

永远的乡愁

图/文 夏助南

有些东西,拥有时不觉得珍贵,一旦失去,牵肠挂肚,割舍不下。

这些影像是恋乡情结的产物。上世纪90年代,我南下深圳,又在福建飘零了些日子,灯红酒绿中总闪现鄂南山水,海风中仿佛夹杂着家乡气息。

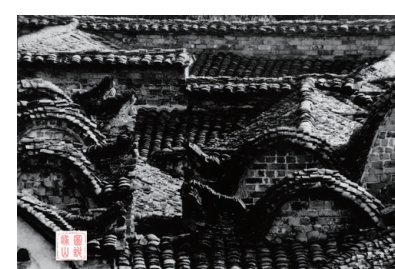
世纪末那年,我逃离熙熙攘攘的都市,穿行于家乡的山山水水,只为寻找童年的梦,用心感受久远的历史,重温乡间生活的温馨。

我投入大山的怀抱。山场上,小溪旁,松影竹海云生处,三两户人家,五七间屋舍,筑土为墙,上盖青瓦、石板、树皮、竹片等。“犬吠鸡鸣人不见,茂林茅屋两三间”,自有一番清新自然的韵味。

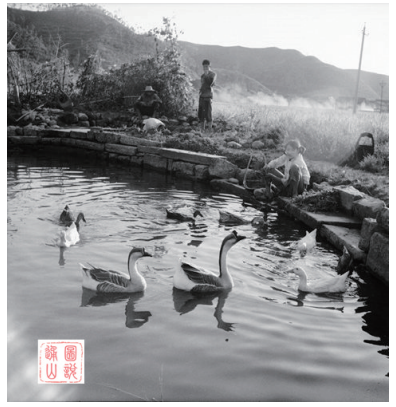


较大村庄,坐落在平畈大河边。粉墙青瓦,飞檐斗拱,庄严气派,古朴

家,五七间屋舍,筑土为墙,上盖青瓦、石板、树皮、竹片等。“犬吠鸡鸣人不见,茂林茅屋两三间”,自有一番清新自然的韵味。



民居追求“美仑美奂”,讲究线的灵动与面的分割。村人淳朴敦厚,聚族同居于一片院落相通、群屋一体的老宅,在浓浓乡情和温馨家园的氛围中,和睦相处,繁衍生息。滚龙垅的屋檐下,演绎过多少悲欢离合



的故事。村中池塘,寓有“聚宝盆”之意,也是一道亮丽的风景:盛夏时节,莲花绽放,塘中鱼虾在艳阳逆照下,鳞光闪闪,杂以洗衣女清脆的笑声,令人心旌摇曳。

村头高耸的古柏,数里外远远望见。据说能固一方元气,挡住风水流逝。我看倒像忠厚长者仁立村头,召唤远方游子投入自家怀抱。

风起了。晚风中传来村人的歌唱:

三月园中倒插花(哪哈呀)倒插花(哪哈呀),
后园(哪)竹子(哪依哟依哟)正发芽(呀依子呀依哟)。
姑嫂二人去拔笋(哪哈依)去拔笋(哪哈依),
随手(哪)摘朵(哪依哟依哟)山茶花(呀依子呀依哟)……

在村落中穿行,最难忘幽深小巷。一条条纵横交错,深嵌在高山墙和飞檐下的小巷,像埋在衰老肌肤下的血管,掩映着一股苍凉之气。阴冷、沉寂的小巷少有阳光直射,但每天午后一掠而过的拂照还



是给它带来短暂的温暖与生动。

小巷靠近地面的墙壁泛着暗绿,斑驳的苔藓自砖缝中冒出,悄无声息地蔓延;被摩挲得溜光的青黑石径湿漉漉的,有点霉味,有点诗意。小巷把村落联结为一体,流淌着关怀友爱之情。虽有许多话说,却故意沉默,每天除背着书包的村童蹦蹦跳跳走过,整日空寂无声。间或,走来个挑货担的小贩,一声拖长腔调的吆喝声在小巷荡漾许久。“一方水土养一方人”。住在小



