

全家福背后的故事

见习记者 李秋艳 周亚涛

相依相爱就是幸福的



“锅碗瓢勺曲，菜粮瓜果谣，伴随岁月漫逍遥，潇洒笑弯腰。理解心灵美，包容雅量高，相互关爱乐陶陶，鬓雪路迢迢。”这是潘宗豪老人写给妻子的词。10月23日是妻子费继英72岁的生日，对于眼前陪伴自己走过了50多年风风雨雨的爱人，潘宗豪老人只说了“谢谢”两个字，费继英老人听后便泪如雨下……

1959年，潘宗豪经人介绍与正在读高中的息县老乡费继英认

识，两人一见钟情，一年后就在部队首长的见证下举行了婚礼，那年费继英20岁。对于费继英来说，生活的磨难从那一刻起就开始了。夫妻两人聚少离多的生活对于一位军嫂来说是家常便饭，一个人照顾孩子和打理家务几乎是费继英生活的全部。但夫妻彼此间相依相爱，生活再累都是幸福的。

20世纪60年代以后那段不堪回首的岁月，使这种简单的幸福承受了更多的磨难。潘宗豪经常被

拉出去批斗、教育，后又下放到农村，夫妻两人一连几个月见不到面。由于受丈夫的牵连，独自带着3个孩子的费继英更是承受了巨大的精神折磨，但是费继英始终坚信丈夫是清白的，一直等候到丈夫平反。回忆起那10年的艰苦岁月，费继英老人的眼圈再一次红了，她哽咽着告诉记者：“那个时候的他比我坚强多了，不是因为他也坚持不下来。”

生活回归正常后，对于同时卸下沉重精神负担的两个人来说，幸福的生活才真正到来，因为共同经历过磨难，所以幸福显得弥足珍贵。然而对于坚强的人来说，磨难似乎更容易光顾。1997年11月15日是费继英老人一生都不会忘记的日子，因为在那一天与她相伴快40年的老伴儿被医院下了病危通知书，这对费继英来说可谓晴天霹雳。本来以为只是感冒，谁知道竟然是脑梗塞。由于儿女都忙着工作，费继英老人便全天候守在老伴儿身边，并肩与病魔作战。3个月后，潘宗豪才被医生允许出院。出院之后，费继英老人更是无微不至地照顾老伴儿。

“我中风都15年了，她一直照顾我，陪我锻炼，定期陪我去医院检查，倒便盆儿，儿女都在外地工作，这些都是她一个人做，没有她，也没有现在的我。”潘宗豪对记者说，虽然嘴上没有再说“谢谢”两个字，但对老伴儿的感激之情溢于言表。52年风雨同舟，不管多大的风浪都携手走过。这一刻，我们用相机镜头记录下的是两位饱经风霜的老人风雨过后灿烂的微笑，这是对50多年婚姻之旅的最美诠释！



近日，浉河区计划生育服务站走进社区为老人们义诊，并为他们开展健康咨询。图为服务站的工作人员在报晓新村社区为老人们提供健康咨询。

见习记者 周亚涛 摄

手机看病软件受青睐

与正规就医存在差距，应谨慎使用

信阳消息(记者 谭剑波) 随着智能手机的流行，“用药指南”、“家庭医生”等对症下药类的手机软件悄然兴起，一些年轻人图省事，很青睐这种软件。平日里一旦有个头疼脑热，不用专门去医院看病，翻翻手机就知道该吃什么药了。不过专家提醒，这些应用软件并不科学，病人看病还需接受正规的诊断和治疗。

市民聂立成今年二十出头，平时很喜欢玩智能手机，玩的时间长了，他发现众多的手机软件里，有一些软件能够起到寻医问药的作用。于是，他就在手机上安装了一个名叫“家庭医生”的应用程序。据聂立成介绍，这个“家庭医生”其实就是一种手机软件，类似的还有“用药指南”、“掌上医生”等，因其功能齐全，诊断起来方便快捷，所以在智能手机的软件平台里拥有较高的人气。

