

华美老年协会金梅社举办化妆舞会

岁末载歌载舞 友谊地久天长



辛丑岁末的十二月十六日,阳光明媚。华美老年协会金梅社在蒙郡 Plum Gar Community Center 举办了一场别开生面的老年化妆舞会。

称之为「别开生面」,是因为自 COVID-19 以来,金梅社一年一度的圣诞迎新舞会和其它活动一样,不得不嘎然而止。这一停就是整整两年。今年秋季始,终于等来活动的恢复。所以,也迎来了圣诞舞会的重新举办。称之为「别开生面」,更是因为,这场舞会是老年人自己的舞会。它不同于年轻人形形色色的舞会,折射出新时代在美老年华人的精神风貌。

宅家防疫的日子不好过。为了办好今天的舞会,金梅社负责人联络各方人士,积极筹划。具体负责这次活动的魏玉鸾、吴友苏和张惠惠等人更是颇费心思。

今天,舞场布置得喜气洋洋。颇具艺术特色的大红舞会会标十分醒目,彩色的气球装点舞池四周,更烘托出节日的气氛。

上午十时整,金梅社社长朱伟民向华美

金梅社及各兄弟社的老年朋友们致以圣诞节和新年的亲切问候,并宣布舞会开始。

接下来,佩戴各色面具的舞友们双双对对,踏着华尔兹舞曲的优雅旋律,缓缓步入舞池。与以往不同的是,今次舞会是在疫情尚未完全平息的时候举办的。所以,舞池内外,人人佩戴口罩,成了今天舞会的一道特殊而美丽的风景。场上,男士们穿着整洁的西服,女士们身着美丽的衣裙。他(她)们的翩翩舞姿,吸引著全场观眾的目光,博得人们的啧啧赞美。

唐朝诗人白居易有诗云:"自此光阴为已有,从前日月属官家。"回望昔日,上班养家,自顾不暇。而今退休了,公私两闲,也有时间朝看日出夕赏霞。他们可以轻轻松松地来华美老年协会参加各项活动。老年朋友中,不乏当年的舞场高手。他们今天上场,从音乐和舞步中又寻回了青春的记忆与活力。宝刀未老的他们,舞步娴熟,动作老道,令人不由得惊叹:黄忠老将本领高,鹤发未必逊少年啊!

近年来,华美老协有些社团,在推广活泼奔放的广场舞的同时,也积极开设老年朋友所欢迎的交际舞学习班。金色庄园社率先连续开办了多期交际舞初级班;长乐社开设了恰恰舞班等;金梅社组织了拉丁舞教学……深受大家的欢迎。一大批从前不爱跳舞的老年朋友,如今,也脚下生风,成了舞场「高手」。他们既锻炼了身体,又陶冶了情操。

音乐声浪一波接一波,舞场上下高潮迭起。一会儿,快三、平四、探戈、恰恰恰等,舞步热情奔放,令人目不暇给;一会儿,慢三、慢四、伦巴等,又如春风掠过湖面,漾起层层涟漪。此时此刻,舞者和观眾,情感共鸣,恰似又回到青春浪漫、激情洋溢的岁月。场内舞步简练,举步庄重,颇有点古典风韻。其进退平稳,从容不迫,给人以舒适、悠闲、平和、自由之感。舞者举止,不失斯文、高雅的气度。

这场舞会是一次场内场外互动的活动。在当今手机普及的年代,人人都成了摄

影师。观眾席上的老人们举起手中的相机或手机,按动快门,捕捉到美好的镜头,在阵阵欢声笑语中,将人生这道绚丽的「夕阳红」永久地定格在画面上。舞会后,还将进行一次摄影佳作评选。让时间的瞬息留在永恒的光影里。

此时,一阵清脆的铃铛声由远而近,从场外忽然风尘仆仆地赶来一位银发白髯、身穿红袍的圣诞老人。霎时间,将舞会推向了新的高潮。背著一大袋圣诞礼物的圣诞老人,笑容满面,亲切慈祥地走遍舞池内外,向大家分发礼物,祝福大家圣诞快乐。

尽情地唱吧跳吧,欢乐地谈吧笑吧!幸福在今日的老年朋友中荡漾。人们热情地争相合影留念,留下今日的美好时光。

华美老协金梅社的圣诞化妆舞会,在热烈而优雅的《友谊地久天长》华尔兹舞中圆满落幕。老年朋友们互道珍重,相约明年。(华美老年协会金梅社报道组供稿)

敷草药后,她的手几乎烂掉! 生活中碰到这些东西要小心

古装电视剧里常常出现这样的剧情,男主角徒手爬上悬崖,就为一株草药,女主角不幸负伤,外敷草药药到病除,其实这种情景,生活中也在上演。接骨草、水芹菜……各种民间土方,都被视为治病「利器」。不可否认,草药自有其特殊功效,但自行采摘的鲜草药还是要慎用,谨防出现接触性过敏等问题,不然发展到曹阿姨(化名)这样的情况,或许就要追悔莫及了。

六旬老太敷草药后,右肢溃烂
浙江65岁的曹阿姨,在老家勤勤恳恳干了一辈子农活,家庭生活幸福和谐。除了患有十几年的风湿性关节炎,曹阿姨一直以来身体都还算健康,不过,近来她的一次无心之举可是让自己吃足了苦头。

