

Những nữ đảng viên giàu nhiệt huyết



Bà Bùi Thị Tuyết, Trưởng thôn Thượng Hộ Nam, xã Hồng Lý (Vũ Thu) tích cực tham gia công tác phòng, chống dịch Covid-19 tại địa phương.

Phát huy tinh thần tiên phong, gương mẫu của đảng viên cùng truyền thống tốt đẹp của phụ nữ Việt Nam, thời gian qua, trên địa bàn tỉnh xuất hiện nhiều tấm gương nữ đảng viên tiêu biểu. Dù khác nhau về hoàn cảnh sống, công việc, tuổi tác song họ đều có chung lòng nhiệt huyết, tận tâm với các phong trào của địa phương, tạo sự lan tỏa mạnh mẽ trong cộng đồng.

Việc nào có lợi cho dân thì làm
Là trưởng thôn "Ăn cơm nhà vác tù và hàng tổng" đối với nam giới đã vất vả, đối với phụ nữ còn khó khăn hơn nhiều. Mặc dù vậy, bà Bùi Thị Tuyết, 57 tuổi, Trưởng thôn Thượng Hộ Nam, xã Hồng Lý (Vũ Thu) vẫn luôn nhiệt tình, trách nhiệm với việc làng, việc xã, được nhân dân tin yêu, quý trọng. Bà cho biết:

Tôi làm trưởng thôn từ năm 2016, nhận nhiệm vụ xong là tôi bắt tay luôn vào công việc, không quản ngại ngày đêm tuyên truyền, vận động nhân dân hiến đất, hiến công, hiến của làm đường giao thông. Từ những con đường đất nhỏ, đi lại khó khăn, đến nay toàn bộ 5km đường giao thông trong thôn đều được mở rộng và cứng hóa theo đúng tiêu chí nông thôn mới. Ngoài ra, tôi còn

đứng ra vận động, kêu gọi hỗ trợ làm 4 tuyến đường không có dân cư ở với gần 1km; kêu gọi nhân dân và con em xa quê đóng góp xây dựng nhà văn hóa thôn với tổng kinh phí gần 400 triệu đồng. Trong quá trình xây dựng, tôi thường xuyên có mặt giám sát để bảo đảm chất lượng công trình.

Bà Tuyết còn thường xuyên vận động nhân dân tích cực chuyển đổi cơ cấu cây trồng; bản thân gương mẫu đi đầu chuyển đổi 5 sào cây lúa sang trồng các loại cây có hiệu quả kinh tế cao hơn như hồ, đỗ, lạc và ngô. Trung bình mỗi năm bà thu về hơn 100 triệu đồng. Đến nay, toàn thôn chỉ còn 3/43ha diện tích canh tác lúa, còn lại đều chuyển sang trồng các loại cây như hồ, đậu tằm, được liệu và các loại rau màu. Thu nhập của người dân trong thôn nhờ vậy không ngừng nâng lên, trung bình đạt trên 45 triệu đồng/người/năm.

Từ khi dịch Covid-19 xuất hiện, công việc của bà Tuyết lại nhiều lên gấp bội, bà thường xuyên tham gia trực chốt, quản lý đi biến động dân cư, theo dõi, quản lý các trường hợp cách ly tại nhà, động viên bà con

tiêm vắc-xin... Bà chia sẻ: Chẳng tôi mất sớm, các con đều có công việc riêng, một mình gánh trên vai việc nhà, việc làng, nhiều lúc cũng thấy mệt mỏi; song những lúc như vậy nghĩ tới sự tin tưởng, tình cảm của bà con dành cho mình, trách nhiệm của người đảng viên nên tôi lại cố gắng nỗ lực nhiều hơn. Sự nhiệt tình, tâm huyết của bà đã góp phần quan trọng đưa thôn Thượng Hộ Nam liên tục dẫn đầu các phong trào của địa phương.

