

髋关节置换术后3天下床 血压140/80mmHg 身体指标让众网友服气

双鸭山99岁魏大娘被刷屏 最爱啃鸡爪 勤快是长寿秘诀

生活报记者 王萌
看人家这指标就问你服不服？近日，双鸭山一位99岁的老人刷屏了。网友神评，“以我现在的岁数就已经输得心服口服”。

双鸭山的魏秀珍大娘以99岁高龄接受了一次髋关节置换术，创造了当地的手术纪录，是当地接受此类手术年龄最大的患者，在省内也极为罕见。更为难得的是，老人很快就恢复了健康，3天下床，如今行动自如。这一切都因为老人健康的身体指标。家属说，别看这个岁数，老人几乎没什么老年病，也没有富贵病，有院方的术前体检报告为证。



图片由老人家属提供

A 手术与否 影响老人生活质量

“手术做不做，影响的是老人今后的生活质量。”4日，魏秀珍的儿媳李玉洁今年也70岁了，孙辈的40多岁，重孙辈也已经上大学。

拿到老人的体检报告，全家人一起研究，开始还怀疑老人的身体能不能承受得了，研究之后得出结论：老人的各项指标不比年轻人差，为了老人今后的生活质量，全家人一致同意给老人做手术。

李玉洁说：“像我们这岁数各种老年病全找上来了，但是我婆婆高血压、高血脂这些病都没有，医院的体验报告单显示，老人的血压140/80mmHg。还有脑梗和心脏病之类的都属于常见病，我婆婆从来都没得过。”

家属们都说挺奇怪，魏大娘平时就很少生病，“全家人感冒了，就老人没事，这之前没做过手术，没得过大病，从来不打针。”

那么，魏大娘的身体情况怎么样呢？

“看了这份体检报告我才知道，原来婆婆比我们身体都好。”魏秀珍的儿媳打趣道。

魏大娘家住双鸭山，1922年

B 术后3天下床 老人身体素质超强

据双鸭山双矿医院骨科主任、骨科三病房主任周天宇介绍：“为接近百岁的老人做手术在双鸭山是第一次，省内也没见到过类似的记录，确实面临很大风险，但相对于保守治疗，手术能最大限度地避免长期卧床导致泌尿系、肺部感染、深静脉血栓、褥疮等并发症发生，降低死亡率。患者术后大多能取得较好的疗效，可尽早恢复行走及自理能力，所以院方也建议手术治疗。”

为高龄老人实施手术治疗，医院做了充分准备。担心老人对手术的打击耐受度差，院方量身定制个性化治疗方案，并报请医务部组织心内科、麻醉科会诊，共同评估手术风险。术前对老人进行了仔细的身体检查和调理，4月21日，该院的几名专家共同完成了置换人工股骨头手术。

李玉洁说：“婆婆手术后恢复得特别快，术后第三天，老人就下地做康复训练了，医生说，这个康复速度不像是老年人，能保持这么好的身体素质的老人很少见。”

看到老人能下床活动了，亲属们都非常开心。

有人打听魏大娘除了有长寿基因之外，还有哪些养生之道。李玉洁说，其实老人也没啥特别的嗜好，他们那个年代的人，在衣食住行方面没有过高的

要求。老人在饮食上，都是在老家的时候养成的习惯，最爱吃的就是白面馒头，用不着就菜，干嚼就能吃进去，后来打听才知道，小时候吃不上饭，馒头是最好的食物。

其他的，老人主要爱吃素食，最爱吃豆角、牛肉和鸡蛋是坚决不吃，不喝牛奶，但是爱喝豆浆。”李玉洁说，这次手术之后，医生要求老人加强营养吃鸡蛋，煮好的鸡蛋勉强能吃一个蛋清了。

肉类方面，老人比较爱吃肠，最爱啃鸡爪。据介绍，魏大娘从60岁开始，安装了第一副假牙，到现在已经换了3副假牙，一直没有放弃啃鸡爪的爱好。

如果说老人有哪方面的习惯符合现代养生学的观点，那就是从来不暴饮暴食。

李玉洁说，因为老人吃得不多，所以他们家做饭尽量采用多样化搭配，菜、馒头、八宝粥、红肠、排骨都是老人的日常食谱，有些菜老人就吃个一两口，只要吃饱了，即便剩下了，老人也绝对不多吃一口。

