

江北好儿媳董江珍 照顾瘫痪婆婆整七载

寻找“最美家庭” 市委宣传部 市文明办 市妇联 联合主办

本报记者 杨静雅 通讯员 傅奇丹 江北记者站 吴红波



图为董江珍(右)在照顾婆婆。

在江北区白沙街道北站社区人和巷，居民们知道住在34号的董江珍是一个孝敬婆婆的好儿媳。

今年41岁的董江珍老家在海南，十多年前来到宁波市打工，通过朋友介绍，认识了比她大9岁的宁波本地人杨勇。不久，两人结婚，并在婚后第二年有了一个女儿，一家人过着幸福的生活。

天有不测风云，七年前，董江珍的婆婆患上了老年痴呆症，再加上糖尿病、高血压等老年疾病，不久便瘫痪在床，24小时需要人照顾。怎么办？为了照顾婆婆，董江珍辞掉了工作，开始了在家“带老带小”的日子。“小孩也带，老人也带，唯一不一样的是，小孩一天天长，老人却一天天走下坡路。”说起婆婆的状况，董江珍有些伤感。

董江珍辞职后，家庭收入锐减，她省吃俭用，却从不让婆婆受委屈。婆婆想吃好一点的饭菜，她就会去菜场

买鱼虾尽量满足老人的要求，而自己舍不得吃一点；自己好几年没买一件衣服，但每年给婆婆添新衣。董江珍每天早上6点起床给婆婆洗脸、翻身，换尿不湿，因为担心婆婆长期卧床会

带来其他并发症，就每隔两小时给婆婆翻一次身，尿不湿一天换五六次。到了晚上，她累得走不动了，但如果婆婆睡不着觉，她就会强打精神，陪婆婆说话，婆婆听累了，慢慢睡着

了，她才去洗衣服，等自己睡觉时，已是深夜。

近两年，婆婆的病情越来越严重，目前几乎不会说话，平常都是用“啊啊哦哦”的方式表达自己的想法。但婆婆的每一个动作，每一个动作，董江珍早已了然于心，婆婆不说话，她也能看出婆婆需要什么，一会儿给婆婆端来一杯水，一会儿帮婆婆盖被子。病痛还使婆婆有时会无缘无故地发脾气，董江珍怕她发脾气后血压升高，病情加重，总是陪着笑脸安慰她，一会儿给她讲个笑话，一会儿陪她玩游戏。董江珍买来医疗仪器，定期帮婆婆量血压、测心率；买来理发工具，帮助婆婆理发；买来书籍，学习护理知识，她从书上看到长期吃药对人体副作用很大，便学会了按摩。七年来，董江珍在护理婆婆的过程中，已经成了半个医生，婆婆该吃什么药，吃多少药她都了如指掌。

“这样的媳妇让人敬佩。”北站社区的工作人员说，去年夏天特别热，社区干部把救济物品送到董江珍家时，看到她为了让婆婆住得舒服些，把有空调的房间让给婆婆睡，她和丈夫及女儿搬进了没有空调的房间。母女俩挤一张床，而她丈夫就铺张席子睡地上。

尽管生活艰辛，但董江珍消瘦疲倦的脸上一直保持着笑容，当别人夸奖她时，她总是说：“阿姨她辛苦地把孩子他爸拉扯大，现在让我照顾她是我们小辈应该做的事。”

“耳石”脱落致频繁眩晕

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员刘春霞)刘女士今年63岁，身体健康，退休后赋闲在家，含饴弄孙，享受着天伦之乐。可最近得了一场怪病，却让她心有余悸。

一个月前的早晨，刘女士在床上翻身时突然眩晕发作，天旋地转，还恶心想吐。几经治疗，未见明显好转。后经朋友介绍，刘女士来到龙赛医院神经内科就诊。接诊的神经内科副主任戴胜兵询问病史并仔细体检后，确诊刘女士是因右侧内耳“耳石”脱落，致良性阵发性位置性眩晕(耳石症)。戴医生立即予以耳石手法复位治疗，数分钟后刘女士眩晕感消失。

