

本期关注

有一种代沟叫“我和孙辈聊微信”

□安益

“在家庭群咋能发那样的表情包，不嫌丢人？”河南洛阳的杜先生最近因为微信聊天和孙子发生了争执。生活中，不少老人表示，他们和孙辈聊微信也聊出过“火药味”。



事件 爷爷嫌孙子发的表情包丢人

提起最近发生在家庭微信群里的事，68岁的杜先生直呼“老脸都被孙子丢尽了”。他说，孙子小烨（化名）前些天过12岁生日，家庭微信群里的10多名亲戚陆续给他发了红包。每收一个红包，小烨就发“磕头谢恩”或“双眼冒光”的搞笑表情包以示感谢。

“像没见过钱一样，丢死人了！”杜先生觉得，孙子发这些表情包太低俗，显得财迷心窍，没有家教。祖孙俩因此吵了起来，小烨还把杜先生的微信拉黑了。

“我不止一次因为表情包说过他。”杜先生说，上个月，小烨就在家庭群发过抠鼻子的表情，他觉得“不讲卫生”。小烨不仅没听，反而回了一个“翻白眼的狗头”，气得他当即打电话训斥了孙子。

“奶奶喜欢用微信自带的‘微笑’表情包，再加上‘呵呵’俩字。”初二学生露露（化名）说，在她看来，这些都是冷笑、讽刺、笑里藏刀的意思，但奶奶觉得这是“和蔼可亲”的意思。她想让奶奶少用这类表情包，但奶奶改不了。

初三学生小虎（化名）最近因为爷爷不懂网络用语而陷入尴尬。他说，前不久，他和朋友闹矛盾后，发朋友圈“小丑竟是我自己”，自嘲“一片真心被当笑话”。谁知，爷爷看到了，在评论区留言，“谁说你丑了？我孙子长得多端正”。

建议 互相理解更利于和谐沟通

“老年人和孙辈成长在不同年代，难免会产生不同的审美感受，存在‘微信聊天代沟’并不奇怪。”洛阳市东方二中心理健康教育老师郭婧说，双方要多一些包容和理解，这样才能和谐沟通。

“老年人要教育孙辈，先要学会和孩子共同成长。”洛阳市琴书学校教导处主任王亚鹏说，主动了解孙辈的需求，学一学他们的表达方式，可能更利于祖孙关系。对于像“跪谢”“扎心了，老铁”“微笑的狗头”等表情包、头像和网络流行语，建议老年人查一下其真实含义，不仅要允许孩子用，自己还可以保存一些，和孙辈聊天时用几个，会拉近彼此距离；对于带有色情、诋毁、暴力、伤害性的表情包、网络语言，要坚决摒弃，及时阻止。（《洛阳晚报》）

调查 孙辈常对祖辈很无语

走访洛阳的多所中小学，在拥有手机或电话手表的学生中，约七成人表示，和祖辈聊微信时发生过矛盾，其中，多是对表情包、网络用语、微信头像的理解不同引起的。

暖心家事

兄弟轮流背母亲去医院

10月23日当天，重庆彭水，89岁母亲生病不肯去医院，因其坐车晕车，且家里距离医院有二十几分钟路程，于是58岁的陈川和55岁的陈立决定用背篋将母亲背去医院。背母亲去医院的路上，兄弟俩交替“换班”，这一幕恰好被人拍下，发布在短视频平台上，引来了广大网友称赞。拍摄

视频的市民说：“当时觉得非常感动，百善孝为先，希望全天下老人都能老有所依。”

“小时候，妈妈也都是这样背着我们。”陈立说，大哥去世得早，从去年开始，因为母亲的病情，自己便没有再外出打工，而是选择留在老家开了个小饭店，方便照顾老人。陈立的父

亲身体还比较硬朗，平日里是父亲照顾得多一些。如果碰到两个儿子都不在家的话，母亲需要去医院了，便是由儿媳妇们在背。“孝敬老人是我们每个人‘小小的职责’。”小儿媳张清容说，“父母养我们长大，我们便养他们到老，这是应该的。”（《重庆晨报》）

医生提醒

不咳不喘只想睡竟是肺炎

武汉86岁的孙女士不咳不喘，成天昏睡，到医院才发现是患了肺炎，险些耽误就医。武汉市东湖医院王玲副主任医师说，一旦出现咳嗽、咳痰、发热、胸痛等症状，大家可能会想到是患上了肺炎，但老年人患上肺炎往往症状隐匿，易被忽略。

