

寒潮来袭下的血管危机

每当气象台发布寒潮预警,对患有心脑血管疾病的中老年人群而言,是一场潜在的“血管危机”。研究显示,冬季是心脑血管疾病多发期,气温越低发病率越高,温度降低、日温差增加,都会提升发病风险,对65岁以上老人影响更显著。寒冷会引发复杂生理反应冲击心脑血管系统:血管收缩使血压升高,增加心脏负荷与血管破裂风险;低温促使应激激素分泌,血液变“稠”,血栓风险上升;身体代谢率提高,心脏负荷加重、耗氧量增加,易致心肌梗死。

寒潮启动“高血压”“高凝血”“高负荷”模式,使脑梗死和心肌梗死发生率攀升。国际上“BE-FAST”评估法可早期识别脑卒中:B(平衡)失调、E(眼睛)视力变化、F(面部)不对称、A(手)无力麻木、S(语言)困难,出现上述情况,T(时间)上要立即拨打120。刘敏

一张老照片牵出双重暖 淄博翁寻青岛友 意外“找到”上海师母

一则寻友启事,牵出两段跨越数十年的温情联结。日前,本报报道了淄博八旬读者蒋玉军寻找青岛老友覃延义的故事,在社会各界的助力下,两位耄耋老人成功相聚。近日,这则寻亲故事又产生了温暖的“涟漪”——已故北京制冷专家胡世辉的夫人佟效兰,在看到本报的报道及丈夫年轻时的珍贵照片后,通过本报热线(0532)66988698与蒋玉军取得联系。两位老人通过电话,共同追忆逝去的故人与岁月。



1964年,蒋玉军(左)与胡世辉在沈阳合影。

一张老照片 在特殊纪念日“叩响”心门

文中配发的黑白老照片。亲戚当即将文章链接转给了她。看到丈夫年轻时的影像,读着文中那段描述丈夫授课风采、感念其师恩的文字,佟效兰瞬间泪眼婆娑。尤其让她心潮难平的是,亲友传来消息的这一天,恰是胡世辉去世18周年的纪念日。

一通电话 共叙往日师恩与故人

“看到这段关于老伴的文字,感觉非常亲切。尤其是还有一张丈夫年轻时的照片,太珍贵了。”佟效兰在电话中哽咽道。她告诉记者,丈夫去世后,她于2008年从北京搬到上海与儿子一家同住。时隔多年,在这样一个特殊的日子,以这



胡世辉的爱人佟效兰



1977年,山东省赴唐山医疗器械检修小分队合影。蒋玉军(二排左二)、青岛医疗器械厂两位女同事(前排左二、左四)

样一种方式与丈夫“重逢”,对她而言是莫大的慰藉与感动。佟效兰此番联系本报,一是希望能向蒋玉军表达感谢,感谢他时隔多年仍清晰记得胡老师;二是要感谢报社,用文字和图片记录并留存了这段宝贵的记忆。

挂断电话,记者立即充当起了“传音筒”,联系上了蒋玉军。听闻佟效兰的消息,蒋玉军同样心潮澎湃:“当年从沈阳培训完,后来我还去北京看望过胡老师几次。我去胡老师家的时候,他已经结婚有小孩了,只知道他爱人是一位中学

老师,我一直非常尊敬老师。”他清晰记得胡世辉老师在专业上的悉心指导,称其为自己工作的“奠基人”。

在本报的牵线下,两位老人很快通了电话。电话两端,一位怀念着亦师亦友的丈夫,一位追忆着人生路上的恩师。他们聊起往事,互致问候。“通过报纸,不仅能找到多年的好友,还能联系到以前恩师的家属,真的太感谢了,感谢老年生活报。”蒋玉军老人感慨道。

一段由本报发起的寻亲故事,至此画下了一个更为圆满、充满温情的句号。记者 尚美玉

为妻子报名生日同悦会,69岁画家成“活动粉丝”

本报一月生日会继续报名,邀您共享温馨时刻

本报讯 “12月份的生日会组织得太贴心了,1月份是我妻子的生日,我们还能报名参加吗?”连日来,本报《一月寿星看过来!生日“同悦荟”邀您共庆生辰》的消息一经刊发,报名热线便持续升温,不少1月份过生日的读者纷纷致电锁定参与名额。其中,刚参加过12月活动的读者王瑞,第一时间为妻子胡慧报了名。

今年69岁的王瑞是一名

画家,毕业于青岛市工艺美术学院,曾从事产品设计工作,后来创办了自己的公司。此前,他曾携妻子胡慧一同参加本报12月生日“同悦荟”,现场氛围让夫妻俩印象深刻。“这是我们第一次和这么多素不相识的朋友在酒吧过生日,特别有意义。”王瑞回忆道,当时他还许下了新年愿望,希望2026年自己的绘画技艺能更上一层楼。

而妻子胡慧的生日恰在1月29日,看到活动延续举办,便毫不犹豫再次报名,“希望陪她再感受一次这份喜悦。”

为持续践行服务读者的公益初心,搭建读者之间相识相知的交流平台,本报读者生日“同悦荟”活动将温情延续。现诚挚邀请所有1月出生的读者——无论年龄、不分职业,只要生日在1月,即可加入这场专

属聚会。活动现场不仅准备了定制生日蛋糕、精美茶点,还安排了互动游戏、才艺展示等环节,让寿星们在欢声笑语中分享祝福、记录温馨。

目前,活动报名持续进行中,欢迎拨打热线(0532)66988698、66610000咨询报名。让我们相聚一堂,携手迎接崭新的一年。

(记者 尚美玉)