戴胜兵介绍，刘女士是由于内耳椭圆囊/球囊上的一种叫“耳石”的细小物质(碳酸钙结晶)脱落后，进入与之相连的内

耳半规管内。随着患者体位变动，耳石在重力的作用下，在半规管内沉降，进而刺激前庭神经引发眩晕。

“此病如未被发现，医生们通常用镇静剂、抗眩晕药物、改善内耳供血药物等来治疗，但往往效果不佳，并带来较多的副作用。”戴胜兵说，在神经内科门诊中，30%-50%来就诊的眩晕病人，属于良性阵发性位置性眩晕。很多非专科医生会将该类病症误诊为美尼尔氏病、颈椎病、脑供血不足等。

“良性阵发性位置性眩晕常在劳累、剧烈运动后、休息不好时出现，但也有很多患者是毫无诱因即出现的。”戴胜兵说，此症的发病年龄，自少年到老年均可出现，“如果眩晕频繁出现，一定要及时就诊，切莫麻痹大意。”

空腹吃柿当心胃结石

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员谢美君)这个季节，新鲜柿子大量上市。家住江北区庄桥街道的王阿姨因为空腹吃柿子，竟“吃”出一个长约10厘米、形似香蕉的巨型胃结石。

20多天前，王阿姨一看见饭就觉得肚子饱，还老觉得胃里有什么东西似的，尤其侧身躺着的时候，明显感觉顶得难受。后经医院检查，发现胃里有巨型结石，该结石约占空腹时胃部的二分之一大小。

胃里无缘无故怎么冒出这么大一个结石？原来，王阿姨平时喜欢吃柿子。前段时间，亲戚给她带了不少柿子，她经常一口气

吃上好几个，而且每次是空腹吃的。医生据此推断，王阿姨胃中的结石极有可能就是空腹吃柿子引起的。

医生提醒：柿子含有大量鞣质。在空腹情况下，它们会在胃酸的作用下，形成大小不等的硬块，如果这些硬块不能通过胃幽门到达小肠，就会沉淀在胃里逐渐形成结石。如果胃里有食物，柿子接触胃酸的量会减少，就可避免胃结石的形成。

因此，不要在空腹状态下吃柿子。同时，最好不要同时吃各种酸性的水果，如桔子、猕猴桃等；吃柿子前后不要吃太多肉类。胃动力差或胃酸多的人吃水果更要注意，一次不可吃得过多。

象山影视城首次接拍现代都市剧

本报讯(记者南华 通讯员陈晓桦 金林)昨日，由杨烁、曾泳醍主演的电视连续剧《美梦成真》剧组赴象山影视城取景拍摄，这是

现代都市剧首次进军象山影视城拍摄。据了解，《美梦成真》是一部描写现代都市青年爱情悲欢的励志追梦电视剧。

临近年末，职场跳槽意向攀升

本报讯(记者周琼 通讯员刘思平)来自智联招聘的一份报告显示，近期，宁波地区已有10.3%的白领找到意向性的职位并开始办理离职或入职手续，已经在更新简历的白领占到了22.8%，有意向跳槽的白领比例有18.2%，肯定不会跳槽的白领有48.7%。

在部分已经跳槽或准备跳槽的白领中，因为“嫌弃”年终奖而换新东家的不在少数，不过，更多的人表示，“年终奖”后的工资和福利待遇的差别，才是关键。上班族中流行一句话“老板不加薪，自己加”，而在某些行业，跳槽的确是快速加薪的方式。

除了薪资待遇，工作环境也是白领跳槽与否的关键，这里的工作环境包括人际关系、企业文化、管理制度等。除了外部因素，职业瓶颈无法突破也困扰着职场人。工作内容的重复、发展平台的局限，让他们想要寻求新岗位。业内的人力资源专家建议，跳槽不

应该只因为情绪冲动，或者是逃避问题，这样只能是横向“换槽”，对未来职场发展提高并无益处。“对于跳槽，职场人还是应该谋定而后动，三思而后行。”我市一家人力资源管理公司的负责人说，无论跳槽是出于什么因素，都应该先仔细分析一下自己的优势劣势，努力提升自己，理性地走好职业发展之路。

