

## 好书推荐

股市盈利十八掌

出版社: 安徽人民出版社  
著译者: 刀痕老干  
定价: 30元

《股市盈利十八掌》是一本股市高级实战技法 and 心法“秘笈”。“盈利”心法,主要讲述股市高手的生存之道,核心是认识自我,降伏心魔,做正确的事,达到心中无股的最高境界。“十八掌”技法,乃作者刀痕老干总结前人经验,从多年血战中得出来的十八个高胜算操盘套路,以中线为主,兼顾短线和长线,堪称炉火纯青,密不透风。

老舍五则

出版社: 安徽人民出版社  
著译者: 老舍著,王翔编  
定价: 128元

《林兆华戏剧作品同名书:老舍五则》分为小说卷和戏剧卷。由老舍之子舒乙先生推介,遴选了老舍先生最独特的五个短篇小说《柳家大院》、《也是三角》、《断魂枪》、《上任》、《兔》,并由王翔改编为戏剧剧本。

五个故事都设定在北平,集中体现了九门之下的京味儿文化与市井民风,是一部多角度反映老北京市井人生的悲喜剧,人物对白京味儿十足,充分体现了老北京语言艺术的独特魅力。



●M.6386 男,合肥私立医院院长,45岁,1.74米,本科高职,风度好素质高,离单,在福州南京合肥均有投资。诚觅一位年貌相宜,大专以上,秀外慧中,最好学医或懂管理的女士再结情缘。

●M.9872 男,合肥私企董事长,46岁,1.77米,本科,儒雅谦和,品貌好素质高,离单(一子在英国),名车豪宅,资产丰厚。诚觅一位40岁以下,1.65米左右,大专以上,温柔清丽气质佳的白领单身女士相识相知。

●F.6219 女,合肥省属科研单位退休,70岁,1.61米,丧偶,端庄娴雅,显年轻,经济住房优越,子女均在美国。诚觅一位75岁左右,健康修养好的先生为侣,共度夕阳红,在国内或国外生活均可。

●F.9340 女,合肥市直机关公务员,48岁,1.68米,本科,丧偶(一女已工作),温柔清丽娴慧,气质佳富内涵,经济住房条件好。诚觅一位55岁左右,1.75米左右,品貌修养好,综合素质高的先生相识相爱。

(以上征婚信息由安徽爱之桥提供。有意者电话咨询:0551-62839952。联系人:崇老师。条件合适的单身朋友可携本刊至爱之桥办公室,免费安排约见)

# 人老了“记不住事” 可别再不当回事

## 预防老年痴呆,50岁后别忘了每年做一次“记忆体检”

□张薇 记者 李皖婷

你是否发现,家中的老人不知何时再也记不起回家的路,或是像个幼儿一样,偷偷抓把生米放进鱼缸喂鱼。此前各大卫视热播的电视剧《嗨,老头》引发了人们对阿尔茨海默症(俗称老年性痴呆)的关注。

全球每7秒钟就有1人被确诊为阿尔茨海默病,而每4个人中就有1个中国人,它正在越来越多地危害着老年人及其家人的生活质量。



### 心酸故事:高校教授患上老年痴呆

今年67岁的李大爷是合肥某高校的退休教授,最近,家人发现李大爷有点“老糊涂”了:有时候煮饭,放了米却忘了放水;带孙子出去玩,孙子回到家,李大爷自己却找不到回家的路。起初家人并没当回事,认为是年纪大了记忆力难免会有些减退。

李大爷的行为变得越来越古怪,直到有一次,从来不过问钱的李大爷竟把家里的存折藏了起来,任凭子女们找翻天也不说出藏在哪儿。家里人这才意识到问题的严重,去医院检查后才得知,李大爷已经患上老年痴呆症,并且已经是中晚期了。

### 惊人数据:我省老年痴呆就诊率仅有14%

最新统计表明,全球每7秒钟就有1人被确诊为阿尔茨海默病,而每4个人中就有1个中国人。一项调查显示,我省患老年痴呆症人数也在明显增长,但能意识到自己患病,并及时就诊的却不到两成。

