

让她以更积极心态面对疾病、生活和未来
雪梅抗癌路上收获无尽的亲情友情师生情

有一味良药叫 亲朋好友

抗癌斗士
幕后

主动给租户减免房租

在市北区南京路上,雪梅跟丈夫鲁少杰经营着一家餐饮店,而这里也成了雪梅与癌症抗争的最大支撑。

2019年,鲁少杰把这个店铺租出去了。正值疫情,当时的租户王班庆接到鲁少杰的电话,“这个月的房租不用交了,咱们一起共渡抗击疫情的难关。”鲁少杰的一句话,让王班庆感激不已,因为在这个时候,减免的4万元房租对王班庆来说太重要了,至少员工的工资不用发愁了。

“租房合同早就签了,付房租天经地义,人家主动减免我1个月4万元的房租,就等于自己少了4万元收入。”王班庆很动容,庆幸这样的好房东让他给遇上了。王班庆说,春节对餐饮行业来说可是消费旺季,当时,他早早就备下大量活鱼和各种食材,饭店员工也全部留下。然而,突如其来的疫情,让餐饮业遭遇寒冬,“留下员工不回家过春节,答应加班工资是绝对不能反悔的;房租也必须按时交;店里前进的食材卖不出去,变质的只能扔掉,这些损失对经营完全靠日常现金流水的饭店来说,真是很艰难的事情。”王班庆说,他接到鲁少杰的这个特殊拜年电话,心里暖暖的。

“我的公司业务也在疫情中停滞了,所以我能体会到租房店主的难处。”鲁少杰说,自己经营的青岛巨星科技有限公司以前就在出租的店面办公,店面出租后,自己的公司搬到了楼下,两家成为邻居。“我不会说大道理,就觉着遭遇到眼下的困难,咱们应该相互帮一把。”鲁少杰说,“我的公司遇到困难,租房的餐饮店估计困难也不小。决定减免对方1个月的房租,刚开始租房的店主有些不好意思,我说就这么定了,现在我帮你,如果以后我有点困难,你还能看着不管?”在鲁少杰看来,苦难总是暂时的,相互帮衬一把,就没有过不去的坎。

租房合同期满后,雪梅跟丈夫鲁少杰决定将门头留下来,自己开一家餐饮店,顺便可以让朋友们路过时有个地方歇歇脚。就这样,“雪梅的小

屋”也正式成立,朋友们会在休息时间去“小屋”里畅谈人生,把酒言欢。

家人的陪伴带来安全感

翻开雪梅的朋友圈,映入眼帘的是近期她和家人一起外出旅游、聚餐的照片,照片里的她笑容满面。“从生病开始,哪怕我去验个血,他(鲁少杰)都从来没有让我独自面对这件事情。”雪梅说,“我说我自己去就行了,你忙你的,我觉得有的时候其实身体状态还挺好的。”但鲁少杰表示,尽管自己不能代替妻子承受病痛,但是至少可以陪伴在她身边,让她知道她有坚实的后盾。“我当时在医院的时候,不少病友都说我找了个好丈夫。”说到这里,雪梅脸上洋溢着幸福的笑容,“我们俩经常手拉着手,有的时候不需要说什么,只要他在你身边,你就觉得生活是安稳的、舒服的。只有夫妻携手,在困难时期能够相互支撑跟依靠,这才是最大的“安全感”。”

除了丈夫的支持,儿子帅帅的默默付出也让雪梅没有了后顾之忧。最开始夫妻俩刻意将病情瞒着儿子,不想因为这件事影响在外地打拼的他,但他们的异常很快就被儿子发现了。“我跟我妈每天都要通电话,有一段时间我给她打电话,她总是说自己有事。然后我给爸爸打电话,他也没说时间接电话。他们两人怎么都说有事?那个时候我就感觉不对劲。”眼看瞒不住了,夫妻两人这才将病情告诉了儿子。

“最开始只知道我妈得了乳腺癌,当时也没想到这么严重,我就常往家里跑。”母亲做完手术后,帅帅就交接了手中的工作回到青岛,回到父母身边。“我还记得当时儿子跟我的话,‘不要担心药贵,儿子有本事挣回来。实在不行咱们就卖房,房子是砖头砌的,砖头不重要,你的命才是最重要的。’”雪梅说。