Góp sức trẻ cho quê hương

Bằng sự sáng tạo và nhiệt tình trong công tác, chị Trần Thị Sơn, Bí thư Đoàn Thanh niên xã Nam Trung (Tiền Hải) đã đưa hoạt động đoàn và phong trào thanh thiếu nhi của xã đi vào nề nếp, trở thành một trong những đơn vị luôn được tổ chức đoàn cấp trên đánh giá cao. Chị cùng Ban Chấp hành Đoàn xã tổ chức nhiều phong trào, hoạt động thực sự hấp dẫn, sôi nổi, thu hút đông đảo đoàn viên, thanh niên, các em thiếu nhi tham gia với những việc làm thiết thực như: giúp đỡ các gia đình, trẻ em có hoàn cảnh khó khăn; giúp người dân thu hoạch, giải cứu nông sản; thành lập đội tuyên truyền lưu động về phòng, chống dịch Covid-19; trao tặng khẩu trang, hướng dẫn cài đặt phần mềm khai báo

y tế; tổ chức vệ sinh môi trường tại các khu vực công cộng.... Theo chị Sơn: Làm công tác đoàn ở cơ sở hiện nay rất khó trong tập hợp lực lượng vì các bạn đoàn viên, thanh niên đa số đi làm ăn xa, những người ở nhà rất khó vận động vì chủ yếu chỉ tập trung làm kinh tế. Điều này đòi hỏi người thủ lĩnh đoàn phải gây dựng được các phong trào, hoạt động thực sự hấp dẫn, sôi nổi, ý nghĩa mới thu hút được đoàn viên, thanh niên.

Bên cạnh các hoạt động tập thể, cá nhân chị Sơn

cũng có nhiều hoạt động khẳng định trách nhiệm của tuổi trẻ đối với cộng đồng như: kết nối với nhà hảo tâm ủng hộ tiền mặt, cơ sở vật chất cho công tác phòng, chống dịch Covid-19 của tỉnh, huyện và 7 xã khu Nam huyện Tiền Hải với tổng trị giá 470 triệu đồng; tích cực tham gia các hoạt động như giải cứu nông sản, nấu ăn thiện nguyện do Huyện đoàn, đoàn cụm khu Nam tổ chức. Là đảng viên huyện, chị Sơn còn thường xuyên tuyên truyền, vận động bà con giáo dân chấp

hành tốt chủ trương, đường lối của Đảng, chính sách, pháp luật của Nhà nước, quy định của địa phương, thắt chặt mối quan hệ đoàn kết trong cộng đồng dân cư. Theo đồng chí Trần Văn Hòa, Phó Bí thư Đảng ủy xã Nam Trung: Đồng chí Trần Thị Sơn là một cán bộ đoàn năng nổ, nhiệt tình. Các hoạt động do đồng chí tổ chức ở cơ sở rất thiết thực, sáng tạo, đóng góp tích cực vào sự phát triển chung của địa phương.

ĐÀO QUYÊN



Chị Trần Thị Sơn, Bí thư Đoàn Thanh niên xã Nam Trung (Tiền Hải) tham gia hoạt động thiện nguyện tại Bệnh viện Đa khoa Nam Tiền Hải.

Dinh dưỡng cho người bệnh Covid-19 điều trị tại nhà

Với người bệnh nói chung, bệnh nhân Covid-19 nói riêng, dinh dưỡng có vai trò đặc biệt quan trọng. Nếu không bổ sung dinh dưỡng đầy đủ, hợp lý, người bệnh có thể suy dinh dưỡng, từ đó làm tăng nguy cơ bội nhiễm, bệnh trở nặng và kéo dài. Vậy bệnh nhân Covid-19 cần có chế độ dinh dưỡng như thế nào để giúp hỗ trợ và cải thiện "hàng rào" bảo vệ cơ thể? Bác sĩ Trần Khánh Thu, Trưởng khoa Dinh dưỡng, Trưởng phòng Kế hoạch tổng hợp Bệnh viện Đa khoa tỉnh có những chia sẻ với phóng viên Báo Thái Bình về nội dung này.

Phóng viên: Xin bác sĩ cho biết vai trò của dinh dưỡng trong điều trị Covid-19?
Bác sĩ Trần Khánh Thu: Chế độ dinh dưỡng hợp lý có vai trò quan trọng với sức khỏe của mỗi người; đối với bệnh nhân Covid-19, việc tuân thủ tốt về dinh dưỡng còn mang ý nghĩa như một liều thuốc hiệu quả trong quá trình điều trị. Bởi dinh dưỡng giúp hỗ trợ và cải thiện "hàng rào" bảo vệ cơ thể như: tế bào miễn dịch, các kháng thể, da, niêm mạc hô hấp, niêm mạc dạ dày; làm tăng sức đề kháng, giúp nâng cao thể trạng và hạn chế biến chứng. Khi bị mắc Covid-19, người bệnh thường có dấu hiệu đột ngột bị mất vị giác hoặc khứu giác, làm giảm khả năng ăn uống, do vậy cần bổ sung

