

◎ 夕阳情怀

■ 王甫海

煤油灯下的童年



煤油灯，曾经是我儿时农村家庭人们长期使用的一种照明工具。在无数个日日夜夜里，在无数个风雨交加的夜晚，在无数个饥寒交迫的寒冬腊月，在无数个的今天和明天，煤油灯（也叫洋油灯），那小小的火苗下，有年过90岁的曾祖母坐在灯下给我讲精彩的“黄鼠狼给鸡拜年”，有爷爷掂着酒壶在灯旁用柴火热一壶酩酊酒的爱好痴迷，也有母亲春节前在灯下一针一线为我赶做新衣裳的无怨无悔。煤油灯下的故事源远流长，煤油灯下的我，曾经有一个甜蜜而又苦难的童年，也曾经在灯下彻夜苦读而又充满美好憧憬的梦境。

在我家这个地处黄河故道南岸的偏僻农村，煤油灯的制作非常简单。找一个盛过墨水的空瓶子，用剪子在薄铁皮上裁一块宽一指长约10厘米的铁皮，然后卷成筒子，再用粗棉线或破布条搓一根“灯捻子”，将“捻子”从铁筒子里穿过，在上面再戴一个比五分硬币大一些的中间有孔的圆铁皮。使用时，只要将“捻子”放入煤油里浸泡一会儿，用火点燃就行了。煤油灯所产生的火苗似一粒花生米大小，和现在的电灯根本没有什么可比性。那时，每到期末考试要进行各门功课的考试时，为了考出好成绩，

在寒冬的夜里，我常常伏在煤油灯下通宵达旦地熬夜苦学，当天亮起来准备洗脸上学的时候，两个鼻孔像长了黑胡子，一吐唾沫全是黑色的。可以想象，那样的照明条件一定很差，但在那个困苦的年代里，这是没有办法的选择。黑夜里有这样一粒火苗的陪伴，也是一种希望，也照亮了我孜孜不倦奋斗的人生前程。

在那个年代里，受经济条件限制，差不多家家户户晚上点灯的时间都很晚，有时候，一家人吃完晚饭时，屋子里特别黑，几乎看不到桌子上的东西，母亲为了节省一点煤油钱，也不愿意点亮灯。她说：“不就吃个饭吗？不点灯，饭碗端到嘴跟前就吃了，咋也吃不到鼻子里去！”是的，我替母亲想了想，只要有一点办法，谁会去省那点煤油钱！那个时候农村的学生，除了临近考试一般都不留什么家庭作业，吃过晚饭后，大人们都带着小孩子出去玩。实际上，是因为家里没有电视机，没有收音机，没有地方玩。如果天气不好，下雨或者大雪封门，母亲就让我钻进被窝早早睡觉了。那时候，煤油只有毛把钱一斤，一个月也用不了多少。但是，大人们好像比孩子们想得更仔细，能省一点是一点，穷日子有穷日子

过法，母亲常说：“过日子比树叶还稠哩，能省就得省着点。”记得那是一个寒冷的冬天，一场大雪过后，冰雕玉砌，大雪把去上学路两旁的柳树都压弯了，只要雪一停，东北风就可劲地刮起来，那风是带着声音的，凄厉吼嚎，当下晚自习往家里赶的时候，夜深人静，听着风吼的声音十分吓人。受家庭条件限制，母亲给我做的仅有一双棉鞋也浸透了，回到家里，当我上床睡觉后，母亲就把棉鞋放到烧过火的灶膛里，第二天上学时，母亲再让我穿上。时间一长，问题来了。那时候，反来复去就一双棉鞋，没有替换的，整个冬天母亲不知道为我烤过多少次棉鞋。就这样我的脚还是冻伤了。晚上放学回到家，钻到被窝里，脚一暖过来，又痒又痛。母亲看到后，半天没说一句话，我清楚地看到，母亲眼里噙着泪花。过了一會兒，母亲摸着我的头说：“孩子，一个星期里头，我叫你穿上棉鞋。”第二天，母亲翻箱倒柜地找了些棉絮，晚上就开始在煤油灯下纳鞋底，那几天，常常是我睡醒了，看到母亲还在煤油灯下，借着那小小的火苗，正一针一线地为我做鞋呢。早晨起来，看到母亲的眼睛熬得红红的，由于煤油灯的熏染，鼻孔里黑黑的，那是在煤油灯下干活的结果。母亲说到做到，一个星期后，我穿上了母亲给我做的棉鞋。自从穿上母亲做的棉鞋后，我脚上的冻伤好了很多，期末考试，我的成绩在班里名列前茅。现在想想，母亲为了孩子，可以放弃一切，可以做到一切。世上只有妈妈好，每一位母亲都是非常伟大的。后来，我穿着母亲在煤油灯下做的布鞋，上学、参军，最后当上了一名光荣的公安干警。每当我想起母亲在煤油灯下穿针引线的这一幕，我的心都深深地被刺疼，禁不住热泪盈眶。

几十年过去了，我们的经济条件有了天翻地覆的改变。我也从工作岗位上退休了。在过去的数十年的许多个冬天里，我也曾穿过里面全是绵羊毛的军用大头鞋、警用棉皮鞋，一双脚再也没有冻伤过。但是，我却永远忘不了母亲在那煤油灯下，一针一线给我做的那双棉鞋，还有那一盏散发着黄色光芒的煤油灯。