“美丽宁波·绿色石化”系列活动

自《宁波日报》2014年7月4日发布活动启动以来，受到社会各方关注和支持。

“美丽宁波·相约石化”——走进镇海炼化

宁波市经信委组织机关干部，一行五十余人赴镇海炼化公司调研。

在炼化公司展览馆，大家通过精彩的图文和视频、模型、电子触摸屏等手段，对镇海炼化艰苦创业的发展历程和取得的辉煌成就有了直观的了解。其中，《石油梦想》5D科普短片形象地再现了石油的产生、开采及其炼制等环节，大家从中了解到石油产品已渗透到日常生活的方方面面，人们的生活已经无法离开石油。

在炼化公司消防二中队，一辆辆高科技的现代化消防车整齐地展现在大家眼前，一个个精干威武的消防队员在现场演练。据消防队负责人介绍，镇海炼化消防支队在保障自身安全的同时，以社会安全为己任，利用自身装备、技术优势，多次作为主力军主动参与地方危化事故应急抢险。2007年以来，支队共参与增援社会火警37起，开展社会救助49起，为保障地方人民的生命财产安全作出了贡献，多次受到省市级政府的表彰。

厂区内的一辆环境监测车，引起了大家的兴趣，纷纷围了过去。听车上环保工作人员介绍，本着对环境负责任的态度，加强企业及周边环境的巡查监测，作为技术支撑，镇海炼化专门配置了这台奥地利进口的毫秒级分子-离子反应在线质谱环境流动监测车，这辆价值近500万元的环境监测

“美丽宁波·相约石化”——走进宁波万华

2014年7月29日，主办方宁波市石油和化工行业协会和宁波市循环经济促进会邀请了市相关行业协会秘书长、企业家代表、宁波高校师生代表、市环保志愿者、市环保监督员等社会公众代表走进了万华化学(宁波)有限公司。

公众代表听取了宁波万华的发展历史、企业安全消防环保理念、万华工业园循环经济产业链等介绍，并参观了聚氨酯产品展示厅、企业生产线以及万华码头等，领略了一个拥有自主技术、产业体系完整、生态环境优美、管理服务完善的现代化石化产业集群风貌。蓝天白云下，翠绿青山和白色塔林交相辉映，给公众代表留下了一个绿色化工的真实印象。

“美丽宁波·相约石化”——走进大树开发区管委会

公众代表来到大树开发区管委会，



参观展示厅

“美丽宁波·绿色石化”——文学艺术界采风笔会

宁波市文学艺术界采风笔会于2014年9月24日举行。宁波市文联组织了李凌唐、王复才、梅则伟等20余位知名书画家、摄影家、作家走进镇海炼化。

从公司展览馆、联合控制室、应急通信指挥车、环境监测车到废水回用装置艺术家们“零距离”接触了石化，体验绿色发展给企业带来的巨大变化。参观结束后，书画、摄影名家或按快门，或泼墨挥毫，进行现场创作，引来一片喝彩之声。

市文联党组书记邹大鸣说：“本次活动很有意义，既为艺术家了解石化、表现石化搭建了平台，也为艺术家相互交流搭建了平台，书画艺术走进基层，汲取营养，为建设美丽宁波的目标共同努力”。

“美丽宁波·绿色石化”——征文、摄影摘选

作者(陆小川)：社会公众走进镇海炼化，通过亲眼看、亲鼻闻、亲耳听，亲身感受炼油生产和加工的“透明”过程。一位大学生在网上发帖，用“感动、震撼、敬佩”6个字表示自己的感受，对企业先进的环保理念、现代化的控制手段、优美的环境、清新的空气表示由衷的赞叹。

在厂区，漂亮的金鱼在经过处理的工业污水中悠闲穿梭。每逢春暖花开的季节，成群的白鹭也成了镇海炼化的常客，在厂区树林中腾空起舞。大自然正在用自己最真实的语言，展示着镇海炼化绿色发展的成果。