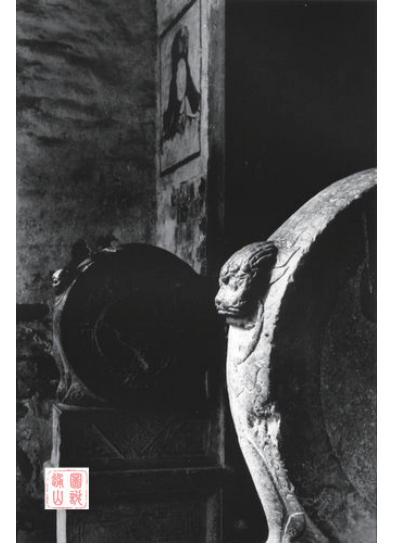
巷内的村人温和恭谦,始终保持平顺的心气,少有城里人的火爆和烦躁。这种安之若素的恬淡和超然,决非硬撑的自尊,而是小县深沉文化濡染的结果,只有这样的生存环境,才能造就如此群落。我钟情小巷,更欣羡居住其间的村人。

承载历史的乡间老宅,值得细细品味。远古图腾的流风余韵、渔耕樵读的人文理想,以及门框上依稀可辨的红太阳、向日葵之类美术图

案,使你体味到历史的久远、岁月的沧桑,你的内心会因这久远和沧桑涌起淡淡的惆怅和感慨。

高高的山墙、耸峙的门楼、巧构精雕的装饰,以及门前的拴马石、旗杆墩,默默渲染着“繁盛”和“显望”。“让国高风”“贤声流徽”“太岳风高”“竹林第”等匾额,讲述着村人祖辈的显赫功名;至于老宅大门的精美石雕,檐下门顶间那根看梁,更是鄂南工匠精心雕刻的一出出人生的戏。

建筑是历史的镜子。即使人去



楼空,已成废墟,也能从中窥见历史的印迹,折射出村人的心灵历史。

踏入老宅,转过屏风,便是堂屋。它通常以中轴对称布置,形成多进厅堂和院落,稳定庄重,又可见旧时宗法、伦理和礼制的森严。

堂屋是老宅布局的中心,讲究装饰,梁柱门窗皆精巧细缕,堪称建筑



艺术精华。梁柱间鱼化龙图案的木雕,既具支撑功能,又体现出深厚的文化内涵,镂空透雕的窗棂、隔扇,半隐半露,光影相映,既空灵又深

沉,既相隔又相通,加上古色古香的家具、陈设和布景,洋溢着传统文化气息。

堂屋是村人心中的圣地,祭祀、聚议、迎宾及诸般重大庆典皆在这里举行。它见证了村人出生、嫁娶、祝寿等一生大事,即使死后,也要在厅



堂上方立一牌位,与堂屋共存。

身处堂屋,细细品味,如读一部中国文化大书。堂屋间雕刻题材广泛,寓意丰富,有岁寒三友、丹凤朝阳,也有源自古典文学名著的人物故事,福禄寿禧之类文字图案,含有祈福、瑞吉和道德教化之意,反映出时尚与宅主人的兴味与追求,这恐怕就是孟老夫子二千多年前所说的“居移气”。

堂屋庄重、雅致、中和,是几千年中国传统文化的积淀,其功用不仅在住,更是一部历史,一部活生生的、有血有肉的、浸润着人文精神的历史,它见证、展现和寄托着村人的悲欢和梦想。



与堂屋相邻的天井,幽暗空间的一小片光明,阳光自其中穿过,给阴冷、沉寂的宅院带来勃勃生机和融融暖意,凝滞的物品仿佛一下子生动起来。夏日,躺在凉爽的床上,仰望白云悠然飘过;隆冬,与亲人围炉把盏,看瑞雪缓缓落下。国人追求“天人合一”“天地人和”以及“天地万物淘乎我也”的境界,天井的营建是这种人生理想最完美的体现。