◎ 诗风词韵

奋斗者

■ 言若

最美村官装春亮，
情系乡亲心向党。
修路架桥兴水利，
招商引资建工厂。
百姓致富干劲足，
产业突起实力强。
丰衣足食旧貌变，
山高水远前景广。

重阳节游汴京

■ 冯绍松

游清明上河园

乘兴重阳赴汴京，
择端笔下宋时风。
廊桥舫榭雕神斧，
酒肆商街现鬼工。
抛彩靓妞方掩袖，
争雄枪剑又传声。
游人忘返留芳照，
满苑秋香味正浓。

游龙亭

皇亭衰盛历沧桑，
洗尽铅华著艳妆。
熙攘人流穿殿宇，
曳裾枫叶映红墙。
潘湖湖畔黄花瘦，
玉带桥边绿柳长。
乐享临安醉歌舞，
徽钦遗志锁他邦。

游大宋武侠城

汴京武场客淹留，
喜宴豪侠解庶忧。
十字坡中识好汉，
祝家庄里败魔头。
报仇除恶山神庙，
雪恨诛贼狮子楼。
亘古中华多壮士，
疏才仗义展风流。

冬之歌

■ 杨秀峰

冬晨

东方晨曦美晓阳，
西边霜闪银光。
河岸丛林碧凌挂，
道旁草坪白头昂。
云飞影稀田野静，
日照天寒枝叶慌。
万物隐藏蛰伏出，
冰冷过后迎春忙。

冬松

冰凌缀枝细叶新，
绿影迎寒见精神。
西风扑面无所惧，
暴冷穿身不怕侵。
遥望苍穹傲铁骨，
扎根大地彰魂魄。
诗友常吟松品好，
画家爱绘励励人。

健识之道

老人吃饭易噎食
七个要点有效防

人一旦老了，都会不同程度地出现消化不良，有很多老人甚至出现吞咽困难的情况，吃饭进食总是被噎着。可不能小看这个问题，老人总噎食其实是很危险的，有很多老年人就因为噎食搭上了性命。而且，老年人吃饭总噎着可能会是身体某些疾病发出的信号，务必要引起高度重视。

火箭军特色医学中心胃食管外科主任医师吴继敏教授提醒老年人，在吃饭的时候如果经常出现噎食，可能是食道的病变，建议尽早去医院做一下食道内镜检查，排查一下是否患有食道炎或胃食管反流病。

为什么老年人容易出现噎食现象呢？

- 1.咀嚼功能不良：老年人由于牙齿松动脱落，再加上嚼肌功能下降。
- 2.吞咽动作失调：老年人吞咽软骨活动没有年轻时灵敏，再加上脑血管病变等原因，容易造成吞咽动作不协调，从而导致食物容易落入气管。
- 3.胃酸分泌过多：老年人容易噎食，有的是因为胃酸分泌过多造成的，和膈肌痉挛也有直接关系，还有的和幽门螺旋杆菌感染也有一定的关系。
- 4.咽喉部黏膜萎缩：老年人咽喉部黏膜逐渐萎缩，吞咽时力道不够，气管没有关紧，食物就会误入气管，堵住气管或支气管，而且因为是反射动作，等到有感觉时，噎食已发生。
- 5.脑血管病因素：对于脑梗、中风等脑血管疾病患者来说，也很容易出现吞咽反射障碍，下咽食物时，会厌闭锁不全，导致食物误入气管，遇到这些情况要尽早到医院进行头部CT检查，明确病因，监测血压变化。
- 6.全身性疾病及各种器官系统的疾病：如胃癌、食道癌、慢性心衰、慢性支气管炎、贫血、尿毒症、老年性精神病等，都可引起噎食、吞咽困难等现象。

一旦噎食，老年人会有哪些表现？

- 吴继敏教授说，老年人噎食具体有3个临床表现：
- 1.突然不能说话，并出现窒息的痛苦表情。

- 2.用手抓住颈部或胸前，并用手指向口腔。
- 3.呼吸道被阻塞，憋气，面部涨红，剧烈咳嗽，咳嗽间歇有哮鸣音。

因此，老年人吃饭的时候，最好是餐桌上准备好一杯温开水，一旦噎着赶紧喝口水，旁人不要帮忙，让他自己喝是最安全的，因为自己才能准确掌握喝水的量、动作和速度。

老年人要防止噎食，日常生活中注意7点：

- 1.饮食宜黏稠一点，以软食、半流质为宜，如面条、蛋羹、粥类等，忌食油腻、坚果及辛辣刺激食物。
- 2.进食时要少说话，更不能大声说笑，或是看电视，以免分心。
- 3.进食糯米类食物，一定要小口小口分食，仔细咀嚼再吞下，避免一次一大口。
- 4.吃带骨头的食物，不要太过心急，要仔细在口中辨别。若配戴假牙，则必须固定好，不然摇晃或脱落，也会影响吞咽的功能。
- 5.食物不能块头过大，如在家切菜时块头可小一些，大个儿的汤圆也很容易让老人噎住。在饭店吃饭时，对块头较大的菜，要一口一口慢慢吃，不可过急。
- 6.头部角度往下时，气管开口较小，所以进食时尽量低下头，有些老人习惯仰着头吃药，反而更容易噎着。
- 7.日常多练习张口闭口、伸舌头、微笑动作，以训练口腔及面部肌肉。

据《北京青年报》