家庭对雪梅来说像生命一样,本身要强的她,始终觉得自己是这个家庭有力的担当,但是当变成弱者弱者的时候,才发现家庭给予她的安全感太重要了。

倘若把苦难看作命运的馈赠,从崩溃哭泣到坦然接受再到积极面对,乳腺癌患者雪梅用了两年多的时间。历尽劫难,她已经能用更加平和的心态面对疾病、面对生活、面对未来。而这背后默默支撑她闯过一关又一关的精神支柱就是——“雪梅的小屋”。在这里,她的爱人用细心的关怀陪伴她走过漫漫抗癌路;在这里,她的家人无声守候,用行动斩掉她所有的顾虑;在这里,她的朋友们用欢歌笑语带走所有的阴霾。对“重生”后的新生活,雪梅满心希冀。



雪梅患病前一家三口合照。



雪梅通过视频看到丈夫鲁少杰在理发店剃光头。

朋友的支持让她更乐观

一个人的精神状态和追求非常重要,兴趣爱好可以帮助患者转移注意力,让生活变得充实,同时帮助患者从紧绷、焦虑的心理状态中释放出来,更有利于病情康复。雪梅深知,抗癌是一辈子的事,她渴望回归正常的生活。如今的雪梅,经常出门放松,时不时和朋友聚会,日子过得很是充实。

在“雪梅的小屋”里,雪梅和丈夫特意喜欢打乒乓球的朋友准备了一个乒乓球台,朋友们有时间就会过来打两局。在雪梅患病后,这个小屋的欢声笑语也从未停止。“朋友们就像我这段艰辛路程上的糖果,他们从来没有多说什么,但却一直陪伴在我身边。”雪梅说。

前段时间,雪梅和丈夫跟朋友们相约一起去临沂泡温泉,“没想到到了目的地后我开始肠痉挛,当天晚上肚子疼得没睡好觉。”雪梅说,第二天她肚子疼到连说话的力气都没有了。当时在临沂很多药店没有找到治疗肠痉挛的药,跟雪梅一起去泡温泉的两个朋友几经周折,开车跑了100多公里终于把药给买来了。“当时他们说的话让我非常感动,他们说,如果在这买不到的话,咱们直接开车回青岛买。”雪梅说。

雪梅告诉记者,她的好友李欣怡每一次来“雪梅的小屋”玩,都会陪她聊聊天,“她会问我近况如何,也经常开导我。”雪梅说,人生有的时候会遇到各种各样的困难,但是只要有了坚定的信念,有了身边亲朋好友的支持,就能支撑你一直往前走。

学生的感恩带来感动

雪梅在乳腺癌患者中属于病情比较严重,但心态却是最好的。不管治疗有多痛,她都不愿意呻吟,反而安慰家人和病友。在她看来,治疗癌症的过程虽然很艰辛,但是调整好自己的心态,学会享受生活尤其重要。雪梅退休前是一名小学老师,在她的职业生涯中,教过许许多多的学生。

在患病期间,很多学生听说雪梅生病后,特意到店里探望她。“有一个学生进门就抱着我哭,把我都哭蒙了。”雪梅回忆起当天的场景心情很复杂,她没想到自己原来有这么多牵挂她的学生。

雪梅告诉记者,她有个学生叫孟祥亮,学习成绩并不是很好,但是在电脑方面很有天赋,小学三年级的时候就能帮老师修电脑。“孩子每到放假就到我丈夫的公司玩,因为我丈夫公司是做计算机,办公设备这一方面的,他跟着工程师边学边玩。后来他到了青岛电子学校学习计算机专业,2023年刚毕业。我们到现在也经常联系,聊聊天。”雪梅笑着说,“作为一名老师,看到他能学到一技之长,我为他感到骄傲。”

如今,雪梅的身体状况逐渐好转。经历了病痛的折磨,她变得更加开朗,决心要和病魔斗争到底。“我不再把自己当病人看待,每天该做什么就做什么。”现在,雪梅每天都把生活安排得很充实,多陪伴家人、朋友。

“得了乳腺癌的姐妹不要害怕,要相信医生,好好配合医生,在治疗过程中应该保持良好的心态,用积极乐观的态度面对癌症、战胜癌症。”雪梅说,“很多乳腺癌患者对这种疾病缺乏认知,因此错过了最佳治疗时机。我想让更多的人了解这种疾病,只有认识它,才能战胜恐惧,树立信心。”



