伤,损伤的半月板会磨损关节软骨,及时处理能够减少关节磨损,延长关节使用寿命。

“关节炎种类多,一般人通常难以准确辨别,一旦出现关节疼痛和病变,就要及时到正规医疗机构进行就诊,以免耽误病情。”朱贤平说。

街巷微闻

女子离家10年无户口 民警耐心疏导解心结

本报讯(通讯员徐有弟)“我有身份了,儿子也有身份了,警察同志,真的特别感谢你……”10月10日,小刘带着儿子在玉环市公安局坎门派出所户籍窗口办理了户口本和身份证,并定制了一面印有“真心为民办事 倾心为民解忧”的锦旗,感谢户籍民警柯雨萱帮她寻回失散多年的家人,结束了10多年的无户口生活。

小刘出生在广西的一个小县城,2003年,年仅14岁的她负气离家,多年来从未与家人联系,所以一直没有户口和身份证,她很少出门,只是偶尔打点零工。几度辗转来到玉环后,她与坎门男子小林相识,并组建家庭,直到2020年,儿子小晋程的出生。

因为小刘的无户口问题,小晋程无法领取《出生医学证明》,所以一直未落户。眼看孩子一天天长大,马上就要面临幼儿园入学问题,小刘烦恼不已。就在她不知所措之时,柯雨萱在“大排查行动”时,知晓了她的情况。

在前期的交流中,小刘表示自己在家里的记忆非常模糊,除了大概地址,只能提供她父亲名字的谐音。根据小刘提供的信息,民警通过技术手段反复比对筛查,最终锁定了广西灵山县的一名刘姓男子(以下称“老刘”)。该男子虽已去世,但是其年龄、姓名、家中情况与小刘说的一些细节高度吻合。可当民警将此人的照片拿给小刘辨认时,她却一口否认。

民警与灵山公安取得联系,并委托当地民警找到了老刘的儿子小礼。小礼称自己有两个妹妹,长得十分相似,自己的大妹早年离家一直未归,并提供了妹妹的照片。照片里的姑娘与小刘的长相极度相似,当民警将此情况告知小刘后,小刘依旧否认。

小刘反复的态度,让民警察觉到她可能“心中有结”。为了弄清事实,民警多次上门,通过拉家常的方式与小刘沟通,希望她能对自己敞开心扉。

最终,在民警的倾情交流下,小刘压抑在心底的情绪宣泄出来,她哭着将心里埋藏了10多年的话全都倒了出来。原来,童年时不愉快的成长经历,让小刘对那个缺少温暖的家庭产生了排斥感,她虽希望尽快办理户口,但内心的恐惧使她抗拒和家人相认。

经过民警的多次疏导,小刘解开心结,与哥哥小礼进行了视频通话,并约定时间前往广西与家人团聚。

之后,民警积极与灵山县有关部门对接,解决了小刘的户口问题。小刘的户口落实后,民警第一时间联系医院,为小晋程领取了《出生医学证明》,补录了户口,并为其办理了身份证。

小伙陷入刷单骗局 民警劝导及时止损

本报讯(通讯员刘江)10月11日,温岭市城东派出所接到市民朱某报警咨询,称其儿子小朱向一个网上的“兼职平台”转账4万余元,现在还执意向对方转账2万元,是否遭遇了诈骗?值班民警立即告知朱某这就是诈骗,让老朱先稳住小朱,并快速赶往现场。

“这是真的呀,一共四单任务,我做完第四单,就可以提现了!”民警来到小朱面前,小朱依然坚持相信自己没有遭遇诈骗,反而觉得是警察在阻止其赚钱,表示做完任务就可以将之前垫付的4.45万元,以及后续的收益提现到自己的账户。

见小朱仍执意向对方转账,民警随即联系所里同事对小朱的转账做了保护性止付。同时,对小朱进行耐心劝导:所有刷单都是诈骗,骗子会先给些甜头,前面几单会按照约定支付货款和酬劳;后面几单就会以“任务未完成”“卡单”“未按操作进行”等各种借口拒绝支付货款和酬劳,并不断鼓励刷单、刷单,且表示只有不断刷单才能拿到之前的货款和酬劳。如果听信了骗子的话,想要拿回之前的货款和酬劳,只会一步步陷得更深。

在民警耐心将刷单诈骗手段详细讲解后,小朱意识到自己真的被骗了,感到非常懊悔:“都怪我自己贪小便宜吃了大亏,更感谢警察及时劝阻了我,否则这2万元钱也要没了。”



把“烦心事”办成“舒心事”

今年以来,天台法院积极推进清廉机关、模范机关建设,全体法官主动深入乡村社区,为群众办实事解难题。图为10月13日,该院平街人民法庭法官来到雷峰乡茶丰村,实地调解村民的柿树纠纷,努力把群众“烦心事”转化为“舒心事”。本报通讯员朱利明摄。

农行信用卡老客户推荐亲友办卡赢好礼! 心中有梦,奋力攀登! 农行信用卡 助您梦想成真 金穗时尚生活 2022年10月1日至2022年12月31日,农行信用卡卡持卡人(以下简称“推荐人”),须名下所有农行信用卡账户状态均正常,通过指定入口成功推荐新客户申请农行银联主卡信用卡(卡号为“62”开头,卡面仅带有银联标识),并且该卡在卡片核发建账后次月月底前通过银联指定渠道完成任意一笔有效消费,即有机会获得下表对应奖励,礼品有限,先到先得。