hệ miễn dịch. Khẩu phần ăn hàng ngày cần có sự phối hợp ở tỷ lệ cân đối giữa chất đạm cũng như chất béo động vật và thực vật. Nên sử dụng các loại chất béo có nguồn gốc từ cá, các loại đậu, dầu thực vật, hạn chế các chất béo từ thịt gia súc, gia cầm; sử dụng chất đạm đa dạng từ nhiều nguồn thực phẩm khác nhau. Hạn chế các loại thịt đỏ; tăng cường ăn thực phẩm lành mạnh như cá, hải sản, trứng, sữa và các chế phẩm của sữa, thịt gia cầm, các loại đậu, đậu tương và sản phẩm từ đậu tương; tăng cường sử dụng rau xanh và hoa quả trong bữa ăn hàng ngày (như rau xanh nước ép trái cây, rau xanh các loại, gia vị (tỏi, gừng). Người bệnh cũng cần uống đủ nước (trung bình 2 lít/ngày) hoặc nhiều hơn nếu có sốt, tiêu chảy. Ngoài ra, có thể bổ sung 1-2 bữa phụ như sữa và các chế phẩm từ sữa khi ăn kém do sốt, ho, mệt mỏi hoặc người có thể trạng gầy, trẻ em, người già... Khi bị mắc Covid-19, người bệnh không được bỏ bữa; hạn chế ăn quá nhiều đồ ngọt, đồ nhiều muối.

Đối với F0 không có triệu chứng thì chế độ ăn như người khỏe mạnh bình thường. Ăn đủ nhu cầu, ăn đa dạng thực phẩm để hỗ trợ tăng cường hệ miễn dịch của cơ thể; tăng cường các thực phẩm có chứa các chất dinh dưỡng quan trọng giúp cải thiện và nâng cao

Mẹ chồng tôi năm nay đã sang tuổi 85. Ở cái tuổi xưa nay hiếm nhưng "trộm vía" mẹ vẫn luôn chân luôn tay gần như ngày nào cũng vườn tược. Mẹ bị huyết áp cao, tim mạch nên với suy nghĩ của người có bệnh nên thì Covid-19 là điều rất đáng lo ngại.

Covid-19 từ góc nhìn của mẹ

Nỗi sợ Covid-19 bắt đầu theo thời gian

Năm 2021, khi dịch Covid-19 lên đỉnh điểm ở Thành phố Hồ Chí Minh, anh Trung (con bác ruột tôi) sau 3 ngày phát hiện bị Covid-19 thì qua đời. Anh Trung bị huyết áp cao thời điểm đó chưa được tiêm phòng vắc-xin, khi đưa vào bệnh viện thì đang quá tải. Anh Trung ra đi ai cũng bàng hoàng bởi anh vốn dĩ to khỏe (nguyên là võ sư, đại tá công an nghỉ hưu mới 57 tuổi). Với gia đình tôi, nhất là với mẹ thì Covid-19 rất đáng sợ.

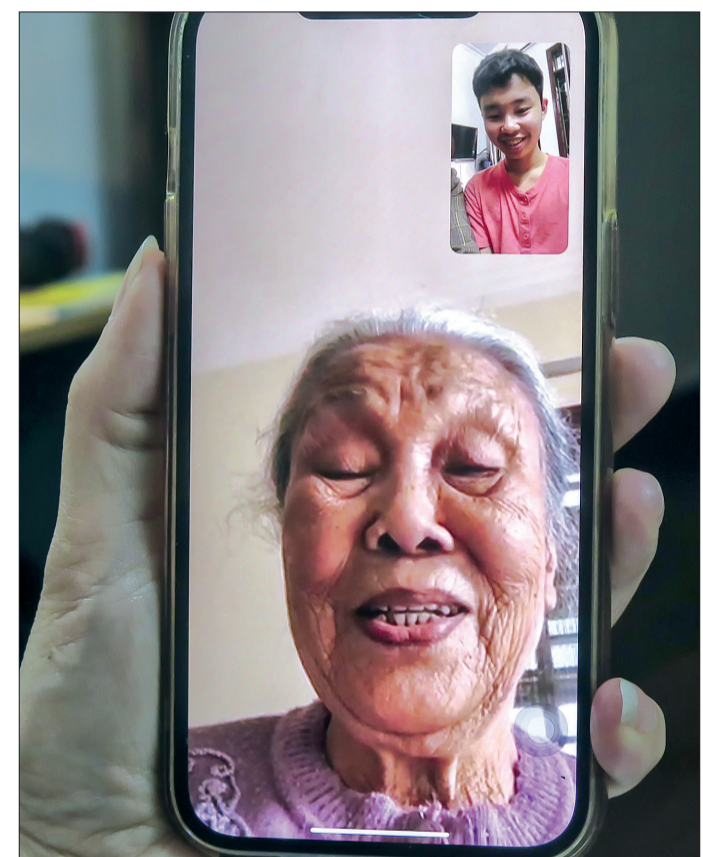
Tết Nhâm Dần, mặc dù báo chí đưa tin tại Thành phố Hồ Chí Minh số ca mắc Covid-19 thấp kỷ lục; tại Thái Bình dịch tiếp tục được kiểm soát, song với mẹ tôi đó vẫn là cái Tết "không trọn vẹn" bởi các con cháu không về đông đủ như mọi năm. Hai vợ chồng cô út và các cháu ở bên Sóc không về được do dịch bên đó đang bùng phát. Ở Việt Nam, với chúng tôi ba ở Long An cũng chỉ điện thoại chúc tết vì nếu về cách ly 14 ngày nên không thu xếp được. Hôm tất niên, mẹ đo tay nhầm tính những đứa cháu vắng mặt trong đó nhắc nhiều đến cô cháu gái bên Sóc. Mẹ bảo thiết thời chỉ vì Covid-19 mà đám cưới không tổ chức được như ý, rồi chẳng biết đến bao giờ mới được về Việt Nam báo hỷ. Mẹ thở dài "đúng là Covid ảnh hưởng quá nhiều".