孙女士半月前因突发中风，住院一周后出院。回家后的一周里，家人发现孙女士一天大部分时间都在睡觉，开始还以为身体没有完全恢复，到后来发现老人越睡越久，哪怕在她耳边大声说话或用很大力气握她的手，她都只是微

微地睁眼，说不了两句话又闭着眼睛睡了。家人以为她二次中风了，再次将她送到医院就诊。接诊的副主任医师王玲为孙女士初步检查后，排除了二次中风，进一步检查发现她患上严重的肺炎。经对症治疗，老人的神志恢复正常。

肺炎怎么会嗜睡？王玲解释，老年人患肺炎常见的症状有发热、咳嗽、咳痰、喘息等，这些症状比较明显，但由于老年人免疫力下降，身体衰弱，肺炎可能会出现不典型症状。孙女士因为身体衰弱，消耗过大，

再加上肺部炎症、缺氧等，出现了嗜睡症状。

王玲强调，老年肺炎有很多较隐匿、易被忽略的症状，除了嗜睡，还可能会出现精神食欲差、疲乏等。生活中，家属需要更加关注老年人的身体状况，尤其是在肺炎的高发季节。

与年轻人相比，老年肺炎的发病率和死亡率均显著增加，建议重在预防，如接种肺炎疫苗、戒烟、加强营养、避免交叉感染（咳嗽患者应佩戴口罩）、适量运动，以增强体质。（《武汉晚报》）

美味推荐

石榴百香果茶酸甜开胃

给大家推荐一款当季养生水果茶，石榴百香果茶。

具体做法是：取石榴、百香果各1个，干茉莉花适量，蜂蜜（或冰糖）少许。将石榴籽剥好，装入密封袋里捣出汁水备用。泡一壶300毫升的茉莉花茶，把石榴汁倒入其中，切开百香果将果肉挖出加入茶水中，之后根据个人喜好加入蜂蜜或冰糖搅匀即可。

上述食材中，石榴有生津止渴的功效，百香果有健脾开胃的作用，茉莉花有理气开郁的功能，一起搭配制成养生茶，能起到生津解渴、酸甜开胃、和悦心情的功效。（本报综合）

祖孙乐事

奶奶带出两个大学生孙子

贵州省黔东南州安龙县五福社区77岁的郭秀英在邻居们的眼里是个很了不起的奶奶，因为她培养了两个大学生孙子。

因为儿子儿媳要外出务工，郭秀英很早就担起了教育两个孙子的重任。一天，郭秀英和侄女赶集卖辣椒。看侄女被算数难住了，郭秀英回家就对两个孙子说：“从小要苦读书啊，不然3斤半的辣子、3块5一斤应该得多少钱都算不清！”

小孙子读小学时，一天回家突然问：“奶奶，‘一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴’是什么意思？”“这句话的意思就是，你今年9岁读三年级，明年就是10岁要读四年级了，你不可能明年又回到8岁去读二年级吧？”郭秀英解释道，“这句话就是告诫你们，要珍惜现在的时光，好好读书！”

郭秀英就是这样，通俗易懂地给两个孙子讲学习的重要性，讲珍惜时间、奋发努力的重要性。为了教育孙子要活到老学到老，她还成了社区银龄课堂的首批学员。

如今，郭秀英的大孙子陈磊在西安工业大学读研究生，小孙子在中央民族大学读大三。郭秀英感慨：“父母是孩子最好的老师，家庭是人生的第一个课堂。一个家庭，家教和家风真的太重要了！”（《黔西南日报》）

百岁老人

长寿秘诀是不把自己当老人

湖北武汉的赵协慧今年101岁，她退休前是武汉一所医院急诊科的护士长，在救死扶伤一线上忙碌了一辈子。

10月22日，记者登门拜访了这位百岁老人。当时，她正坐在沙发上看书，精气神十足。由于长期从事医护工作，赵协慧格外爱干净。直到现在，每天起床后，她都要亲自铺床，洗浴等都是自己独立完成。走进老人的卧室，我看到，床铺非常整洁，被褥被叠成了规整的豆腐块。

提及日常养生，赵协慧摆着手说：“没有刻意养生。年轻时过够了苦日子，现在的每一天都是好日子！”在家人眼中，赵协慧的生活作息几十年如一日。每天晚上8点，她会准时上床睡觉，每天早上6点准时起床。吃完早餐后，她会在女儿的陪伴下出门散步锻炼。如今，虽然和女儿生活在一起，但赵协慧“从不把自己当老人”，坚持分担力所能及的家务活。平时，女儿负责做饭，赵协慧则负责洗碗。闲暇时，她喜欢观看乒乓球、排球等体育赛事节目。（《快乐老年报》）