

饥饿的童年(散文)

□吴洪伟

“金樽青酒斗十千,玉盘珍馐值万钱”,面对满满一桌美味佳肴,我跟儿女们聊起那遥远的童年生活。

上个世纪六、七十年代,是我国社会主义建设的艰难时期。那时,我家住在黎明农场南朗队,我童年的生活就是在那里度过的。

与其说南朗山是孩子们的乐园,还不如说是解决饥饿的好去处。每逢仲夏或初秋之际,满山野果飘香。一棵一棵的山竹,一丛一丛的粽子,茫茫然不着边际,黄一搭紫一搭,把整个山坡都染成了色彩缤纷的水彩画。我们一大群山野孩子,像一阵过路的山风,刮向山各处,凡是能吃的,见者不拒。待下山来,一个个肚子胀如皮球,回家省了许多口粮。但问题来了,第二天一个个光着屁股,呼天抢地地喊着,那拇指般大小的山竹核,沙子似的粽子粒排着队在肛门出不来。母亲把花生油往屁股上抹,用小树枝往里撬,是出来了,肛门皮层组织渗出,嘎嘎嘎,嘎了又嘎,好几天收缩不回原形!

钓鱼是孩子们的乐趣。那年月,肉食的主要来源是向大自然攫取。终于盼到了放假,我们迫不及待地拿着钓杆往山塘河边里跑。通常,钓得最多的是泥鳅鱼(俗称走水佬),鲫鱼,有时也有难得一见的白鲢和花里。那天中午,我们下完钓,玩着石子,三哥钓杆上的浮标猛被拉沉。“好家伙!”三哥喜出望外,执杆往上抽,一尾肥嘟嘟的鳊鱼凌空而起,挂到了榕树枝上。三哥个子不高,够不着,蹑手蹑脚往上跳,鱼是抓到了,食指反倒被钩勾着,哇哇直叫。我们慌忙抱他,搬来了石块砖头垫脚,然后我一溜烟的跑回家。父亲呼呼的赶来,剪了线,用单车载着他去农场医院做手术。鱼总算是吃到了,也解了馋,但付出的代价着实不小。

儿女们听到这里,睁大了眼睛。我叫他们边吃边听,菜都凉了。接下来我又讲了湛江知青打猎吃白糖饼的闹剧。

我还依稀记得,那晚天闷热,周遭一片黑,南朗山上吹不来一丝

儿凉风。同住一室的家伟叔和庚康叔叫我和阿楠去公里开外的西阴村供销社买白糖饼。好处是每人一角钱的路费,还承诺,如果谁偷了吃剩下的白糖饼也归我们所有。这么大的诱惑,谁能抵挡得住!

比赛开始,家伟叔来势汹汹,噙着口水,咔嚓咔嚓几下十个白糖饼下了肚,接着是一阵咕咕咕咕的牛饮,待到二十个时,就像一台没油的推土机失去了马力,嚼劲松懈了下来,并时不时打着饱嗝,瘫坐在板凳上,而庚康叔人高马大,实力雄厚,像座座老将尚能饭,二十八下肚还舔舔嘴唇,一脸白吃的得意表情。我们站在一旁,眼珠子滴溜溜转,盯着剩下的白糖饼暗自窃喜。最后,当然是每人分得了四个,拿回家藏在米缸里慢慢地吃。

我在家中排行老二,父母宠着,哥们凡事也都依着,自然,父母亲割猪留下的夜粥大多是我独享。记得有一次,二姐从稻田拾穗回来,饿得像个团刚接好的面。她四下里找吃,打开盆盖,把白花花盐粒幻化成香喷喷的米饭,一把把往嘴里送,又是一瓢瓢舀水喝。母亲割猪回来,质问盐哪去了,我终是做了“叛徒”,“出卖”了二姐。后来,母亲流着泪说:“阿二,你害了。”

儿女们听到这里紧皱眉头,百思不得其解。“二姐妈真的吃了那盅盐,又喝了半缸水吗?”