D 勤快、作息规律是长寿秘诀

在日常生活中，魏大娘是个勤快的老人。李玉洁说，她总是闲不住。

老人的腿脚没毛病，脑子也好使，手术前，她还经常上街溜达，顺便到超市给家里买些菜什么的。老人特别爱劳动，自己的衣服从来不让别人洗，也不让用洗衣机洗。

得知魏大娘出院了，许多邻居、亲友都来看望，大家说，看老人的状态一定能长寿。

魏大娘接受记者采访时说：“赶上好的时代，晚辈们都孝顺，特别是遇到个好儿媳，儿子去世20多年了，这些年都是儿媳伺候她，活得顺心、身体健康都是儿媳照顾得好。”

李玉洁说：“婆婆术后恢复得特别快，术后第三天，老人就下地做康复训练了，医生说，这个康复速度不像是老年人，能保持这么好的身体素质的老人很少见。”

看到老人能下床活动了，亲属们都非常开心。

拍卖公告
黑龙江银行拍卖有限公司受中国工商银行大庆市营业厅委托，于2021年6月15日14时00分在行二层拍卖会（原办公地址）公开拍卖，拍卖标的：凯美瑞一台、cvv两台（三台整体打包拍卖）；一、展示时间：2021年6月8-9日；二、展示地点：中国工商银行大庆市营业厅；三、报名地址：大庆高新区中心支行五楼；四、报名时间：2021年6月10-11日；五、报名电话：15045980180；六、报名材料：身份证复印件一份、保证金60,000元；七、交款时间：6月15日15时前到我公司办理竞买手续。
咨询电话：150045978777

拍卖公告
黑龙江银行拍卖有限公司接受委托，定于2021年6月14日在中拍平台以网络竞价方式公开拍卖，哈尔滨银行中心支行所拥有的闲置房屋，房屋建筑面约242.8平方米，评估价约2290.68万元，拍卖底价1490.84万元，即日起在标的物所在地展示，报名参加竞买者请于6月14日12时前持有效证件及竞买保证金到哈市哈南区华山路10号方达商务4号楼307室拍卖公司办理竞买登记手续。（注：本次拍卖每个标的的起拍价每件为1分钟，限时竞价时间为2分钟）
咨询请登录：www.wppm.cn 咨询电话：18045008956

士兵搬家 折
军人素质 真诚服务 七折优惠车
全市各区就近发车
15204602898
18249086999

真诚搬家
公企搬家、居民搬家、专业搬钢琴、搬运大件
拆装家具、长途运输、诚信为本、七折优惠
13704806637
13704806638

转业兵搬家
退伍军人为您服务 居民企业 国家
军队搬家公司 折装家具 长途运输
诚信为本 谢绝二次收费 七折优惠
18346188200
18346188211

福迁搬家
退伍老兵，十五年老店，居民，
长途，各区就近发车！
0451-88982221
24小时客服 15114695111

老兵搬家
公企搬家、居民搬家、专业搬钢琴、搬运大件
拆装家具、长途运输、诚信为本、七折优惠
893011110
899114448
87630967

信誉搬家
居民 公企 大学生搬家 长短途搬运
空调安装 专业拆装 家具 钢琴 配件物流
进屋 退屋
15331886393
15904504951
18245175648

诚信搬家 折
诚信为本，信誉第一，军人搬家，长途运输
居民搬家，专业拆装，搬钢琴
13633645802
13704802031

喜临门搬家 招和
居民 公企 大学生搬家 专业拆装家具
七折优惠 方便快捷 谢绝二次收费
进屋群力西 13503620282
南岗外省 18946110086
24小时客服 18746472226