记者试着用了用这个软件，发现其功能确实不少，能够查询药品真伪、解答用药禁忌，还能提供饮食调理和偏方。只要手机

安装后，输入症状或疾病名称，软件很快就能显示出用药信息、饮食安排等内容。

这种所谓的“手机问诊”软件到底靠谱吗？记者就此采访了154中心医院急诊科陈医生。陈医生表示，每个人的身体状况不同，即便是症状相似，也有可能是不同的病因引起的，用药和治疗方法也就不同。陈医生告诉记者：“患者来医院就医，存在着一种诊断过程，医生通过询问、了解和设备检查后，才能准确判断出患者到底得了什么病，这是手机软件不能达到的。”

此外，“手机问诊”的更大风险还在于患者的合法权益得不到保护，患者到医院看病，医患双方形成了一种合同上的法律关系，而患者在软件上搜出来的处方，没有明确的法律规范，一旦出现了用药问题或者延误了病情，患者将难以维权。因此，本报提醒广大市民尤其是青年人，要慎重选用这些软件进行网络诊疗，一旦生病还是要到诊所或者医院接受正规治疗。

亲，吃火锅你看“表”了吗？

每样菜烫多久才合适 网上流行一份火锅烫菜时间表 计时烫煮

专家称吃得安全熟透是原则 肉类应煮10分钟以上

凤爪15分钟，鱼头15分钟，肥肠10分钟以上，鱿鱼2分钟，牛百叶5分钟，冬瓜5分钟……近日，新浪微博上，一则“火锅烫菜表”大为流行，引起不少吃货的兴趣。记者亲身实验，倒是挑出不少疑问。

有些菜对“表”煮不太准

前晚，记者在吉庆街一家火锅店，挑选了肉、菜、鱼类等多种菜肴陆续下进火锅，按照火锅烫菜表的时间捞起试吃，并且结合店中多名食客的经验，结果表明，“火锅烫菜表”上的大部分菜肴煮时间是合适的，但也有不少瑕疵和见仁见智之处。

鱿鱼2分钟捞起来，还有点生，煮上三四分钟，恰到好处，还不老；牛百叶5分钟，也搞不定，嚼在嘴里还是嘎吱嘎

吱响，咬不烂，得煮上六七分钟；冬瓜煮上5分钟后，已经稀软了，没有嚼头了；豆干两到三分钟，可以入口了，但是冻豆腐就得煮五分钟左右了。

不过，对“表”上的时间，食客意见不一。有的说，像一些蔬菜，比如黄瓜条，可以生吃，也可以烫烫就捞起来，还有香菜，也不用烫一分钟，稍微烫烫就可以捞起来吃了。

火锅店不太干涉下菜时间

昨日，记者走访徐东销品茂、新华路等地的火锅店，大多火锅店都没有贴出烫菜的时间表。店里，也是客人自己控制下菜时间，只有部分火锅店服务员在上菜的时候会提醒。“鸭血不容易熟，最好多煮一会儿；虾滑比较清淡，可以先下……”“吃火锅全凭顾客的口味，我

们有建议，但不能要求食客都按这个来。”吉庆街渝尚煌火锅店店员说。

专家：吃得安全熟透是原则

昨日，市传染病防治中心主任梁建生说，吃火锅，如果以卫生、安全为原则，就要熟透。以不同品种为例，肉类最好煮10分钟以上，直到全熟。鱼类身上有寄生虫或微生物，得煮至少15分钟以上。至于脑花、血旺这些，则要煮更久。

蔬菜如香菜、空心菜、白菜这些常见菜，煮久了的话反而会损害其水溶性维生素，影响营养，如番茄之类更可生吃。但豆皮、豆干这些菜富含植物蛋白，容易滋生细菌，因此要烫上两三分钟才保险。他强调，许多人吃火锅被贪“烫”，最好在油碟里凉一凉再吃。(据《武汉晚报》)



信阳现代男科医院
专解男题
信阳男科专线 6565888

信阳不孕不育症医院
新农合定点医院
孕育热线:0376-6208222
地址:东方红大道东段(市医药公司斜对面)
(豫)医广[2012]第02-22-063号

声明
兹有河南九鼎交通建设工程有限公司有限责任公司资质证书副本(证号:A2024041150202-4/3),和安全生产许可证副本[证号:(豫)JZ安许证字(2011)140032-01],因不慎丢失,特声明作废。

声明
兹有张荣芳的税务登记证副本(证号:税登字:413025195512040364号),因不慎丢失,特声明作废。