我说:“那年月,饿了什么事情不可以发生,古代有易子而食的故事,你们阿二说不过不降衣,饥不择食的成话吧。”

你们知道吗,那时的农场为了积粪肥,在各个山头都养着许多牛。我爷爷叫锡友,但大家都喜欢叫他“一公”,他的工作就是住在六号高山看牛舍。白天赶着牛群在山坡上放牧,傍晚赶着牛群回栏看守,冬夜里,北风呼啸,吹得茅屋檐檐呜呜作响,野地山沟狼嚎声叫,到处结着白霜,一层层,爷爷冻起来,穿着破棉袄,颤巍巍来到牛舍旁烤火。但还是有初生的牛犊抵不过夜夜的。爷爷发现后提着煤油灯连夜赶回队里,



(网络图片)

叫父亲去宰牛。我醒来也闹着跟去。因为是小牛犊,两袋烟功夫便弄好煮熟。那牛肉味透着生熟八香味从锅中飘出,丝丝缕缕弥漫在低矮的茅房里,丝丝缕缕的肉汁滚沸声在耳鼓中回响,我忍不住吃了三大碗,擦破肚皮还想要,最后在父亲的喝斥声中停下了碗筷,我撇着小嘴,舔着嘴角,慢慢回味着这肉味的美好。

最爽还是过年。年一到,我们就穿上新衣裳,戴上红五角星帽,吃着平时难得一吃的肉食。颈都望长了,目光都瞪瘦了好几斤,除夕夜是到来,我们欢天喜地,脸上荡漾着幸福的笑容,一种骄傲和自豪感从心底油然而生。

过年的重头戏是走亲戚,这也是小孩子最渴望的。除了有好吃好玩的好玩的外,最关键是有利是。

大年初一,父亲穿着崭新的解放鞋,唱着红歌,踩着心爱的“黑公路”,载着我弟弟俩探外婆。大年初二,母亲又牵着姐姐,挑着藤萝竹篮探阿姨外婆。

那年月,日子过得紧巴,走亲戚时,一刀五花肉,一袋煎堆,两斤木薯饼就算是体面的“三大礼”了。亲戚接礼后也拿分寸,一刀肉只切一小盒,煎堆木薯饼各取小半,回礼时另赠对等的礼品,永远保持着取之不易的物质守恒定律。饭后茶足聊谈挨屋时送出村口,又客套一番,你推我攘孩子派利是,探亲接待总算划上了圆满的句号。这样,一个正月下来,我们姐弟每人都能领到四、五元的利是,一下变成了“富翁”,美得好几晚翻来覆去睡不着。女孩子最爱扮靓,姐姐们用这些钱买了头花和头红好,扎着羊角辫子戴着花,格外的好看,直到正月十五才舍得摘下来,待明年再戴。而我们这些带茶壶的青少年,买来鞭炮,一直燃放到元宵结束……

儿女们听到这里又是一阵的唏嘘,望着满桌子的佳酿美食,似有所悟……

是啊,那饥饿的童年已黄鹂一去不复返了。

九洲江(外二首)

□黄育斌

九洲江携着,微澜 涟漪 荡荡 潺潺 森森 澄澈 甚至,泥沙俱下 污水浊波 垃圾浊涛 一路,蜿蜒曲折 跌宕起伏 颠簸跌宕 一奔向浩瀚北部湾 虽然迂回缓慢 但始终向前奔流

就像我怀揣,热爱 梦想 感恩 谦卑 执著 还有:内心的繁杂 命运的沉重 世俗的霜雪 一行走沧桑岁月 虽然超越超越 跌跌撞撞 被生活磕碰得伤痕累累 但依然前行

北部湾

那么多洁净的浪花 那么多蔚蓝的涛声 那么多澄澈的荡漾 那么多融融的浪涌

把那么多洒上夜空的一颗颗星 濯洗得那么闪烁

雷州半岛

红土地的红 是我不能褪色的热爱 频繁轰鸣的雷声 是我深情的咏唱 1180 公里长的海岸线 是我绵绵的眷恋 13225 平方公里的辽阔 是我永远的乡恋 蔚蓝的波涛 洁白的浪花 是我幸福的心跳 南海的日出 北部湾的夕照 是我真挚的赞美

雷州半岛 承载我的现实与梦想 雷州半岛 安放我的前世与今生

严寒(外一首)