Ra Tết 1 tuần, bố mẹ tôi đã tiêm phòng vắc-xin mũi thứ 3. Cuối tuần tôi về quê, hàng xóm vẫn sang chơi chuyện trò. Thấy tôi lo lắng nhắc mẹ bệnh nên tuổi cao nên hạn chế tiếp xúc, mẹ nói: Bố con vào vào Báo Thái Bình điện tử xem bản tin Covid-19 thấy bảo tình hình tỷ lệ người đã được tiêm phòng cao là tốt rồi. Tôi hiểu thông tin đó chỉ là phần nào cho sự yên tâm của mẹ, cái chính là mọi người trong gia đình và bà con trong xóm vẫn ổn.

Nỗi lo lớn dần khi ảnh hưởng hệ lụy của Covid-19

Bước sang tuần thứ 2 sau Tết Nguyên đán, dịch

Covid-19 bùng phát mạnh tại các tỉnh phía Bắc, số ca dương tính với SARS-CoV-2 đã tăng lên đột biến. Vì số lượng ca F0 tăng quá nhanh, các bệnh nhân F0 ở thể nhẹ hoặc không có triệu chứng được điều trị tại nhà và được hướng dẫn điều trị theo phác đồ của y tế cơ sở. Có nhiều gia đình, số người F0 đông hơn người F1. Gia đình tôi và các anh chị của mình cũng nằm trong số đó. Cũng vì thế đã 3 tuần nay, bố mẹ tôi không gặp các con cháu. Đối với gia đình tôi, sau khi con trai nhiễm Covid-19 từ trường học về, mặc dù đã cách ly phòng riêng song 2 ngày sau thì tôi lại trở thành F0. Sau bị cảm sốt để kháng kém nên nhiễm bệnh trong lúc chăm sóc con. Hai mẹ con F0, chồng tôi F1 nên đều phải cách ly. Gia đình chỉ cả vất vả hơn, đang chăm hai cháu nhỏ cho vợ chồng đứa con lớn thì chồng mắc Covid-19, mà mắc trong hoàn cảnh đứng ở sân phơi đồ sợ y quên không khâu trang trí chuyên với ông hàng xóm F1, bức tường ngăn đã lắp không cách tiếp xúc lại gần vậy là sau khi ông hàng xóm F1 trở thành F0 thì anh xét nghiệm cũng dương tính với SARS-CoV-2. Con gái anh chị đang làm ở Hà Nội đành phải thu xếp nghỉ việc về Thái Bình chăm 2 cháu chứ mình thì không khỏe nổi. Rồi gia đình chị hai ở Hà Nội cũng mắc Covid-19, đầu tiên là ông nhà con trai để tách riêng F0, sau 1 ngày thì có triệu chứng, các thành viên đều test, kết quả 9/11 người trong gia đình đã thành F0. Mấy anh chị em tôi đều thống nhất thông tin với bố mẹ vừa để các cụ đỡ lo lắng. Nào là các con, các cháu đều được tiêm phòng thì không đáng lo ngại, mấy đứa cháu dù chưa đến tuổi được tiêm cũng chỉ ho hắng qua loa. Tôi hiểu mẹ không còn nỗi sợ Covid-19 như trước, nhìn thấy con cháu qua màn hình điện thoại thì tôi đang học online, đứa đang làm việc qua mạng nên mẹ yên tâm phần nào. Tuy vậy, tôi biếm mẹ buồn lắm. Đặc biệt hôm cuối tuần, các con cháu không về thăm bố mẹ như thường lệ. Nói chuyện tôi cảm nhận rất rõ mẹ không chỉ buồn mà nỗi bất an hiển hiện trong ánh mắt, giọng nói. Nỗi bất an của mẹ đã chạm đến nỗi day dứt trong tôi. Gần chục đứa con, mấy