患病前的雪梅装饰用来和好友欢聚的“雪梅的小屋”。



儿子陪雪梅在“雪梅的小屋”打乒乓球。

延伸

正确认识乳腺癌

乳腺癌是中国女性最常见的恶性肿瘤之一,其发病率位列女性恶性肿瘤之首,呈逐年上升且有年轻化趋势。乳腺癌发病率逐年增高,我国乳腺癌患者数量已达到100多万人,每年新发乳腺癌30多万人。乳腺癌发病率的升高,与人们生活水平的提高、饮食、营养结构改变,生活压力增大以及环境恶化等密不可分。靶向治疗、免疫治疗、内分泌治疗等层出不穷的创新治疗手段,为广大患者带来了更多生存希望。

早期乳腺癌是可以治愈的,总体5年生存率82%,较10年前提高了7.3%。近年来我国乳腺癌患者的预后、治愈率不断提高,临床分期I期生存率95%以上,II期生存率90%以上,III期生存率80%以上。

虽然乳腺癌的风险因素不完全可控,但采取一些健康生活方式可以帮助降低患病风险。保持适度的体重、均衡的饮食、定期运动和避免过度饮酒被认为是预防乳腺癌的关键。同时,定期进行乳房自检和接受乳腺癌筛查也是早期发现和治疗乳腺癌的重要手段,常见症状包括乳房肿块、乳房疼痛、皮肤凹陷或凸起以及溢液等。

乳腺癌高危人群

《中国抗癌协会乳腺诊治指南与规范》指出,乳腺癌的高危人群是具备下列因素之一的个体:

1. 一级亲属(母亲、女儿或者亲姐妹)任何1人有乳腺癌或卵巢癌病史。
 2. 二级亲属(姑、姨、祖母或外祖母)中有两人以上且50岁前罹患乳腺癌或卵巢癌。
 3. 一级亲属(母亲、女儿或者亲姐妹)任何1人查出BRCA1/2基因的遗传性突变。
 4. 自身被查出有BRCA1/2基因的遗传性突变。
 5. 既往有乳腺不典型增生或小叶原位癌的病史。
 6. 既往30岁前接受过胸部放疗。
 7. 根据评估对象的年龄、种族、初潮年龄、初产年龄、个人乳腺疾病史、乳腺癌家族史和乳腺活检次数等多个风险因子,利用Gail模型评估为高风险的个体。
- 月经初潮早、绝经年龄晚、未生育、初产年龄晚、未哺乳、多次流产等均是患乳腺癌的高危风险因素。

乳腺癌筛查

高危人群推荐40岁以前就开始定期进行乳腺癌的筛查,筛查频率推荐每年1次,筛查手段除了乳腺X线检查之外,还可以采用MRI等影像学手段。

每年1次乳腺钼靶或乳腺增强磁共振,每6—12个月查乳腺彩超,每6—12个月进行乳腺专科体检。

记者手记

面对疾病的考验,不轻易低头

癌症是威胁人类健康的主要疾病之一,当部分患者用乐观态度和积极面对疾病时,总能感动身边人。世界卫生组织曾指出,40%以上的癌症可以预防,早发现、早诊断、早治疗是降低癌症死亡率的关键。而我们所能做的就是“肩住黑暗的闸门,放它们到宽阔光明的地方去”,传播更多像雪梅一家人一样正能量的抗癌故事,给予更多患者信心。

虽然乳腺癌的发病率在女性各部位恶性肿瘤发病率之中是最高的,但是,医学科技的昌明让预防与治疗的效果都有了显著提高,正如雪梅所言,“心态是最重要的”。即使面对癌症,如果能早发现、早诊断、早治疗,也意味着早日获取抗癌的胜利果实。我们都是平凡的人,面对乳腺癌,我们害怕手术失去乳房,害怕化疗掉光头发,我们也会充满恐惧……但我们又是不平凡的人,面对疾病的考验不轻易低头,再大的痛苦都能熬过来,深知生命脆弱,所以更珍惜每一天的时光,带着坚定的信念去享受生活的美好。

有时候命运给了我们太多的猝不及防,有时候我们无法抗拒命运给予我们的灾难。但请相信,如果你选择绽放美丽灿烂的笑容,那阳光总会洒在生命的路上,不仅照亮自己,更会照亮他人。