



“老照片带我们回到青春时光”

“年代秀”活动报名踊跃，数十位老人用照片讲述峥嵘岁月

本报济南6月11日讯(记者 陈伟) “年代秀”的活动很有意义，让我们回忆过去的青春，也看到了这40年生活的变化。”11日，66岁的老人熊立荣联系我们，在分享照片的同时，追忆起了她那段青春岁月。自本报发起“年代秀”老照片展示暨摄影大赛后，目前已经接到数十位老人的报名，有的是上学时扎着羊角辫的证件照，有的是知青年华，有的是从四合院搬到楼房的第一张全家福，还有的是在现代，穿上旗袍、军装展现夕阳红的魅力。每一位报名的老人，用老照片诉说着他们和这个时代的“芳华”。

一根长长的麻花辫，垂在身前白色的衬衣上，几缕碎发显得稚气而活泼。这是熊立荣跟我们分享的第一张照片。“这是我小学毕业的照片，童年真是一本令人怀念的日记。”熊立荣说，她出身文艺之家，父母喜欢唱京剧、唱歌、拉京胡，受家庭的熏陶，而她从小就喜欢二胡、唱歌等文艺活动。第二张照片是她知青时期的纪念，梳着当时流行的麻花辫(右图上)，

当时她已经是文艺骨干，还担任了音乐老师。几张彩色照片，是她和姐妹们穿着旗袍(右图下)。熊立荣虽然退休了，可是她的文艺梦想没有“退休”。2016年，她带队成立了一支服饰模特队，号召了一大群身边老友加入，用他们的正能量，感染周围的老年人。

熊立荣说，看着这些照片，像是放电影一样把自己的前半生回顾了一遍。在她的带动下，很多服饰队的老友们也加入了“年代秀”活动，分享着自己的老照片，讲述40年变迁的故事。

65岁的潘鸿达分享的，则是这些年来她的“时尚”故事。从上世纪70年代的“的确良”，到上世纪80年代的灰蓝“马路服”，到上世纪90年代的花裙子，再到如今的旗袍秀，每一件衣服都记录着那时候的潮流，而潘鸿达也成为这个潮流的引领人，亲手设计制作衣服，展示着不同的时代风貌。而80岁的老人李建华则是用几张老照片，回顾了从上世纪70年代到如今的记者生涯，通过老照片，看到了一个新闻人的笔耕不辍。



齐鲁健康大讲堂



齐鲁老友记

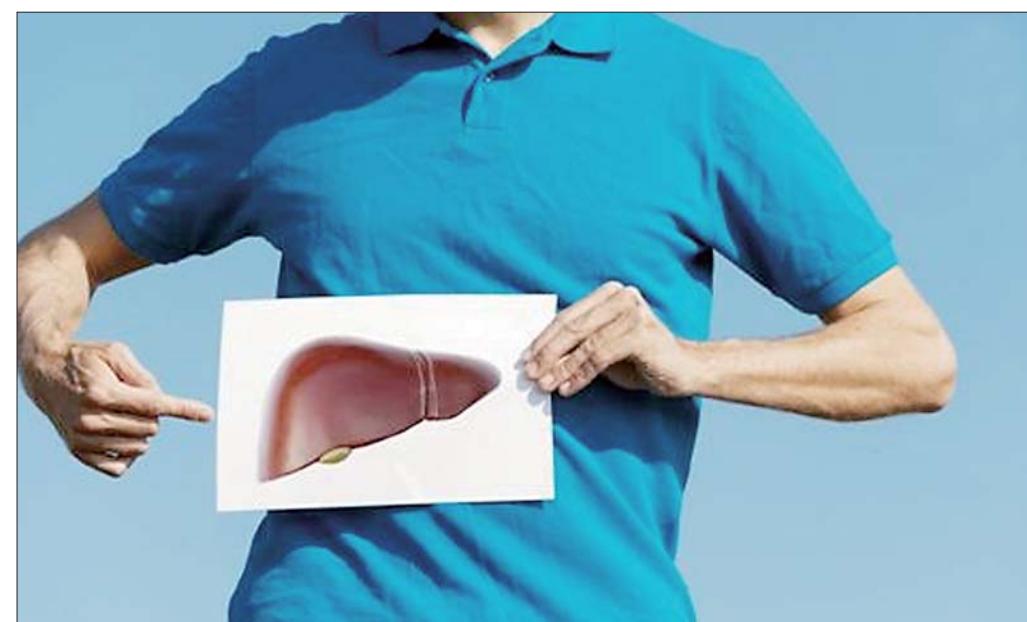
■相关链接

快来联系我们 秀出你的“芳华”

用您的老照片，讲述时代的老故事。如果您愿意跟我们分享您的老照片，或目前穿上带有年代感服装的照片，可以在“齐鲁健康大讲堂”“齐鲁老友记”公众号后台留言，或直接发送至qlwblx@163.com。