Mẹ trò chuyện video qua messenger khi con, cháu bị cách ly vì Covid-19.

chục đứa cháu, vậy mà gần tháng nay chẳng ai có thể về thăm bố mẹ vì Covid-19 bởi không F0 thì cũng F1. Tấn tảo bao năm nên khi các con cháu nói là "không sao" nhưng mẹ biết nói "không sao" để trấn an bố mẹ. Thực tình với bản thân tôi F0 cộng với bị cảm nên rất mệt, con trai tôi vốn đã bị viêm mũi từ trước nên khi mới lại nặng hơn. Bác sĩ chỉ định phải uống kháng sinh vì đã có đốm xanh. Còn đứa cháu 3 tuổi của chị tôi thì mắc Covid-19 đã phải nhập viện vì tiền sử cháu bị hen phế quản khó thở... Khi nhà có F0, bạn sẽ hiểu gặp khó khăn nhường nào vì cuộc sống bị xáo trộn, nhất là với gia đình có con nhỏ và người già. Sau 10 ngày, hai mẹ con tôi khỏi bệnh, rồi thêm một tuần nữa gia đình nhà anh chị tôi lần lượt khỏi bệnh, hết thời gian cách ly. Song bản thân tôi và các anh chị mình đều có cảm giác cơ thể yếu hơn. Tôi cũng như những người bạn cùng chia sẻ trong nhóm và được biết không phải mắc bệnh không có triệu chứng thì không để lại di chứng. Bạn tôi làm trong ngành y tế cho biết: Đã có những F0 khỏi bệnh rồi mà họ kéo dài cả tháng, có người bị rối loạn thần kinh thực vật sau Covid-19 gây ra do căng thẳng, stress dẫn đến rối loạn cơ thắt mạch máu... Con bạn tôi đã không mắc

Covid-19 song từ Tết đến giờ vẫn chưa thể về quê thăm bố mẹ bởi mỗi ngày số lượng người dương tính cứ tăng lên, bạn tôi cũng như các lực lượng tuyến đầu làm việc không ngừng nghỉ bất kể ngày đêm... Vậy là chẳng riêng mẹ tôi, nhiều bà mẹ đã buồn tẻ với những ngày dài dang dở đợi cháu con về. Đây là chưa nói tới các gia đình bố mẹ bị ốm đau. Chỉ thoáng qua ý nghĩ nếu bố mẹ ốm mà các con đang cách ly vì Covid-19 thì xoay xở ra sao! Lòng tôi quặn lại, nặng trĩu.

Giờ đây số người tử vong do Covid-19 đã giảm đáng kể nhờ tỷ lệ tiêm vắc-xin đạt cao, song với người tuổi cao, bệnh nền thì vẫn thường trực sự nguy hiểm. Rõ ràng chúng ta không nên lo sợ, hoang mang khi mắc Covid-19, phải bình tĩnh, lạc quan trong mọi tình huống nhưng nhất định không được chủ quan. Bởi thực tế cho thấy hệ lụy của Covid-19 là rất đáng lo ngại. Do đó, cùng với tiêm vắc-xin đầy đủ thì ý thức hiện nghiêm khuyến cáo phòng dịch sẽ là một trong những loại "thuốc" ngăn chặn dịch bệnh hữu hiệu nhất.

Sau 3 tuần, nay vợ chồng tôi đưa con về thăm bố mẹ. Tôi biết với mẹ, niềm vui cùng con cháu là món quà quý giá nhất.

THÁI AN



Những suất ăn giàu dinh dưỡng được mang tới từng buồng bệnh.

HOÀNG LANH (thực hiện)