

本报形象标识征集稿选登



大众卫生报  
DA ZHONG WEI SHENG BAO

设计说明:

以大众的“众”字为创意进行视图设计,巧妙融入了翻开的报纸、飞扬的纽带、舒展的绿叶等形象。好似翻开的报纸,彰显新闻报媒的行业特色;飞扬的纽带,传递着健康卫生的信息;向上生长的舒展绿叶,充满蓬勃生机的活力。

标志整体以渐变的绿色为主色调,饱含昂扬的态势,体现了大众卫生报“流动的门诊医院,贴身的保健护士”的美誉,以及不断与时俱进的发展精神。

作者:曹锦辉

■ 小小说

求助

戴希(湖南)

一辆宝马车和一辆皇冠车在街上相撞。

开宝马车的女士甲和开皇冠车的美女乙都气咻咻地跳下车。

甲先摸出苹果手机在车旁给丈夫打电话:“亲爱的,你给我买的宝马被一辆皇冠撞坏了,你快过来呀!我在……”

乙也不示弱,亦摸出苹果手机在车旁给情人打电话:“亲爱的,你给我买的皇冠被一辆宝马撞坏了,你快过来呀!我在……”

电话打通了,又催了数次。可甲的丈夫却总在躲闪,乙的情人也老是推托,大半天不见他们的踪影。

甲和乙都懵了。

她们压根儿不知,俩人求助的竟是同一个男人!

因身上某一关键部位出了点小问题,遂准备了平生第一次的住院。

因为是计划好的,所以就像出门旅行收拾行囊一样准备好该带的东西。除必备的生活用品外,在住院之前,我特意去了一家特价旧书店,淘了三本书,足以排遣住院期间的无聊。

生病最大的落差在我看来,无过于身份的重新认定和人体的尊严。在医院里,无论你是谁,只能先要适应自己作为一个病人的身份,听从医务人员的吩咐和安排,不好由着自己的性子。由于是隐秘的部位,平日绝不轻易示人的躯体在男女医生面前却毫无保留,还不能娇羞作态,无任何君子形象可言,这需要一点勇气和适应的过程。

灰墨色的手术室和医生绿色的消毒手术服从来都给人肃穆的感觉,跨进手术室的大门,在经过初入时的些许紧张之后,我也终于感受到手术室中也有轻松和诙谐的气氛。倒卧在手术台上,身子裹上几层厚布,在确认半身麻木之后,闭目养神的主刀医生站起来清晰地说了:“开工了!”那一瞬间,这样

滑稽的宣布手术开始的方式让我有种啼笑皆非的感觉,那时的我确是他们劳动的工具。但我相信,那是他们开始手术时最有效的让人轻松的惯用语。主刀医生一边在我身上动刀子,一边和我聊天,同时又指导他的助手,手术台上的我已经习惯了将自己的身体作为他们的教材。

推出手术室回到病房,在经过一昼夜难以忍耐的疼痛和无助之后。接下来的几个日子,创口的疼痛减缓,活动也逐渐自如了,到点吃饭睡觉、艰难地上厕所,打针吃药,时间过得有些慢,亲友的探视,成了最有温情的事情。百无聊赖的时候,可以选择看书,也可以选择和同室病友和陪护的人玩笑闲谈。病房里常常因此充满了欢声笑语,听着一些人谈论国家大事和当地名流的秘闻趣事,或夸张、或荒诞、也或是真实,都无需辩驳,有时还夹带着乡间才有的俗语俚词,都让人忍俊不禁。

生病本非人所愿,住院更是如此,然人总有病痛的时候,住院时似乎并不全是苦痛,也带着其它的味道,甚至有很多时间是快乐着的。

# 住院也快乐

■ 患病亲历

徐宣冬(浙江)

■ 小小说

刘小芳(广西) 微博控



《不老》·连载

## 在50岁出生

乔布拉(美)

到了109岁,贝尔已经远远超过了人类可能达到的生理年龄极限并且进入了一个不确定的神秘领域。这是与长寿相关的一个谜,因为科学依然无法预测这个人将活到多大年纪。像贝尔这样的人生活在营养不良的边缘,从事着繁重的体力劳动,按照现代标准看生活条件很差,但是她的寿命超过了99.999%的同龄人,包括那些生活条件优越得多的人。根据官方记录,美国历史上最长寿的人是黛丽娜·夫金斯,一位来自纽约赫尔蒙的农村妇女,她在

1928年去世时113岁。贝尔还没有打破长寿记录,但是称她为长寿中的佼佼者,一点也不夸张。

一个记者问她:“你感到孤独吗?”

贝尔回答说:“是的,有时我感到孤独。”年纪很大的人难免会孤单,因为一齐走过人生旅程的亲人朋友都已经先后离去,贝尔是这方面一个典型。她曾埋葬了三个丈夫、一个兄弟和六个姐妹。贝尔没有孩子,她的侄女们现在都因为年迈而无法照顾她。

据说在珠穆朗玛峰一个

普通的登山季节,大约会有64位登山高手抵达大本营。在这一组人当中,只有最出色的四人能够成功。贝尔就像这四位登山者一样站在离人类长寿顶峰10米左右距离,她筋疲力尽,很难再向前挪动一步,却的确已经接近了顶峰。

在今后几十年,到达长寿山顶的人会越来越多。如果没有早期心脏病或不治之症或其他事故,你和我都很可能会至少抵达大本营。85岁到90岁的人过去很少见,但今后会成为一种普遍现象。报纸会经常刊登居民过百岁生日的新闻,就像他们现在印发关于双胞胎的消息一样。只有在某人活到110岁时,这才会具有一些新闻性。

你能想象自己满100岁那一天是什么样子吗?这相当于要求你两岁的孩子想象他到青年的情景。但可以想象自己活到50岁(也许你已经到了),然后再掌握这样一个惊人的事实:你50岁那一天就是你的第二个生日。一个完整的生活很可能在等待你,这一生活将很可能持续30年,或者很有可能是40、50甚至60年。

在50岁出生!生活并没有就此为我们作任何准备。然而根据加利福尼亚卫生局的研究报告,只要医学能够铲除一项对身体的主要危害——动脉硬化,加州妇女平均寿命将提高到100岁——平均寿命。

①  
(下期关注:最长寿者的启迪)

狄巴克·乔布拉是美国一名主张身心调和、心灵意志至上的医学博士,被誉为当代最具原创力及最有深度的思想家之一,其作品已被译成35种文字。畅销作品《身心不老》从宏观和微观两方面论述人的衰老,带领读者重新诠释生老病死的意义。作者以深刻思考的方式,论述了神秘的自然,并将长寿理念与我们的现实生活紧密结合在一起,阐述我们应当采取的具体做法。本报从今日起对其中的精彩内容予以选载,期望乔布拉在本书中提出的思路和观念能够对广大读者有所启发和帮助。

——编者