天井还兼有上观天象、下接雨水的实用功能。宅主人通常在天井置一大缸,使“四水归堂”,“肥水不流外人田”,既能聚财,又能浇灌花木和用作防火水源,可谓一举多用。

天井终将远离我们而去,我们唯一能做的在心底保留这方天地,以及那份闲适、宁静的心境。

这是一个游子的“精神家园”,远离故土而加倍放大的思乡之情营造出似真似幻的影像。在我看来,用相机记录现实是一件简单不过的事,难的是用光影表达自己的内心感受。

拍完这些影像,我去了北京,成



为众多“北漂”的一员。乘车北上,眼前总浮现出一幕景象:一棵小树,一棵生长于故乡山丘上的小树,飘浮在绿油油的麦苗和灿灿的油菜花之上。

百期历史图文
图说通山
1967—2019

正确对待小儿发热

——儿科专家、县人民医院儿科主任曾国华谈小儿发热



让健康知识深入人心,让健康行动走进生活。孩子是家庭的宝贝,孩子一发烧,可能全家都慌了。那么孩子发烧到底是怎么回事,孩子发烧应该如何正确处理呢?让我们随通山县人民医院儿科主任、主任医师曾国华一起来了解小儿发热的相关常识。

主持人:小儿发热是怎么回事?

曾主任:发热是儿科就诊患儿最常见的症状,目前,在儿科门诊就诊的患儿发热几乎占一半,例如2018年门诊就诊52174人次(不算急诊),发热病人21049人次,住院病人4694人次,发热患儿接近1/3。

首先我们要了解什么是发热?发热,是一种医学症状,指由于各种原因导致的体温高于正常水平的现象,一般腋温 $\geq 37.2^{\circ}\text{C}$,肛温 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 提示发热。一般婴儿的体温比大人要高,如果穿得太多,或者天气炎热,有时候体温会上升到 38°C ,若怀疑是假性体温上升,可以让孩子安静一会、松衣服后,再次测量体温。

发热不一定是坏事。发热是许多疾病初期的一种防御反应,可以增强机体的抗感染能力,从这个意义上说,发热对人体是有利的,因为发热可以刺激身体某些防御机制,从而抵抗一些致病菌对人体的侵袭。实际上,发热还有一些益处:1.发热引起的高温会使病毒的酶或毒素失活;2.发热加快体内化学反应速度来提高免疫反应水平,免疫系统加快攻击病原体,缩短感染过程;3.发热会使病人感觉生病了,在这种情况下,病人很可能去休息,防止机体被进一步破坏。但是过高的热是需要引起重视的,身体的平衡被

破坏,是原有疾病加重的表现。

主持人:有哪些原因会引起孩子发烧?

曾主任:发热在儿科门诊多半是由于上呼吸道感染引起,就是我们俗称的“感冒”,90%是由病毒感染引起。在临床上导致感染的病毒主要有鼻病毒、呼吸道合胞病毒、流感病毒、副流感病毒、腺病毒、轮状病毒等。其次是细菌感染,最常见的是溶血性链球菌,肺炎球菌、流感嗜血杆菌等。此外,还有支原体感染、衣原体感染,再就是病毒感染后继发细菌感染等。在临床上表现为急性性鼻炎、急性咽炎、急性扁桃体炎、支气管炎、支气管肺炎、手足口病、流行性腮腺炎、中耳炎、川崎病、肺炎、脑膜炎、传染性单核细胞增生症等。

主持人:孩子发烧了,家长就会立马给孩子退烧比如洗澡、吃药等等,这种处理方法对吗?

曾主任:根据美国儿科学会关于退烧的最新指南重点指出,除非是超高热,否则发烧是不会对孩子造成伤害,而且它有利于对抗感染。我们需要的是针对病因治疗,也就是主要是针对引起发热疾病的治疗,除非孩子明显的不适,也就是孩子舒适度不好。孩子的舒适度很难用客观的指标去衡量,美国专家共识在 39°C 以上,孩子会比较难受,需要积极处理。如果孩子没有明显的舒适度不好,也没有其他需要额外留意的基础疾病,那么发热在 38.5°C 以下通常不需要用退烧药物,可以洗温水澡,多喝温开水,不需要穿过多的衣服等。

主持人:很多家长听说过有孩子

发烧因为没有得到及时的处理导致脑瘫,那么发热是不是真的会损害大脑?

