

# 家里“冷”了 老人“病”了

## 医生开药方:子女常回家看看多联络

晚报讯(记者 杨舒)“前几天还好好的,我刚去济南上班就听说妈妈生病了,这又赶紧回来了。”范女士说。她是家里的独生女,3年前大学毕业在济南安家了,父母一直在枣庄生活。由于正处在事业的发展期,平时回家陪父母的时间并不多。

今年春节一放假,范女士就和老公、儿子赶回来陪老人过年,明显感觉父母特别高兴。尤其是母亲,一直忙前忙后,整天乐呵呵的。假期结束,回济南上班之前,范女士发现母亲的情绪有点低落,当时也没当回事。2月10日,她接到父亲的电话,说母亲突然出现失眠、头晕、头疼的症状,到医院也检查不出啥病。

得知这一情况,范女士赶忙请假回了家。咨询了多位医生得知,

母亲的症状是心理原因造成的。

与范女士家出现类似情况的是家住枣矿原五处小区的刘老先生,他今年81岁,只有老伴陪在身边。春节,儿子从淄博携家带口返回枣庄过年,刘老先生过得很充实幸福。一家四代人天天聚在一起,有说不完的话。随着假期结束,儿子全家返回了淄博,家里又只剩下老两口。

家里突然变得冷清了,刘老先生感到十分失落。“就想给孩子打电话,这几天每天都打,元宵节当天看着别人家团圆,我给儿子打了3通电话。”刘老先生说。

“我母亲有时会在电话里说很久,说想我们了,有时候就不说话就听我们说。本来这次想让她跟我们一起回淄博住一段时间,但父亲身体不太好,怕有意外,就放弃

了。”刘老先生的儿子在电话中对记者说,他已经委托朋友帮忙,过几天带老父亲去医院查体看看是不是生病了。

春节过后,热闹团圆的家庭氛围消失,父母不得不重回“空巢”,一些老人心理上一时难以适应这种反差,容易出现情绪低落、疲惫、食欲不振、失眠、烦躁等症状,这也就是“分离综合征”。

据枣矿集团枣庄医院的冯医生介绍,缓解这种“分离综合征”,不仅需要老年人培养自己的兴趣爱好,还需要子女平时多关心老人。老年人可以通过参加书法、绘画、跳舞等群体活动,培养兴趣爱好。另外,节后这段时间,子女要和老人保持相对频繁的联络,用沟通和关心,帮他们适应生活常态。



几天来,阳光明媚气温渐暖,市中区光明广场上多了很多玩轮滑的人,有技术高超的年轻人,也有刚开始学轮滑的小孩子。高手炫艺,游刃有余,小孩子则背着手摆着屁股老实实在练习,十分可爱。

(记者 杨晓斐 摄)

大家拍

来稿邮箱

zzwbsq@163.com

### 童鞋“天上掉” 虎妈在训娃

## 邻居上楼劝 分享育儿经

晚报讯(记者 黄天鸽)2月12日傍晚,“砰、砰、砰”窗外传来的声音把正在看电视的范女士吓了一跳。仔细一看,原来是楼上邻居扔下了很多东西,落在了她家窗台上。这些东西不是垃圾,而是很多双童鞋。范女士还没有回过神来,又有几双鞋子扔了出来,有的落在了窗台上,有的落在了楼下……

范女士家住市中区兴安街附近一小区,那天她休息在家,便遇到了楼上向下扔鞋子的事情。“大约有十来双鞋子,还有些其它东西,隐约我还可以听到楼上传来的吵架声。”范女士说,楼上住的是的一对夫妻,有个女儿上小学上二年级。她仔细听了一下,应该是楼上的妈妈正在训斥自己的孩子。

本以为这场争吵会很快结束,结果一直听到孩子的哭声,又有东西相继扔出窗外。范女士想着这对母女别真动了肝火,伤了感情,便上楼劝和。

已经开学了,而邻居的孩子茵茵(化名)的寒假作业没有完成。茵茵平时也是蛮懂事听话,由于寒假的生活过得丰富多彩,作业也是有时间便写一些。上周日,茵茵的妈妈王女士要求她尽快完成作业,茵茵也同意了,关了自己房门开始写作业,读课本。

茵茵一直关在房里,王女士怕影响她学习也没有进屋检查。但是后来经过她房前,听她读课本的声音断断续续,东一句西一句,便进去看看,结果发现茵茵正在玩着她爸爸的手机,课本放在一旁,偶尔瞅一眼,读一句,应付一下。看到那个情况,茵茵妈妈当场就发飙了,批评了孩子几句,孩子也顶了几句,这母女俩的战火就燃了起来,茵茵妈妈越说越生气,便把孩子的鞋子都扔出了窗外,并生气地说“不要这个女儿了”。

范女士和其他几个邻居听了事情的始末,赶紧劝和,王女士的怒气也消了一些。王女士告诉大



家,她就是感觉孩子玩“明修栈道暗度陈仓”的把戏很恼火,而且寒假里面,孩子有些沉迷于手机游戏,面对孩子的不服管,她当时怒火就上来了,变身成了“虎妈”。

邻居们安慰好王女士和茵茵后,和王女士分享了育儿经,大家认为现在孩子虽然小,但是都有自己的想法而且自尊心强,不能一味地严厉管教,要多沟通和交流。

### 垃圾桶不够用 垃圾溢出堆路边

## 居住环境靠大家维护

晚报讯(记者 黄天鸽 摄影报道)“市立医院东墙的龙光路上垃圾特别多,就几个垃圾桶,根本不够用的,大家都把垃圾倒在路边,很不卫生。”2月11日上午,市中区阳光嘉园居民刘女士在社区居民微信群里说。

从龙头中路向南步入位于我市市立医院东墙的龙光路。其实这条龙光路就是个小巷,道路较窄。在这条道路两侧有很多商铺和住宅区,白天的时候过往的机动车辆较少,但是人流量很大。沿着道路向南行走几米就看到在道路西侧摆放了一个绿色垃圾桶,当日上午10点,垃圾桶便已经满溢出来,垃圾桶的周围也都是各种菜叶、塑料袋、各种食品包装盒等,旁边还有一堆黑乎乎的条幅。

“我们对面就这一个垃圾桶,早上的时间一过,它就满了,根本不够用,大家也是没有办法才把垃圾堆在垃圾桶周边的。”这个垃圾桶对面是个快餐店,该快餐店的老板希望能多放置几个大容量的垃圾桶。小巷总共大约400米长,垃圾桶有七八个,可是每个都已经填满。

“这条路位于生活区,快餐店多,卖菜的小商贩也多。因为临墙就是医院,所以快餐店的生意也很火爆。几个垃圾桶根



本不够商用的,周边居民就更不用说了。”一位正在买菜的市民周先生解释,快餐店的垃圾占据了垃圾桶的主要空间,其次是菜贩扔的一些废弃菜叶和水果。

自从我市创卫以来,环境改善了很多,但是因这条道路垃圾桶的需求量大,而数量明显不足,所以晚上的时候,这条小巷就会变得脏乱差。“这条道路本就狭窄,白天的时候又有很多占道经营的小贩。垃圾的清扫和运输都不方便,所以环卫部门也都是人流量少的时候前来处理垃圾。而那个时候,垃圾早就堆积成了小山,所以我们希望再多设置些大的垃圾桶,让这条道路看起来干净些。”附近小区的居民刘女士说。

