

居民来稿

五朵金花闯浦东(第一章)

作者 茧蛹梦蝶

川杨河从杨思西引入黄浦江,由西向东流淌。河南岸村舍寥落,炊烟袅袅;河北岸幢幢高楼,是新的城区。这里半边乡村半边城。原来,城市与乡村以黄浦江为界,浦西是城市,浦东是乡村,近几年城区膨胀,现在以川杨河为界了。这里是城乡融合的地区。

河边,芦苇摇曳,岸上,绿草如茵,两行高大的白杨树夹着一条林荫小道。汪佩兰背着药箱走过水上水泥板铺设的小桥,走在北岸的林荫小道上,脚步轻快。她是郊区小镇上医院的巡回医生,在这里行走十多年了。自从那年打倒“四人帮”以来,社会发生急剧变化。许多人改变了命运,她从资本家变成了市民,那座被没收的小洋楼又还给了她母亲。她母亲章贵媛被选为南市区政协委员,使她有翻身之感,感到搬掉了与生俱来的压在身上的重压,人变得轻松起来,与人的关系也变得和谐多了。

不久前,她爸汪大同从香港来信,说是定居在新加坡的舅老爷章贵仁与他联系,听说中国在搞改革开放,他准备投资,先做些饭店酒家、日用小商品店,然后向房地产大企业发展,需要在上海寻找适合的人选。为了这件事,章贵媛召开了几次家庭会,说服她和她的妹妹汪佩菊联络会做生意或想做生意的朋友。但汪佩兰迟迟未动,觉得这种事对一个医生来说不靠谱,而在工厂做工的汪佩菊也按兵不动。由于舅舅从新加坡频频来电话催问,父亲又从香港来信督促此事,老妈干脆下令汪佩菊下岗,汪佩兰辞职。但汪佩兰并没有辞去心爱的的工作,只是把寻找合作伙伴作为一件事来做了。她数着指头,在亲朋中只有她婆婆的小姐妹刘安娜和姐夫柴普智的女儿柴丽

丽可能需要资金投入。柴丽丽从广东贩卖衣服黄金首饰,刘安娜在年轻时曾开过字画店,现在有重操旧业的想法。她婆婆的外甥金庆余一家在开小饭店,做生意,也有可能欢迎投资。还有一个可能需要资金的就是在这里开小饭馆的王胖子。她想今天与这四个人谈谈。

王胖子叫王子腾,原在打浦桥街道工厂食堂做厨师,嫌工资低便辞了职,向朋友借点钱,到浦东川杨河边的新居民区开早点铺,卖大饼油条豆浆,生意不错。他常说想扩大经营,可惜缺少资金。汪佩兰在这一带巡回医疗,常在他铺子里吃早点,他们是熟人。

王子腾的小饭铺开在小区的岔路口,汪佩兰刚坐下,王子腾就上前问:“汪医生,你要吃点什么?”

汪佩兰说:“老样子,一碗豆腐花,一个老虎脚爪。”

王子腾叫店小二去做,他坐下来:“汪医生,刘家新来个保姆,挺年轻的。”

“是哎。”汪佩兰开始吃豆腐花,用匙羹撇着一层层吃,这样不烫嘴。她说:“王老板,你的生意不错,为啥不扩大经营?”

王子腾:“不满你说,没本钱。”

汪佩兰:“比如你再开个酒馆,需要多少钱?”

王子腾人到中年,已经发福,油光满面,挺着肚脐,人称王胖子。这时,他用手抹抹围在突出的肚脐上的围裙,说:“也就十万二十万,汪医生,你要是帮我再来投资,我会给一笔好处费的。”

汪佩兰冲他笑了,说:“王老板,我不要好处费,我投资要的是股份。”

高血压患者如何选择服药时间?

降压药什么时间服用最好是高血压患者经常询问的话题。科研人员发现,一日之中,人的血压在起伏不停地变化,往往呈“两高一低”,也称“两峰一谷”的状态。晨起活动后血压迅速上升,心率加快,可使心肌耗氧量增加,心肌缺血。为了减少心脑血管发生意外,要根据血压昼夜节律合理服用降压药。既要避免夜间血压降得过低,影响心脑血管正常血液供应,又要防止早晨起后血压迅速升高。

合理的服药时间应根据药物的类型和剂型加以选择。降压药物服用时间首先看药物的作用维持时间,如果是长效的一天服用一次即可。一般情况下,如果一天一次,应该在早上起床后半小时内服用,不拘饭前饭后,虽然有的药物不受食物干扰,但是如果患有胃病,建议最好在进食前20分钟以上服用。如果是每天服用两次,第一次用药在早上起床后半小时以内,第二次可以在下午4-6点之间。经研究发现,这种服药方法既能使白

天的血压得到良好的控制,又不使夜间的血压过度下降,起到稳定24小时血压的目的。同时,实践已证实,这种服药方法比均衡给药的病人脑卒中发生率降低50%~70%。需要注意的是,夜间血压较高时,晚上临睡前最好服用缓释长效降压药。因为夜间睡眠时血压较低,如果这时降压药发挥作用,使血压再行下降,则容易引发血栓形成(导致脑血管形成、心肌梗死等)等并发症。

其次要看药物的作用特点。比如利尿剂应在早上一次服药,避免晚上服用,造成夜尿次数增加,影响睡眠。如美托洛尔,进餐时服药可使其生物利用度增加40%。有的药物最好在餐前1小时、空腹时服用,如卡托普利,这是因为食物可使其吸收减少30%~40%。

降压治疗是一项长期工程,所以要掌握好药物时间药理学,根据人体生物钟的变化规律,重视安全有效用药。

(社区卫生服务中心)



纠错有奖 欢迎大家来做“啄木鸟”

如果您在阅读本期《社区晨报》时发现任何差错,可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台直接留言,将您发现的问题发送给我们(注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节,截止时间为出报当月月底)。每期纠错质量最高的一位读者,将成为本期最佳“啄木鸟”,并获得100元的现金奖励;每

期纠错质量相对较高的另外十位读者,则将成为本期优秀“啄木鸟”,并获得最新出版的《咬文嚼字》杂志一本。

- 2019年10月优秀“啄木鸟”: 神荼郁垒(昵称)、严志明、沈正、彭幼生、毛义明、王玉佩、张德胜、曹西虹、夏越璋、小飞(昵称)
- 2019年10月最佳“啄木鸟”: 张德胜



扫描二维码关注“上海社区发布”

征稿启事: 如果您有好的作品, 欢迎把作品发送到我们的邮箱 zjdnews@163.com, 届时将会让更多的读者欣赏到您的大作!

入口 ENTER



周到 矩阵来了 看适合你的 选你想要的 扫看对眼的

“周到上海”APP 扫描二维码或搜索 公众号“上海社区发布”

找到您的社区居民生活指南公众微信号



出口 EXIT