每位参加活动的老人都将获得精美礼品一份。征集结束后我们将举办投票集赞活动，前十位老人将获得“年代老人”称号，并领取价值2000元奖品，由专业的造型师量身定做造型，由摄影师在活动场地现场拍摄“年代大片”。在拍摄阶段，将发起“年代秀”摄影大赛活动，与专业摄影师一起为“年代老人”拍摄大片，并设置一、二、三等奖，发放相应礼品。活动咨询电话：0531-85196158。

解读乙肝：被夸大的“不治之症”



消化道、呼吸道 不会传染乙肝病毒

如果得知身边有人感染了乙肝病毒，是否具有传染性是很多人都关心的问题。马瑞萍解释道，乙肝五项检查结果并非是否具有传染性的判断标准。“体内病毒含量才是传染性的决定因素，病毒量越高，传染性越强。”

马瑞萍介绍道，血液、母婴、性接触是乙肝病毒的主要传播途径，血液传播包括非正规渠道的采血和输血、未彻底消毒的公用修眉刀、共用剃须刀和牙刷、纹身等，母婴传播则是指当母亲是乙肝患者时，胎儿可能在宫腔内或分娩时感染乙肝病毒；性传播则是指没有防护措施的性生活。

“值得注意的是，乙肝病毒不会通过消化道和呼吸道传染。”马瑞萍表示，因此没有血液接触的握手、拥抱、共用卫生间、住在同一宿舍、共用办公室不会传染乙肝病毒，正常情况的共同进餐也不会传染乙肝病毒。

“接种乙肝疫苗是最简单有效的防护措施。”马瑞萍表示，婴幼儿、处于高危环境的医护人员、高危患者(例如需血液透析的患者等)、夫妻中有一方是乙肝患者的另一方，都必须接种乙肝疫苗。除此之外，普通人群也建议根据需要接种疫苗。

作为一种传染病，提起乙肝，很多人闻之变色。世界卫生组织发布的《2017年全球肝炎报告》显示，目前全球大约有2.57亿人感染慢性乙肝，但绝大多数人没有获得有效的检测和治疗，每年约有65万人死于乙肝所致的肝硬化和肝癌。尽管如此，专家表示，其实乙肝“可控可治”，并非“不治之症”，不必过于恐慌。

马瑞萍介绍道，慢乙肝的早期症状比较隐匿，最常见的症状包括疲乏、食欲差、厌油腻饮食，严重时会有黄疸等症状。如果慢乙肝患者体内病毒数量较高、年龄大，同时又有饮酒等习惯，就会面临较高的肝硬化、肝癌风险。

正因如此，不少人感染乙肝后产生很大的心理负担，甚至相信很多“大小三阳全部转阴、永久根治乙肝”等偏方。

马瑞萍提醒道：“目前还没有彻底根治乙肝的办法，延缓疾病发展、减少或避免肝硬化、肝癌发生，是治疗的目标。经过正规系统治疗后，部分人可以实现临床治愈。”马瑞萍表示，临床治愈的标准

是指e抗原转阴、肝功能正常、体内病毒量非常低甚至检测不到。

乙肝五项中首项阳性 是现症感染的标志

乙肝五项(即乙肝两对半)是检测是否感染乙肝病毒的基本方法。五项指标分别是乙肝病毒表面抗原(HBsAg)、乙肝病毒表面抗体(HBsAb)、乙肝病毒e抗原(HBeAg)、乙肝病毒e抗体(HBeAb)、乙肝病毒核心抗体(HBcAb)。

“在乙肝五项指标中，1、3、4、5四项中任何一个阳性，就意味着曾感染或正感染乙肝病毒。”马瑞萍进一步解释道，而只要第1项即HBsAg阳性，就属于乙肝现症感染，“但是是否需

要治疗、如何治疗，都有严格的指征，需要到正规医院咨询专业医生来确定。”

在乙肝五项指标中，2、4、5阳性，4、5阳性，或2、5阳性也是比较常见的检查结果。对此，马瑞萍表示，这意味着被检测者曾经感染过乙肝病毒，如果条件允许最好在医院进行超灵敏的乙肝病毒量检测，如果检测不到乙肝病毒，就不必恐慌了。在乙肝五项指标中，单独第2项阳性，一般是接种疫苗后产生的保护性抗体，可以有效预防乙肝。

在乙肝五项指标中，五项全阴性，一般意味着没有感染过乙肝病毒，体内也没有保护性抗体，建议正规接种乙肝疫苗，可到各免疫接种门诊咨询并接种。

本报记者 陈晓丽

尚无彻底根治办法 但可达到临床治愈

“顾名思义，乙肝是由于机体感染乙肝病毒引起的”，山东省千佛山医院肝病科副主任医师马瑞萍解释道，乙肝病毒属于嗜肝病毒，它进入肝细胞后，会不断复制新的病毒，并进一步侵害肝脏功能。

通常来说，如果是五岁以下的儿童接触到乙肝病毒，由于其自身免疫力尚未发育完全，不能有效清除乙肝病毒，其中约95%的人就会转变为慢乙肝。而成年人由于免疫系统强大，即便在日常生活中接触到乙肝病毒，