大约半个月前,曹阿姨的右手肘部位出现肿痛,以为是风湿性关节炎再次发作,便跟一起务农的村里人牢骚了几句,其中一位建议她可以试试水芹菜,据说这种在浙江山地水沟常见的草药可以祛风止痛,治疗风湿性关节炎非常有用。

抱着试试看的心态,第二天,老伴从山上去采来了水芹菜,捣烂后直接敷在了曹阿姨右手肘关节处。“大概过了2、3个小时的样子,我就感觉敷药的位置像被开水烫了一样热,而且像有针在戳我,就赶紧把药取了下来。”曹阿姨回忆,当时就看到右手肘关节大

片红肿并且长了好几个水疱。

这药劲头这么足吗?心有余悸的曹阿姨不敢再贸然尝试,想着这水疱可能过几天也会自行消退了,便没有进一步处理。

没想到一周时间过去了,情况不仅没好转,她的整个右侧手臂还出现了红肿瘙痒、长更多水疱的情况,这才赶紧跑到浙江大学医学院附属第一医院皮肤科就诊。

02

这种草刺激皮肤,要慎用

“当时可以看到她的右上肢肩膀以下到手腕以上,整个都是大片红斑,并且红肿明显,还有多个大小如米粒或花生米的水疱。”接诊的皮肤科朱定仙医师介绍,最严重的是曹阿姨的右肘关节,水疱甚至已经破裂、糜烂、渗出。

问诊过程中,曹阿姨也是思路清晰地表示,自己是在外敷了水芹菜后才出现这种情况的,在接受了各项常规检查及化验后,医生诊断为刺激性接触性皮炎。

原来,曹阿姨所说的水芹菜,是一种毛茛科毛茛属植物,在我国较为常见,且药用历史悠久。“国内已多次报道外敷水芹菜引起接触性皮炎。”朱定仙医生解释,现代药理研究显示,毛茛属植物中存在原白头翁素,对眼、鼻和喉黏膜有强烈的刺激作用,如果是高浓度接触会直接导致皮肤红肿、水疱,

所以曹阿姨的发病正是受此伤害。

另一方面,很多中国患者比较喜欢使用偏方,在就诊时还会告诉医生,就是要“发出来”病才会好的,因此有很多患者在出现接触性皮炎时,延误了到医院救治的时间,甚至还想继续使用中草药外敷。

曹阿姨当天就被收治入院,在停用致敏物,进行抗过敏、抗感染等一系列治疗后,3天后右手的糜烂渗出就减少,1周后皮损全部消失,康复出院。

03

红肿、瘙痒、溃烂

这些物质最好别接触

“以后再也不敢随便尝试这些土方了。”这是曹阿姨出院时发自肺腑的醒悟,也是医生要提醒告诫大家的:民间流传的鲜草药偏方,千万不要随意尝试,尤其是直接接触皮肤的外敷,更要慎重!

“我们皮肤科每年都会接诊很多接触性皮炎的患者,其中有不少是因为直接接触植物引起的过敏。”浙大一院皮肤科主任方红教授表示,接触性皮炎是指皮肤接触外界某些物质后,引起的接触部位或其周围皮肤的炎症反应,一部分是由直接接触引起,另外一种就是变态反应导致的,表现为红斑、水肿、瘙痒、丘疹、糜烂、渗出等症状,如果拖延不治,严重的接触性皮炎也可危及生命。

作为最常见的一种用途,民间流传着很多用鲜草药治疗疾病的偏方,但鲜草药外用并非绝对安全,数据显示,有约20%的药物接触性皮炎是由中草药引起,自行采摘未经处理的草药所含有的物质、浓度,以及接触时间的长短等都与皮炎的发生有着密切关系,像曹阿姨这样外敷好几小时的,风险更是大大增加。除此之外,浙大一院皮肤科还接诊过好几例中草药偏方治疗带状疱疹前来就诊的患者,这两天还接诊了几例因接触银杏果(白果)皮分泌物而出现接触性皮炎的患者。

“一方面是由于接触物质中含有刺激性或毒性物质,另一方面也跟个人体质有关。”方红教授解释,接触性皮炎虽对生命没有重大威胁,但病情严重时会给患者带来巨大痛苦和生活上诸多不便,还是不容小觑。

除了草药等植物,一些有毒的动物(如水母、毛虫、蜂类)或刺激性化学物质(如染发剂、油漆)等也容易引起接触性皮炎。如何避免此类伤害再次发生,专家也提出几点建议:1、不盲目自行使用外敷中草药,身体出现不适后应尽快对症到正规医院就诊;

2、如果接触过相关物质后,出现皮肤红肿、瘙痒、水疱,甚至溃烂等情况,请及时到皮肤科就诊,医生会根据病史及症状等进行专业诊治。

Jasmine MEDICAL DAYCARE CENTER 真善美日间保健中心
12910 Cloverleaf Center Drive, Suite 100, Germantown, MD 20874 Web: www.jasminecenter.com
中心特色: 精国、粤、台语的专业医护及护佐; 专业社工协助申请各类社会福利; 舒适安全的交通车到府接送; 营养丰富的早、午餐及点心
中心宗旨: 最真诚的贴心照料; 最完善的保健设施; 最美丽的场地环境
We are an equal opportunity employer
邹秉雄、吕思慧主理
华人最优秀的保健服务团队 至诚为您提供最专业的服务
真诚 善良 美丽 Truth Goodness Beauty