曾主任:很多家长都认为,孩子发热需要赶紧降温,不然会烧坏脑子的,这种说法实际上是没有依据的。前面我们提到发热是感染导致疾病的症状,例如肺炎导致发热,是病原体感染肺部引起发热,把病原体消灭后肺炎就好了。同样,病原体感染大脑导致发热,只有彻底消灭导致大脑感染的病原体,才能减轻对大脑的损害。实际上,对大脑的损害取决于感染的病原体。

主持人:孩子发烧了,具体应该怎么去处理?

曾主任:刚才我们说了,孩子发热多半是有“感冒”引起,病毒性的感冒大多都是自限性的。当孩子出现发热不适时,可以药物降温 and 物理降温。

1.物理降温。物理降温的方法有很多,减少衣物,不要盖得太厚,夏季开空调或电风扇降低室内温度应为首选。擦浴效果有限,如果孩子喜欢洗澡,不抗拒,要进行洗浴的话,水温应控制在 30°C - 35°C 即可。如孩子在发热,当精神状态良好,能玩能吃,或是处于睡眠状态,切不可强制叫醒洗澡擦浴降温,一定要保证充足的睡眠休息,也不可采取老式方法如酒精擦拭、多穿衣服多盖被子的方法。

2.药物降温。药物的选择有很多种,比如美林、对乙酰氨基酚,有口服和肛栓剂等,按说明书使用即可,不要自行减量或加量。

3.到医院就诊。(1)如果你的孩子不到3个月,体温高于 38°C ,就应该去医院就诊。(2)孩子发热超过24小时并伴有各种症状,如头痛、脖子痛、抽搐、皮疹,耳朵疼、皮疹、瘀斑、反复呕吐腹泻、咳嗽等。(3)持续高热 40°C 及以上,热退后仍精神萎靡(很重要),甚至神志不清,抽搐等,一定要去医院就诊。(4)孩子刚打过疫苗出现发热现象也需要就医。(5)孩子发热,自己心里没底的情况也可以去医院就诊咨询。

主持人:小儿发热多半有感冒引起,那么我们怎么预防小儿“感冒”?

曾主任:(1)平时应该加强体格的锻炼。(2)保持足够的睡眠,以增加抵抗力。(3)小婴儿提倡母乳喂养。(4)预防佝偻病及营养不良。(5)在感冒流行期避免去人多拥挤的公共场所。(6)全家都需要勤洗手。

健康用眼 关注眼健康

——县中医院副主任医师吴作仲谈干眼症的预防与治疗



让健康知识深入人心,让健康行动走进生活。随着手机、平板电脑等电子产品在我们生活中的使用越来越广泛,时间越来越长,我们的眼睛也相应的出现了一些问题。让我们随从事眼、耳鼻喉临床工作三十多年的县中医院副主任医师吴作仲一起来了解干眼症。

主持人:什么是干眼症?

吴医生:干眼症是泪液的质或量或流体动力学异常造成的泪膜不稳定和眼表损害,导致视功能障碍和眼部不适的一类疾病。又称角膜炎或干眼综合征,它分为五型:1.水液缺乏型 2.蒸发过强型 3.粘蛋白缺乏型 4.泪液动力学异常型 5.混合型。

主持人:干眼症有哪些症状?又有哪些危害?

吴主任:干眼症主要症状有:1.眼睛干涩、眼痒、异物感、怕光流眼泪、喜欢揉眼睛。2.经常眼睛红、血丝多、易产生黑眼圈。3.眼睛分泌物多,晨起时分泌物呈干燥粉。4.眼睛易疲劳、不能久视。5.肩胛骨疼痛。6.畏光、怕风、怕烟、见光或在烟雾环境中眼睛难受、流泪。危害就是患者得了干眼症后眼睛会不舒服,患者眼睛发红、眼睛痒,而且患者的泪膜功能下降会导致遇到光就会怕光,遇到风就会流泪。另外,更严重的是患者眼表功能下降导致角膜上皮脱落,就像皮肤干了起皮。还有一些患者眼睛出现水肿的症状,这样会严重影响患者的形象和视力。

主持人:干眼症怎样诊断?

