飞鸟为伴 光影为媒

“银发少年”,定格飞羽传奇

不久前,“高尚潮摄影集首发式”在菏泽举办。87岁高龄的高尚潮带着他的新作品《彩色的世界》亮相。这本大16开的精装摄影集以厚实质感的铜版纸印刷,捧在手里沉得像块砖,翻开便是满页鲜活的鸟类影像,引得在场众人啧啧称赞。



高尚潮

几年前,高老在菏泽赵王河畔散步歇脚时,意外撞见两只丝光椋鸟在枝头上演完整的互动全过程:从初见时的拘谨试探,到慢慢靠近、亲昵互动。鸟类世界里这般细腻鲜活的情感瞬间,让本就对鸟类颇有研究的高老深受触动,他当即下定决心扛起相机,要把这些生灵的故事记录下来,让更多人看见鸟类的丰富与灵动,推动人鸟和谐共生、守护生态环境。

为了捕捉珍稀鸟类的理想画面,耄耋之年的高老足迹几乎踏遍全国:南到海南三亚,北至黑龙江漠河,西抵西藏,东达沿海。为了蹲守特定鸟种,有不少拍摄点他都要往返三四次。

2023年4月,他赴云南盈江拍摄犀鸟。在陡峭的山路上,他肩扛相机、手提三脚架,一天之内数次攀爬数百米的山谷山头,不肯错过任何一个能记录犀鸟身影的机会。

2025年隆冬,他原本约好两位鸟友同去大庆拍摄国家一级保护动物大鸨,临行前同伴因故全部缺席,旁人都劝年近九旬的他放弃这趟严寒中的远行,高老却二话不说背上全套“长枪短炮”独自登上高铁闯关东。为了拍好大鸨,他后续又两次奔赴大庆,还辗转河北沧州等地,单这一个鸟种的拍摄路程,便称得上是“八千里路云和月”。

在高老家中的器材室里,满满一层书架摆放着尼康、索尼的高端相机,各类长焦、短焦、微距镜头依次排开,其中一台十几斤重的长焦镜头,他常常徒手托举数小时追拍飞鸟,哪怕手臂酸痛也不肯放下,拍不出满意的画面便绝不收工。

如今,87岁的高老依旧面色红润、思维敏捷,与人交谈时谈笑风生,完全看不出耄耋之年的疲态。从他身上不难看出,人到老年,只要追求无止境,活力与作为便永远没有边界。 陈奇

老年生活大学金华路校区全新启航

“龄里荟·生活文化中心”首期体验课开始报名啦

近日,青岛老年生活大学再添一处全新学习阵地——由中泰信集团旗下青岛悦龄文化打造的金华路校区,正式亮相市北区金华路33号中泰信大厦10楼的“龄里荟·生活文化中心”。笔者走进校区看到,3000平方米的全新文化空间里琴声悠悠、笑语不断,不少提前来探班的中老年朋友已经提前体验了课堂氛围。

该校区依托集团自持产业优势,采用“体系化研习讲堂+同频兴趣社群”双轨运营模式,围绕身、心、商、智、美五条主线,打造出可学、可聚、可歇、可创的一站式中老年文化活动空间。目前,校区首期课程已全部准备就绪,涵盖舞蹈、太极、瑜伽、形体模特、朗诵、书画六大兴趣类课程,同时搭配手机摄影、中医养生两门实用技能课,全部课程对零基础学员友好,无需相关基础即可报名。

首期体验课正式开启!39.9元就能上4节精品课。学习周期为11月24日至26日,缴费后大家按照课程时间自行到校即可。详询:18863985185、18863985186。 袁俊

找不同

两幅图中有八处不同的地方,请读者朋友找出来。绘画/点点 (答案见4版)





数独

3			8			2		
		9		6				1
			5				6	
7						8		9
	5			3			2	
6		3						4
	2				9			
5				1		4		
		4			2			5

(答案见2版中缝)

博览

阿尔茨海默病“病根”其实不在大脑

长期以来,阿尔茨海默病被普遍认为“病根在大脑”,靶向清除脑内β-淀粉样蛋白和Tau蛋白的药物始终效果有限。一项最新基因组分析提出颠覆性观点:这类神经退行性疾病的源头,可能远在皮肤、肺部、肠道等大脑之外的器官,相关风险隐患甚至在记忆力衰退的数十年前就已埋下。

美国印第安纳大学的唐娜·威尔科克指出,神经科学领域长期过度聚焦大脑,却忽略了大脑与身体其他器官的紧密关联。为探明阿尔茨海默病的遗传基础,丹麦哥本哈根大学诺和诺德基金会基础代谢研究中心塞萨尔·库尼亚团队,对欧洲阿尔茨海默病与痴呆生物库中超8.5万名患者、48.5万名对照者的基因数据展开研究,同时分析了人体40个外周部位、100个脑区中500万个单细胞的基因活性。

研究团队重点梳理了1000个已知的阿尔茨海默病风险变异基因,结果却发现:这些基因在大脑中的表达频率极低,反而大量活跃在皮肤、肺、消化系统、脾脏及血液免疫细胞中。多数风险基因的功能与免疫调节相关,它们集中分布在皮肤、肺、肠道这类需要靠炎症反应抵御病菌、毒素和过敏原的屏障组织中。这一结论得到多项独立研究的印证:夏威夷长期随访数据显示,近60岁时血液炎症指标偏高的男性,七八十岁后罹患阿尔茨海默病的风险显著上升;另有大量研究证实,中年阶段患上湿疹、肺炎、牙龈病、肠道感染,或长期存在高血压、糖尿病等慢性炎症相关疾病的人群,成为记忆衰退的早期前兆,晚年发病风险明显更高。

这也解释了为何现有药物疗效不佳——过去的治疗始终针对脑内蛋白沉积这一“疾病结果”,而非真正的早期病因。参考肥胖研究曾因转向大脑食欲调控通路取得突破的经验,新的防控思路正逐步清晰:不再等大脑出现明显病变才干预,而是提前在中年阶段控制外周炎症。 轻舟