“由于公众对痴呆疾病的认识不足,导致该病的就诊率仅为14%,许多患者往往等到出现严重状况,或者已经出现焦虑、抑郁和精神异常后才到医院进行就诊,这大大增加了治疗难度。”安医大一附院神经内科教授汪凯说,目前医学界对老年痴呆尚没有理想的治愈方法,但可以肯定的是,及早治疗对病情有相当大的改善和延缓作用。

### 50岁以上最好每年做一次记忆体检

据了解,老年痴呆症10大早期症状主要包括:近事遗忘,顾前忘后,词不达意,时间和地点记忆不清,判断力降低,抽象思维能力丧失,随手乱放物品,脾气和行为变化无常,性格变化,丧失主动性等。

不少患者还会出现“原有性格凸显”的症状,比如原来比较慷慨的,现在可能会主动送钱给别人;原本比较吝啬的,现在可能时刻提防有人要抢钱等。

此外,独居、丧偶、社会活动少、闲暇娱乐少且性

格较为内向的老人更是患病的高危人群。

“50岁以上的中老年人,最好每年做一次记忆体检。”汪凯提醒。

### 新闻链接:预防老年痴呆的10个武器

- 1、房间里多挂照片。卧室内最好挂上夫妻或亲朋好友的合影,这可以让老人感受到关爱和温暖。
- 2、建立一个“记忆中心”。这个中心可以是书房橱柜或卧室的一张桌子,老人把所有重要东西都存放在这里,比如小区门禁卡、病历卡以及药物等。
- 3、饭菜上桌先闻闻味儿。调动多种感官做同一件事,如嗅觉、触觉等,可建立新的“神经连结地图”。
- 4、手里转转核桃。手掌集中了许多与健康有关的穴位,适当刺激这些穴位,有助于保持大脑灵活。
- 5、学门乐器做大脑操。学习一种乐器能促使大脑建立新的神经连结。
- 6、每周练3次瑜伽。瑜伽要求专注身体、精神和呼吸,能帮助维持注意力、缓解压力和焦虑等。
- 7、常吃菠菜。常吃富含抗氧化剂的菠菜能有效降低患阿尔茨海默病的几率。
- 8、学习一门外语。能说两种语言的人比只会说一种语言的人患阿尔茨海默病的风险低。
- 9、适量吃点鸡肉。适量吃鸡肉可以预防阿尔茨海默病和记忆力减退。
- 10、每天散步20分钟。定期锻炼有助于防止蛋白质斑块在大脑中生成。

## 6月26日是“医师节”,可鲜有人知道这个节日 医生呼吁:给我们多些信任和尊重

你可能知道教师节、护士节,但你是否知道哪天是医师节?6月26日是医师节,市场星报·安徽财经网记者调查发现,知道这个节日的市民寥寥无几;而对于医生来说,他们的节日愿望是能获得更多理解,以及能好好放个假。

### 调查:九成市民不知道医师节

2011年6月26日,中国医师协会正式公布《中国医师宣言》,将每年6月26日定为医师协会医师节,以鼓励执业医师树立自尊自爱、奋发向上的精神,维护医师队伍的良好形象,营造尊医、重医的社会氛围,构建和谐医患关系。

记者昨日在省城街头随机采访了20位市民,他们中有白领、学生、退休工人等,可只有2人知道有医师节这一节日。

不仅市民,很多医务工作者对医师节同样知之甚少。一项调查显示,22%的医生每周工作超过55小时,

约50%医生工作日平均与家人相处时间不足2小时,仅3%医生有双休日,77%的医生认为自己的职业“病人多,工资不多风险大,非常辛苦,报酬低于付出。”

### 愿望:期盼能有更多信任和尊重

“世界上很多东西都可以交易,唯独生命除外。如果把看病当成商业交易,是对生命的亵渎,也是对医生的侮辱。”在采访中,一位不愿透露姓名的医生说,现在医患事件频发,医生人人自危,他希望社会能多多关注医生现状,不要只是在医师节这天才呼吁关注医生。

合肥市二院院长、党委书记李建中表示,医生的工作不是修理机器,“每一个病的原因和情况都很复杂,医生不是万能的,无法将所有的病完全治愈,只能尽其所能。我们希望患者给予医生多一些信任,多一些尊重,我们就会多一份激情。”

王红梅 朱沛炎 记者 李皖婷