搬家刊登电话
13945172547

生
活
报
生
活
报
生
活
报

分类广告
中缝声明
企业招聘

业务办理电话：
15504651777
89682777
QQ/微信：80451

哈市公安部门多举措为考生保驾护航

便利停车 轻微违法 免处罚

生活报讯（记者黄迎峰）哈市公安局推出多项安保举措，吹响高考安保“集结号”，最大程度为广大考生及家长提供便利服务，为“奋斗的青春”保驾护航。



不受机动车限行规定限制
为给广大考生及家长提供停车便利，哈市交警部门在考场周边开辟临时停车区域，送考车辆按照交警指挥停靠车辆，切勿将车辆多排停放，占用路口、公交车道、应急专用道等区域，给应急车辆留有通行空间。为便利送考车辆顺利通行，高考期间，考生乘坐车辆凭准考证不受机动车限行规定的限制，发生轻微交通违法教育后给予放行，严重交通违法取证后滞留证件放行，后续跟踪处理。

同时，考生在出行过程中，如遇遗忘准考证或其他紧急情况时，可第一时间向路面交警求助，执勤民警将积极给予帮助，让考生能够及时到达考场。



哈市物业协会倡议高考期间：

暂停室内装修 广场舞等活动

生活报讯（记者仲亮）为了给考生们营造一个安静舒适的考试环境，哈尔滨市物业协会号召全市物业企业开展“无声”行动，护航高考，助力考生们备考应考。

哈市物业管理协会号召各物业企业，在6月5日-9日期间，通过微信群、电子屏、宣传板等线上、线下形式，向小区业主发出提示内容：暂停室内装修、广场舞、家庭聚会等活动，创造一个安静舒适的学习、休息环境。

各物业企业根据自身实际情况，设置便于高考生的专项服务岗位，为高考生配备矿泉水、文具包和医药箱等物资；对有参加高考生的家庭给予关注，根据业主需求在能力范围内提供交通、休息等专有服务。

哈市这些工程 白天无噪音施工 夜间严禁施工

项目服务中心强化施工噪声的管理，该中心要求其所属各施工单位严禁夜间施工、白天进行无噪音施工，施工时控制施工噪声、扬尘及光污染。

该中心工作人员介绍，消防救援支队综合业务用房项目位于和平路111号，距离哈九中考点直线距离1.5千米，距离49中考点直线距离1.5千米。在中高考期间，施工单位（6月6日开始）严禁夜间施工，9时以后进行无噪音、无危险性较大的施工，17时30分以后不准施工，施工单位运输车辆严禁在和平路、文景街道街通行，严控在附近及其他考点通行。该中心各施工单位、监理单位、迁改单位、跟建单位等要严格按照相关规定，控制施工活动发出的噪声、扬尘及光污染。

在特种设备安全方面，会同电梯维保单位以考点及周边餐饮、住宿、商超在用电梯为主要对象，重点检查电梯是否在定检有效期内等。要求维保单位及时制定维保方案和应急预案，特殊情况下安排人员接送考生上下电梯，确保电梯使用安全。

在预防消费纠纷方面，及时向全区宾馆、旅店等住宿业经营者发放《哈尔滨市南岗区市场监督管理局住宿价格提醒告诫书》，要求经营者对中高考前的房价和中高考期间的预订房价必须明码标价，标价内容要真实明确、清晰醒目，严禁捏造、散布涨价信息，不得价外加价，不得收取任何未予标明的费用。

在食品安全方面，对各类餐饮和供餐企业的食品采购、贮存、加工等环节实行重点监管。对“一品名厨堂”等餐饮企业未设立食品储藏间等问题进行责令改正，逾期不改将处以5千元至5万元罚款。督促供餐企业严格落实食品原材料采购进货查验、索证索票和台账登记制度，禁止经营有毒有害、过期变质等不合格食品。

开奖啦

福彩中奖号码

福彩双色球第21062期

12 13 15 20 22 25+10

福彩3D第21147期

198

福彩排列3第21147期

947716+0

福彩22选5第21147期

02 11 15 17 22

体彩中奖号码

体彩七星彩第21064期

202555+3

体彩排列3第21147期

257

体彩排列5第21147期

25723