□申宝珠

天大寒 朔风啸 打谷场 一个裹着头巾的母亲 弯下腰 春来来回回给小推车 抱过冬的柴禾 这画面的萧瑟 在我的现实里 远远远去 可它常常在我的文字中 无法疏离

见到你 真的不难 一勺月光就洗濯出那片土地 借一片落叶 飘进河流 飘到比远方更远的地方

当我打开窗幔 你已为我装扮好世界 而今宵 河流是温馨的摇篮 我和鱼群一起聆听歌谣 渔火熄灭了乡恋 疏狂放牧着寒流

今日小雷

怀孕初期吃什么水果好

1.香蕉

香蕉味甘性寒,可以清热润肠,促进肠胃蠕动。而香蕉性寒,可根据“热者寒之”的原理,最适合因燥热而导致胎动不安者,都可吃香蕉。在孕早期更容易出现便秘的现象,吃香蕉能有效预防便秘。孕妇食用香蕉还可以增加免疫力,控制高血压。真是好处多多,不过要注意可别空腹吃香蕉。

2.葡萄

十月怀胎,一朝分娩。好不容易才“熬”到了孕晚期,在这最后阶段需要准备哪些来迎接宝宝的降生呢?下面就为各位孕晚期的准妈妈介绍一下。

1.联系好医院事宜

为了防止医院的妇产科床位紧张,必须要提前联系好医院事宜,才能有备无患。

2.和老公商量好去医院分娩的路线和交通工具

没有人能预测分娩的时间,必须准备一个万全之策,设计好去医院的几种方案。关键是计划好,准妈妈就能顺利平安地到达医院。

3.准妈妈要按时做产前检查

到了孕晚期,体检的次数就更频繁了,一定要坚持按时去体检。关注每一次检查的结果,以便及时发现异常,及时想办法解决。

4.准妈妈要为自己准备待产包(待产包清单如下)

待产用品:长、大的卫生纸,要较而结实,加长夜用卫生巾(住院排恶露的时候用);开衫式的睡衣(方便穿、脱、哺乳);哺乳胸衣;大小毛巾数块。

5.准妈妈要学习分娩知识

准妈妈一方面渴望宝宝的到来,一方面对分娩的恐惧像石头

葡萄味道可口,营养价值高。而孕妇食用葡萄不仅能够帮助人们改善睡眠质量,还有其他很多功效。因为葡萄中含有丰富的蛋白质、氨基酸、卵磷脂等多种营养成分。葡萄中的果酸更有助于消化,另一方面葡萄中还有安胎的功效,对于怀孕期间,胎儿不稳定的孕妇,可以适当吃些葡萄。

3.苹果

苹果对健康十分有利,更是孕

妈妈健康的守护神。苹果性味甘酸而平,具有生津止渴、和胃降逆的功效。吃苹果还能促消化,因为苹果中含有丰富的维生素、矿物质、糖类等。同时,苹果中还有锌,孕妇补钙则能促进分娩。且孕妇吃苹果还能有效防止吐,孕妇食用好处多多。

4.梨子

梨子,肉嫩多汁,酸甜可口。梨中还含有大量的蛋白质、钙、铁等

多种营养物质。孕妇怀孕初期吃梨子不仅可以清热解暑,还可以降压,能预防妊娠水肿及妊娠高血压。但是好女生产之后忌食生梨。这些水果可是最适宜在孕早期时食用的!除了这样,孕妈在孕期最好以清淡为主,千万别挑食。

据:搜狐

迎接宝宝前要做好七个准备

对漫长的过程。要准备些食物补充能量。可准备巧克力、果汁(配上弯曲的吸管,可以方便喝水)。

5.准妈妈要经常按摩身体

准妈妈越来越“大腹便便”,不感加重,腰酸背痛,下肢水肿。准妈妈要按一下按摩。做不到的要爸爸帮忙,按摩可以刺激身体皮肤内的神经末梢,增进血液循环,缓解肌肉疲劳。

6.准妈妈要学习分娩知识

准妈妈一方面渴望宝宝的到来,一方面对分娩的恐惧像石头

一样压在心头。其实知道事情是怎么回事,反而回轻松面对。准妈妈可以搜集一下这方面的信息,或参加产前培训班,全面了解分娩,保持轻松和自信的状态,迎接宝宝的降生。

7.准妈妈不要单独外出

孕晚期的准妈妈不要单独一个人外出,如一定要单独外出,就手机一定要随身带。

提示:准妈妈,在这个时期最重要的是充分休息,保持愉快的心情,等待和亲爱的宝宝见面!