作者(吴萌霞)：“万华”之行让我们深切感受到石化环保与科技进步。让我们感触到石化企业良好的经济效益带给一方民众的福利与保障。公众希望了解石化，共同传播石化科普知识。坚持经济效益、环境效益、社会效益相统一，走绿色低碳发展之路，走和谐发展之路。

作者(陈杰)：盛夏就是观赏荷花的最好时节，在镇海炼化正大门右侧约有13亩荷花池塘也特别引人注目，每逢“荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开”之时，清晨和傍晚去观赏荷花人流如织。“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”诗句，这不就是“美丽宁波，绿色石化”的真实写照吗？

“美丽宁波·绿色石化”——文学艺术界采风笔会

宁波市文学艺术界采风笔会于2014年9月24日举行。宁波市文联组织了李凌唐、王复才、梅则伟等20余位知名书画家、摄影家、作家走进镇海炼化。

从公司展览馆、联合控制室、应急通信指挥车、环境监测车到废水回用装置艺术家们“零距离”接触了石化，体验绿色发展给企业带来的巨大变化。参观结束后，书画、摄影名家或按快门，或泼墨挥毫，进行现场创作，引来一片喝彩之声。

市文联党组书记邹大鸣说：“本次活动很有意义，既为艺术家了解石化、表现石化搭建了平台，也为艺术家相互交流搭建了平台，书画艺术走进基层，汲取营养，为建设美丽宁波的目标共同努力”。

“美丽宁波·绿色石化”——征文、摄影摘选

作者(陆小川)：社会公众走进镇海炼化，通过亲眼看、亲鼻闻、亲耳听，亲身感受炼油生产和加工的“透明”过程。一位大学生在网上发帖，用“感动、震撼、敬佩”6个字表示自己的感受，对企业先进的环保理念、现代化的控制手段、优美的环境、清新的空气表示由衷的赞叹。

在厂区，漂亮的金鱼在经过处理的工业污水中悠闲穿梭。每逢春暖花开的季节，成群的白鹭也成了镇海炼化的常客，在厂区树林中腾空起舞。大自然正在用自己最真实的语言，展示着镇海炼化绿色发展的成果。

作者(吴萌霞)：“万华”之行让我们深切感受到石化环保与科技进步。让我们感触到石化企业良好的经济效益带给一方民众的福利与保障。公众希望了解石化，共同传播石化科普知识。坚持经济效益、环境效益、社会效益相统一，走绿色低碳发展之路，走和谐发展之路。

作者(陈杰)：盛夏就是观赏荷花的最好时节，在镇海炼化正大门右侧约有13亩荷花池塘也特别引人注目，每逢“荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开”之时，清晨和傍晚去观赏荷花人流如织。“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”诗句，这不就是“美丽宁波，绿色石化”的真实写照吗？

“美丽宁波·绿色石化”——征文、摄影摘选

作者(陆小川)：社会公众走进镇海炼化，通过亲眼看、亲鼻闻、亲耳听，亲身感受炼油生产和加工的“透明”过程。一位大学生在网上发帖，用“感动、震撼、敬佩”6个字表示自己的感受，对企业先进的环保理念、现代化的控制手段、优美的环境、清新的空气表示由衷的赞叹。

在厂区，漂亮的金鱼在经过处理的工业污水中悠闲穿梭。每逢春暖花开的季节，成群的白鹭也成了镇海炼化的常客，在厂区树林中腾空起舞。大自然正在用自己最真实的语言，展示着镇海炼化绿色发展的成果。

作者(吴萌霞)：“万华”之行让我们深切感受到石化环保与科技进步。让我们感触到石化企业良好的经济效益带给一方民众的福利与保障。公众希望了解石化，共同传播石化科普知识。坚持经济效益、环境效益、社会效益相统一，走绿色低碳发展之路，走和谐发展之路。

作者(陈杰)：盛夏就是观赏荷花的最好时节，在镇海炼化正大门右侧约有13亩荷花池塘也特别引人注目，每逢“荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开”之时，清晨和傍晚去观赏荷花人流如织。“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”诗句，这不就是“美丽宁波，绿色石化”的真实写照吗？



花园式工厂

摄影：胡小波