

阿萍xw的博客

http://blog.sina.com.cn/wps58102 (订阅) (手机订阅)

首页博文目录关于我

个人资料



阿萍xw



加好友

发消息

加关注

加关注

博客等级: 18

博客积分: 513

博客等级: 295,320

来访人次: 458

获得勋章: 308

赠出勋章: 45

荣誉徽章



网游网页的游戏

- 相关博文
- * 第380期：《冬跑》桂子漫画

晨林画
- * 霍思燕露胸女星怀孕真相！难怪杨

静秀兰评案
- * 920首唱！寒潮吹向日本，高山细

中国气象爱好者
- * 宠物情报：宠物服装花想容、花的

复生虫的许多
- * 不做爱情里的流浪狗

晨林画
- * 做姿势 | 留得半人能得捉到的10大

哈丹巴特东
- * 2021/22秋冬男装皮衣皮革工艺潮

IPY原创趋势
- * 陶渊明的智慧（续）《三国民众》之

复生虫画
- * 当越来越多人比你年轻的人出现在你

晨林画
- * 丁俊晖暂夺世锦赛冠军！中国2位

陶号
- 更多>>>



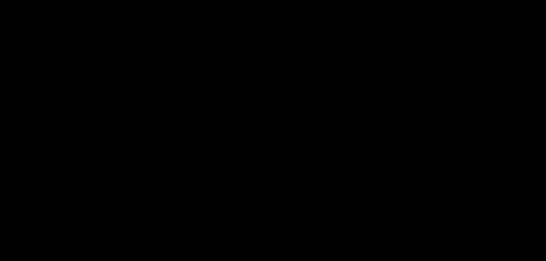
美国摄影专业 上海敬老院价格



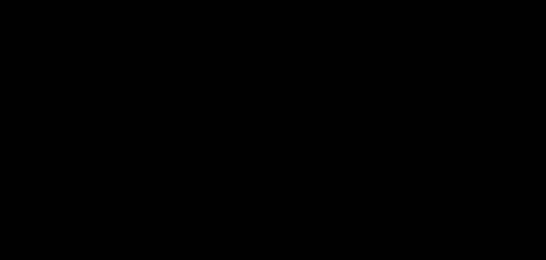
不用下的游戏 微博相册网



泰山徒步奇游记 跟着季节去旅行



溜车养车的烦恼 最美白色志愿小



低家的欧洲最佳 等你靠近的“老

旅行目的地 世了

查看更多>>>

正文

我的2019年

2020-01-10 19:52:50

标签：杂谈 分类：年终总结

古罗马哲学家西塞罗在《论老年》中说：老年人不仅要保重身体，还应注意理智与心灵的健康，因此老年也得不断学习。“一个总是在这些学习和工作中付生活的人，是不会察觉自己老之将至的。”迟与孔子所云：“发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至”是一个道理。想拥有一个丰富精神世界和充实果敢的老年，我还在继续努力。

从2006年开始的年度总结已经坚持了13年。为的是鞭策自己不断学习，丰富自己的精神世界。然，2019年9月终于被疾病所迫，卧床至今。每天承受着肩袖撕裂术后康复、风湿多肌痛和腰椎间盘突出带来的疼痛。四肢僵硬，腰腿酸痛，走路都发生困难。对于这个喜欢不断寻找生活乐趣又好动的人来说，简直是个灾难。难道才74岁就如你作伴了？不甘心！为了能尽快恢复体能，不断四处求医。然而，俗话说“病来如山倒，病去如抽丝”。急不得！我想考验自己心态和毅力的时刻来了。生命的每个阶段遇到什么困难只有乐观面对，积极克服。

83岁做了多年糖尿病病友作成了照顾我的唯一亲人。买、洗、烧全包。女儿每天下班后来关心我，为我做康复锻炼。买来可口的点心和佳肴。加拿大的小女儿寄来最好的营养品。不断的视频问候……心里涌起一股深深的暖流！也深感愧疚：“平时不注意养生，只是消耗，给他们带来这么多麻烦！”为此，我决心努力休养，早日恢复体能。争取继续享受快乐的晚年生活。

通过十天的努力，终于写了这篇晚到的总结。🍵🍵🍵

1月和女儿在复旦大学的身影



1月参加“见证”十万上海知青援藏纪实首发式

1月过年前扫扫愚园路中山公园

2月年前转转七宝老街

2月莘庄公园

3月 欣赏宝龙美术馆500幅名画展

3月 在改造后的东外滩扫圈

3月 上海国际珠宝中心

3月 转转罗店古镇

3月独自逛逛南汇古镇

3月 上海威尼斯小镇

3月 参观油罐中的水粒子世界

3月 新建的中新泾公园

4月 第一次来到爱琴海购物中心

4月 参观上海国际车博会

4月到新建的堆景广场

5月 欣赏捷克著名画家夏夏画展

6月中下旬 以色列、约旦旅游

8月逛友梅间堂聚会

9月到11月，一直在患病 诊断、治疗和疼痛的交替折磨中，连续2个月由于疼痛而夜不能寐，寝不能行。浑身游走性疼痛，而且有早晨肩颈僵硬的现象。走路、上车要用拐杖。由开始的误诊“腰椎间盘突出”需要手术到通过抽血化验发现血沉高达120 c反应蛋白高达65，才最后确诊为“类风湿多肌痛症”，开始吃强的松和雷公藤来治疗。疼痛逐步减轻，睡眠逐步完善，为避免药物引起对肝脏、肾脏的副作用，开始每个月一次的抽血化验，并同时进行比较有效的物理治疗。一切在恢复中。

12月 游览上海深坑酒店

2 喜欢 0 赞金笔

分享: 阅读(211) 评论(0) 收藏(0) 转载(0) 喜欢 打印 举报/Report

前一篇：摄影人都有的30个优点，说得太准了！

后一篇：德国人：再富，也要穷孩子

评论加载中，请稍候...

发表评论

评论前请仔细阅读

评论

以上网友发言仅代表其个人观点，不代表新浪网的观点或立场。

≤ 前一篇 后一篇 ≥

摄影人都有的30个优点，说得太准了！ 德国人：再富，也要穷孩子