据:搜狐

刚出生的婴儿怎么补充营养素

早产儿应提早在出生后2个星期开始补钙,足月儿则在满月后开始补钙,建议一直补到2.3岁。

补钙还有一个吸收的问题,补得再多,不吸收也是白搭。同时补充AD(鱼肝油)能帮助钙的吸收,预防佝偻病,多晒太阳也会帮助钙的吸收,一定要到户外,不能隔着玻璃,因紫外线是不能穿透玻璃的。

另外,婴儿胃肠道的系统不完善,也会影响吸收。建议补钙的同时补充一些肠道有益菌,如妈咪爱、合生元等(放心,有益菌不是药,是多多益善的)。胃肠道系统的不完善也是诱发小儿湿疹的根源,所以说小儿的大多数病,改善胃肠道是关键。

补充VD的误区——不要滥服鱼肝油

有的妈妈觉得鱼肝油是维生素D,多吃几滴只有好处没有坏处。殊不知维生素A或D过量会造成中毒。

孩子维生素A、D急性中毒,可引起颅内压增高,头痛、恶心、

呕吐、烦躁、精神不振、前卤隆起,常被误认为是患了脑膜炎。慢性中毒表现为食欲不振、发烧、腹泻、角膜糜烂、头发脱落、皮肤瘙痒、贫血、多尿等。

如发现以上症状,要停服鱼肝油,少晒太阳,立即到医院急诊。如果家长确认宝宝每天都能晒足够的太阳,主要是屁股、小手小脚,同时又担心多补了鱼肝油会中毒的话,可以隔天吃一粒鱼肝油。

注意,钙剂不宜与奶混合吃。因为钙剂与奶混合后,奶会结成小块,影响吸收。钙与鱼肝油宜在喂奶后,半小时以后吃。

2.3岁以后,小儿生长速度减慢,户外活动增多,一般无需再服用维生素D。

6个月了开始要长牙了,可以买点磨牙饼、磨牙棒之类的给她“啃啃”,不要老是吃软绵绵的东西,也可以吃馒头片,或把煮熟的玉米的芯子给宝宝啃,这个比较好甜甜的还有营养。

据:搜狐

廉江市妇幼保健院小儿外科

小儿外科位于妇幼保健院3号楼七楼,是医院重点发展的科室之一,也是我市乃至周边市、县为数不多的小儿专科医院,主要开展业务有小儿泌尿外科、小儿腹部普外科、小儿骨外科及新生儿科。为适应小儿外科的持续发展及提高手术的成功率,疾病确诊率,医院引进了层流手术室,先进的小儿麻醉机,小儿呼吸机,奥林巴斯小儿腹腔镜,三维彩超,数控小气灌肠机等先进设备,专业的疾病诊断和治疗水平得到了大大的提高。

小儿外科成立至今已成功开展小儿外科手术数千台,在粤西地区处于领先地位,创造了廉江市多个第一,特别

是小儿腹腔镜手术,为廉江独家,多种小儿外科学术及手术术式为廉江市首例,其中包括小儿阴茎整形(隐匿性阴茎矫正术)、先天性尿道下裂管成形术、阴茎弯曲矫正术等)、先天性肛门闭锁(低位)肛门一期成形术、先天性肛门闭锁(高位)一期造瘘术、Pena术及造瘘回纳术、先天性巨结肠经肛门Soave巨结肠根治术、先天性膈疝修补术、新生儿肠闭锁、先天性幽门肥厚、坏死肠等,均取得成功,随诊生活质量良好。

医护人员在广州市妇女儿童医疗中心、中山大学孙逸仙纪念医院、佛山市第一人民医院、广东医科大学附属

院等上级医院小儿外科专业进修学习,并有良好的合作关系,作为广州市妇女儿童医疗中心、中山大学孙逸仙纪念医院的技术指导点,小儿外科所采用的手术术式是目前较先进的手术术式。特别是小儿腹腔镜手术具有手术安全、切口小、创伤小、出血少、恢复快、术后美观等优点,并结合小儿多动、不配合的特点,采用静脉全麻及切口皮内缝合(免拆线)等技术,深受广大患儿家长的好评。

小儿外科服务热线:(0759)6608986