吴医生:干眼症的诊断标准:有上述的一些症状,再加上眼科的一

些专项检查可以确诊,如(泪液分泌实验、泪膜破裂时间等)正常情况下,干眼症首先需要裂隙灯检查,以明确眼部状态,以及结膜上是否有炎症和炎症发展的程度。

主持人:干眼症有哪些发病原因?

吴医生:干眼症的主要原因有:1.眼外伤或眼部器质性损伤;2.长时间看手机,特别在黑暗环境中看手机;3.高强度用眼、长时间阅读、看电视;4.长期熬夜;5.长期用眼药水;6.老龄化;7.妇女产后干眼;8.长期戴隐形眼镜;9.沙眼或结膜炎后遗症;10.一些全身性疾病的并发症,如:干燥综合征、糖尿病等;11.一些手术副作用如:眼科手术、近视激光手术、面神经手术、腮腺手术;12.药物副作用;13.其他物理刺激如:电焊、司机、眼睛长期吹风。

主持人:干眼症与视疲劳的区别?

吴医生:干眼症主要症状为眼睛干涩、痒且有异物感,眼睛常常黏在一起睁不开,患者在眼睛检查时泪流量会变少且泪膜破裂试验比较短,但是点了人工泪液患者会比较舒服。而视疲劳往往是因为中老年人用眼不当,比如患者有近视、近视或者散光,但是又不戴眼镜,这时候就会导致眼睛疲劳过度。

主持人:干眼症和结膜炎又有什么区别呢?

吴医生:结膜炎和干眼症不一样。结膜炎是结膜因为外界刺激,包括细菌病毒或免疫性造成的。结膜炎表现为眼睛发红、眼睛里面的分泌物增加、眼睛痒,少部分人也会出现干涩异物感。干眼症是指眼睛

泪液分泌不足或泪液量不够,不能使眼睛泪膜保持滋润,眼部会干涩和有异物感。

主持人:干眼症的治疗有哪些方法?可以用哪些药?

吴医生:治疗干眼症首先要查明具体的病因,比如长期不恰当的使用电子产品;其次是睑板腺功能障碍,若是睑板腺管堵塞,这部分患者除了不能吃辛辣的食物以外,还要热敷眼睛,并且要按摩眼睑。每天热敷3到4次或更多,每次5到10分钟,温度控制在 40°C 左右。眼睛干涩时可点人工泪液,如:玻璃酸钠滴眼液、聚乙烯醇滴眼液等。也可佩戴湿房镜,在室内使用空气加湿器等,对于重度干眼,在取得全面的保守治疗、效果不佳,可以考虑手术治疗,如:泪小管栓塞、颌下腺移植术等。

主持人:干眼症可以彻底治愈么,会反复么?

吴医生:干眼症可以彻底治愈。干眼症有多种不同的类型,比较常见的是结膜炎型干眼症和睑板腺功能障碍型干眼症。一般情况下,干眼症经一段时间的治疗后,有可能达到完全治愈的状态。但若患者在干眼症治愈后,仍然用眼较多,且使用电脑或手机较多,干眼症也可能反复。

主持人:干眼症的预防和日常保养有哪些措施?

吴医生:1.保持眼部清洁,避免接触过敏源。2.注意眼睛休息。如果连续使用电脑应1-2小时休息一次,让眼睛离开电脑10-15分钟,注视远方目标,直到清楚再维持10几秒钟。3.经常做眨眼动作可以促进眼睛分泌泪液,保持眼睛湿润。很多人因为专注工作,长时间盯着电脑屏幕,忽视了眨眼,导致眼睛干涩不适,眨眼有利于清洁眼表面,也相当于给眼睛一次按摩。4.建议多食用富含维生素A的食物,多食水果蔬菜。5.控制电子产品,如(手机、电视)的使用时间/每次使用20分钟为宜。6.调整作息习惯,保持充足睡眠。

健康通山
县卫生健康局主办