

执子之手,与子偕老

七旬老翁 18年照顾病妻不离不弃

□陈建康 记者 程兰霞 文/图



陈训龙悉心照料老伴。

在射阳县农牧渔业总公司二管区境内的西匡河边上,一座砖瓦结构的三间房屋里,住着一对老人。9月15日,记者来到老人家中,瘫痪在床的奶奶不时发出微弱的呻吟声,老伴轻轻拍拍她的后背,帮她喂饭喂药喂水。这对患难与共的老夫妻,相濡以沫,已经风雨携手相伴走过41年。

爹爹陈训龙,今年70岁,是射阳县农牧渔业总公司的退休职工。老伴顾志琴小他5岁。41年前,陈训龙和顾志琴经人介绍相识相恋,几十年来,他们相亲相爱,不离不弃,在滩涂上辛勤劳作,从结婚时一无所有到现在安稳日子,男主外,女主内,平淡而幸福。俗话说,天有不测风云,人有旦夕祸福。2004年春天,47岁的顾志琴突然感觉手有点麻木,继而吃饭时拿不起筷子,走路转身时头动不了。陈训龙带妻子到县人民医院诊治,随后辗转于

盐城市第一人民医院、上海华山等多家医院。经检查,顾志琴被确诊患有帕金森综合征。“医生说,没有最佳的治疗方法,也不会有明显的治疗效果,只能通过长期服药,作维持性治疗。”陈训龙苦恼地说,老伴患病后打破了平静的生活,他在上班的同时,既要承担照顾老伴的重任,还要挑起打理30多亩承包田的担子,每天疲惫不堪。2008年,随着老伴的病情加重,陈训龙向公司提出了提前退休的申请,又将30多亩承包田流转给他人耕种,成为全职“护工”。

陈训龙退休后,每天按时给老伴服药,定期带她到医院复查,还嘱咐儿子从网上查询治疗办法、药剂选用,以及偏方治疗等。由于疾病缠身,顾志琴产生了厌药、厌食、厌世等复杂情绪,陈训龙就像哄小孩子似的给她喂饭喂药。“她在,家就在。我陪老伴聊天,把每

天发生的新鲜事和一些稀奇事都讲给她听,由于老伴爱听,有时候同一件事要讲好几遍。”陈训龙说,他通过各种方法,鼓励老伴与病魔作斗争,顽强地活下去,以此来延长老伴的寿命。

2012年,生病8年的顾志琴因病情加重瘫痪不起,陈训龙的担子更重了,每天帮老伴穿衣服,一天三顿喂饭喂药,晴好天气还把她抱到外面晒太阳、呼吸新鲜空气,多年来,陈训龙时时刻刻守护在老伴身边,从未出过远门。“2019年8月份的一天,我看她睡午觉了,就到县城药店买药,回来后发现她从床上摔倒在地,不省人事。我立即把她抱上铺后,给她掐人中、捶后背,她终于苏醒过来。”陈训龙说,老伴每一次犯病他都记得清清楚楚,他每天都变着花样逗老伴开心,减轻她的病痛。

“这么多年来,非常感谢好心邻居们,只要我家有需要,他们都随喊随到。”陈训龙18年如一日精心侍患病老伴的事迹,感动了乡邻们,他们主动帮助他料理家务,照看老伴。目前,顾志琴的病情越来越重,视神经萎缩导致双目失明,浑身疼痛难以入眠,陈训龙陪伴在左右,悉心照料。陪伴才是最长情的告白,多年来,陈训龙从未睡过整夜觉,每晚,他都定时为老伴翻身、拍背,老伴从未生过褥疮,陈训龙抱起老伴毫不费力。“这么多早起早带晚,他憔悴了好多,都是我拖累了他。”顾志琴强忍着不让泪水流出眼眶,脸上露出欣慰的笑容,对未来充满了希望。



9月14日,亭湖区新洋街道新洋社区党委、关工委邀请老年居民欢聚一堂开展猜灯谜、智力抢答等活动,活动中互动环节穿插反诈知识宣传,受到欢迎。

顾红兵 摄



近日,盐都区大冈镇躬休乐园残疾人之家组织46名残疾老人一起学习时政文件,随后开展了抢答竞赛活动并发放奖品。活动中,工作人员为残疾人送上生活用品,同时了解他们的生活情况,帮助他们解决实际困难,用实际行动关怀残疾老人。

杨长春 摄

与年龄赛跑的72岁“跑马奶奶”

据新华社南昌9月17日电 72岁的杨秀云,清晨跑10公里被她称作“每天第一顿饭”。退休前,杨秀云是江西南昌朝阳垦殖场的养殖工,那时的她并不知道什么是马拉松;退休后,她已经跑了近40次马拉松,跑马足迹最远到达了芬兰赫尔辛基。

“人生就像马拉松,我是在与自己变老的速度赛跑。”坚持奔跑22年的杨秀云说。

老人一头齐耳短发,说话的语速和她跑步步频一样快。

刚退休时,杨秀云患有肾结石,医生说如果不做手术只能通过服药配合运动的方式进行康复。那时,杨秀云经常在赣江边看到有人跑步,无论刮风下雨,乐此不疲。

一天清晨,杨秀云出门散步再度遇到这群跑友,他们相伴奔跑,还不时为彼此加油。看到投来羡慕眼神的杨秀云,跑友们热情地邀请她加入。

“刚开始,我生怕会拖他们

的后腿,但他们非常热情地接纳了我。”从跟着跑5公里逐渐到10公里、20公里、42.195公里……冬练三九、夏练三伏,杨秀云用脚步丈量的距离越来越长,还收获了一群情同家人的跑友。

“也有年龄比我大的,更多的是比我小得多的,他们叫我‘杨姐’,把我都叫年轻了。”杨秀云笑着说,现在只要一天没见到他们,心里就会空落落的。

奔跑,也给杨秀云的身心带来了改变。过去的杨秀云沉默寡言,但跑步让她的笑声爽朗了起来。2006年,杨秀云加入南昌长跑协会,成为首批会员。

2011年,杨秀云报名参加上海马拉松赛,但人生“首马”5小时才完赛,她并不满意。此后,她找来专业跑步教学视频,一遍遍学习调整自己的跑步动作,晨练时也请跑友帮忙纠正自己的跑步姿势。

2012年,杨秀云右腿患上静脉曲张,接受手术后暂停

了跑步。不少跑友以为杨秀云会就此止步,但手术3个月,她又在清晨出现在了赣江边,从慢走到跑起来,经历了半年的康复期,杨秀云没有停下奔跑的脚步。

2016年,杨秀云中签杭州马拉松赛。经过5年专业训练,当年66岁的她跑出了4小时20分的成绩。

2019年,杨秀云与跑友一起报名参加了芬兰赫尔辛基马拉松赛。“跑完全程,看到不少外国人对我这个老太太竖起了大拇指,那一刻我觉得自己也挺了不起的,我们中国老太太也不只是会跳广场舞。”杨秀云说。

刚过去的这个暑假,在杨秀云的带动下,她的两个儿子和两个孙子与她一起,清晨五六点到江边晨练,在人群中奔跑的三代人构成别样的风景。

“现在我跑10公里要花一个半小时,速度慢了,但我的脚步不会停下。”杨秀云说。

记者 高皓亮 黄浩然



9月15日,亭湖区新洋街道盐电社区专职网格员深入辖区开展群众安全感宣传活动,在社区网格内主干道沿线、居民小区等人员密集场所,通过入户走访、检查消防器材、发放消防安全告知书、举办广场活动、防范养老诈骗宣传等形式,提升居民特别是老年人安全感和满意度。

吴灏 摄