



尚升:战火淬炼信念 荣光薪火相传

97岁的尚升,1929年12月出生,1948年2月参加革命工作,1982年8月离休。他离休前任海军工程兵建筑第三团后勤处处长。曾参加陕西李家坡战役、扶风战役、兰州战役和抗美援朝战争,获得解放奖章。

1 子弹擦过头顶, 经历九死一生

因出身贫寒,幼年的尚升常常饿肚子,只能吃糠咽菜。后来,他和老乡一起参了军,跟着部队南下打仗,就是这一次选择,让他不仅填饱了肚子,也明确了人生的方向,走上了革命道路。

“我参军没多久时间,因为打仗勇敢,便立了功。我们指导员找我,问我要不要入党,我也不懂,就问党是什么。那时候入党得保密,指导员就悄悄告诉我说,共产党是要解放全国人民,要解放穷人的党。我一听,就立刻答应说我要加入,从此我就入了党。”组织上的认可和信任让尚升倍感光荣,也让他更加坚定。

1949年8月,尚升跟着部队解放兰州,打了一场规模最大的城市攻坚战——兰州战役,这也是解放大西北中最关键、最激烈的一次决战。尚升说,当时有一颗子弹擦着他的头皮过去,至今脑袋上还留有一道疤痕。“当时只感觉一阵发热,还没弄明白怎么回事,就有血淌下来了。”

2 两天三夜不眠不休,阻击敌人

兰州解放后,尚升跟着部队留在了高台、张掖一带。20世纪50年代,战火烧到鸭绿江边,响应部队号召,尚升和战友们义无反顾地奔赴朝鲜战场。作为第二批入朝的部队,为躲避敌军严密的监控,他和战友们只能趁着夜色摸过江水。回忆起在朝鲜的经历,尚升印象最深刻的就是一次持续了两天三夜的阻击。

“朝鲜有条临津江,临津江就是南朝鲜和北朝鲜的分界线,地处山区。当时团里派我在其中一个山头上阻击敌人。这里位置重要,绝对不能让敌人通过,一旦敌人抢占这个山头,他

们就可以畅通无阻地渡过临津江了。”尚升和战友们与敌人距离很近,只隔个山沟,相互能看见对方。战士们严防死守,夜不敢寐,足足守了两天三夜,圆满完成了任务,成功阻击了敌人。

“当时,我们在战壕里,天气十分恶劣,下大雪的时候,我们站在雪地里,一动不动,手都被冻得没知觉,拿不住枪,大家也咬紧牙关坚持下去。”当时,最好吃的东西就是压缩饼干,被冻过后很难掰开,渴了就吃雪。由于在风雪中受寒受冻,很多战士都被冻伤了,尚升的腿也因此落下了病根。

3 机警果断,生擒敌军俘虏

“记得那一天,团里派我带两个班,负责侦察对面被美国鬼子占领的山头,团里要求我们要把前哨哨所消灭掉,也要活捉俘虏。”因为敌人的碉堡威胁很大,需要尽快解决。时间紧任务重,尚升便带着两个班,白天侦察,晚上趁着夜色、冒着小雨,翻过小山,出其不意地冲进敌人哨所,成功抓获了美军战

俘。“他们离我们这就隔个山沟,当时的情况很紧张,我们两次抓到了战俘,我也因此被记了二等功。”

对于现在的尚升而言,最重要的任务是教育好下一代。现在老人一家四世同堂,尚升一直教育子女儿孙,不能忘记过去,不能忘记共产党的领导。

记者 张磊 通讯员 游潇

银发欢聚上街里 凝心聚力启新程

市南区组织离退休干部走进啤酒节上街里特邀专场

本报讯 7月22日,青岛市南区邀请离退休干部参加“看发展跃升谋市南新篇”——第36届青岛国际啤酒节青岛老城会场(上街里)特邀专场活动。区委书记王锋,区委副书记、区长刘存东,市人大常委会党组书记、主任张忠,区委常委、组织部部长甘荣,区政府副区长方利阳等区领导出席活动,韩连德、

纪新芳、任宝光等离退休干部代表参加活动。

活动围绕“看康养项目、看城市地标、看老城变迁”三条主线进行实地考察,共同见证“中国康湾”特色承载区建设的坚实步伐、中国楼宇经济高质量发展城区的崛起之势以及城市更新华美蝶变。

王锋向老同志们通报了

2026年上半年市南区经济社会发展情况,与离退休干部代表座谈交流。老同志们表示,通过活动,既看到了中国康湾特色承载区建设的丰硕成果,也感受到了历史城区焕新活力和亮眼图景。下一步,将继续多献务实之策、多建睿智之言、多聚发展之力,汇聚银龄动能、展现银龄担当。

(记者 臧硕 通讯员 何岳)

沽河农场的沧桑巨变

韩专德,1929年11月出生,1949年2月参加革命工作,1990年11月离休。离休前任胶州市人民代表大会常务委员会副主任,曾参加沽河农场初建工作。

1952年春,韩专德在胶县第四区(现胶州市胶东街道办事处)任文化站站长。一天,区长赵吉汉对他说,部队要大范围建设农场,让他陪同县政府建设科葛贤卿科长和部队的一名参谋去察看地形,并配合完成这一重要任务。

他们首先查看地图,利用三天时间专门研究制定具体意见,拿出实施方案。一周后,初步的农场建设构思图出来了。韩专德和工作人员带着简易工具一早从南庄(区公所驻地)徒步出发,开始圈地。经过小西庄、大西庄、李家河、周家滩、高家台子,傍晚到达刘家村,一天就完成了整个圈地任务。晚上,他们就在—农户家住宿。第二天,利用地图和实际地形进行对比,部队参谋用墨笔画好了农场初步建设图。计算出整个农场建设土地在五万亩左右,基本上都是非耕地。其中,沿大小西庄、李家河到周家滩周围多是一片芦苇,南面一带多是盐碱地。

县政府和部队领导采纳了他们的意见,同意按照意见修建农场。在地方和部队的共同努力下,农场按期建成,部队长期驻守。整个农场分东场和西场两部分,东场主要引大沽河水生产水稻,西场生产小麦。农场内还建起酒精厂、造纸厂和打靶场等。后来,驻扎在农场的部队撤离,农场逐渐发展成为招商引资的重要基地。特别是最近几年建起秧歌城和少海新城,集自然生态、度假休闲旅游、历史人文景观为一体,为城市发展增添了一颗光辉灿烂的明珠。

记者 臧硕
通讯员 夏楠

肠胃好,不易 患抑郁症

你是否有过这样的体验:心情烦躁时肠胃也跟着“闹脾气”,出现胃疼、腹泻等不适;反过来肠胃不舒服时,情绪也会变得焦躁不安。其实肠胃堪称我们身体里的“情绪器官”。

肠道内有多达千余种菌群,形成了独特的微生态系统,它们能通过脑肠轴和大脑双向传递信息,直接影响我们的情绪。研究证实,抑郁症患者的肠道菌群丰富度和多样性普遍偏低,菌群紊乱还会干扰5-羟色胺、多巴胺等神经递质的分泌,增加抑郁风险。而长期压力、情绪过激也会反过来诱发肠易激综合征、胃酸分泌过多、胃食管反流等胃肠问题。

此外,肠道菌群还和全身多个系统健康密切相关:它的紊乱可能诱发慢性炎症、类风湿性关节炎等免疫相关疾病,影响胆固醇水平威胁心血管健康,甚至和帕金森病、阿尔茨海默病的早发存在关联。