

陪母亲吃剩菜

桂孝树

年初,母亲来我家里小住,每次吃完饭收拾碗筷时,妻子都会把剩菜倒掉。母亲看见了,连忙阻拦:“别倒,多可惜,还能吃!留着我一顿吃吧。”我劝母亲不要去吃剩菜,里面常有亚硝酸盐。母亲却说:“这些东西有油水呢,扔了怪可惜的。放心,我吃了这么多年都没事。”

70多岁的老母亲,斗大的字识不了一筐,就连自己的名字也不会写,却和父亲一起,凭着多年来的勤劳苦干、省吃俭用将我们兄妹5个拉扯成人。记忆中,母亲总舍不得丢弃剩下的饭菜,每次都会悄悄地“消化”掉。

那时候,我还小,不懂事,就问母亲为什么喜欢吃剩菜。母亲总是乐呵呵地说,剩菜挺好吃的。我听后很好奇,有一次,我特地从母亲的碗里夹了剩菜,吃了一口,发现一点都不好吃。长大后,我才明白,不是母亲爱吃剩饭剩菜,这么多年来,为了操持这个家,节俭,成了母亲根深蒂固的习惯。那个年代,无论在哪个家庭里,都很难找到不吃剩菜的母亲,也很难改变她们吃剩菜的习惯,许多健康养生的大道理在她们节俭面前都不堪一击。

母亲的勤俭让她养成了吃剩菜的习惯,而她的这种习惯,是出于对子女无尽的爱。我们小时候,家里人口多,餐桌上很少见荤,一日三餐吃的几乎都是自家菜园里种的时令蔬菜。母亲总是告诫我们,不管菜好不好吃,都要吃,只有这样,才能让身体得到全面的营养。她说,苦瓜虽有些苦,但吃苦瓜不仅开胃,还能败火清毒;白白胖胖的萝卜,在母亲的眼里变成了不可多得的“小人参”;就连茄子,也被母亲说成滋润肠胃的好东西。如此一来,有些挑食的小弟弟慢慢地不再为每天的饭菜而烦恼。

习惯了吃剩菜的母亲,年纪大了,依旧不忘关爱儿女。再次看到白发苍苍的母亲吃着剩菜,我鼻子一酸,想把母亲手中的碗拿过来,可母亲却说:“这菜又没坏,味道也好,比起过去连油都吃不到的时候要好多了。还是让我吃了吧!”我知道拗不过母亲,只好作罢。

爱是需要用用心去感受的,为人子女的我们,不妨陪母亲一起去吃一点剩菜。在这不好的习惯面前,尽量让年迈的母亲保持健康,是我们为人子女所能做的一件小事。



老年人 当心误吞假牙

近日,烟台95岁的李老伯吃早饭时,被家属发现似乎有异常。仔细一看,老人的假牙不见了!随即,家属带老人前往山东省烟台市毓璜顶医院急诊科就诊。

“患者在急诊科做了口咽部计算机断层扫描(即CT)后,发现假牙卡在他的下咽部。虽说暂时不影响呼吸,但时间久了难免会造成更大的意外,必须马上做手术,取出假牙。”毓璜顶医院耳鼻咽喉头颈外科主治医师赵欣说,急诊科接诊医师迅速将老人转至专科,安排其住院并准备紧急手术。

“假牙很滑,没有着力点,而喉镜并不能提供高清的视野,因此我们尝试了几次,才成功夹住假牙,取了出来。这期间,还要担心胃液反流呛肺,担心老人的血氧饱和度,担心麻醉剂量是否足以支撑完成手术。假牙取出来的那一瞬间,我们才觉得心里的石头落地了。”耳鼻咽喉头颈外科医生吕亚运说,患者目前并无大碍,再观察几天即可出院。

普通人平时呛一口水都十分难受,整排的假牙,老人怎么会误吞呢? 吕亚运介绍,因为老年人认知能力退化,咀嚼和吞咽功能减弱,食管入口括约肌松弛,口腔咽喉黏膜感觉功能降低,再加上假牙佩戴时间久了会松动,所以老人容易发生吃东西时误吞假牙的情况。

“佩戴假牙的老人吃东西时一定要分神或大声说笑,应定期检查假牙是否松动,以防出现意外。不能佩戴可摘戴的假牙睡觉。”吕亚运说,此外,如果发生异物卡在食道中的情况,应尽快就医,采用科学的方法取出异物。千万不能“噎一噎”或“顺一顺”,防止适得其反,造成更严重的伤害。

据齐鲁壹点

奶奶的剃头推子

董红



“喀嚓喀嚓”,夜的静谧不知被什么声音划破了,我从睡梦中惊醒。循声望去,奶奶立在窗前,月光勾勒出她矮小瘦弱的身影。

“奶奶,您怎么还没睡?”我问。“又梦见给你爷爷剃头了。”奶奶手里握着那把剃头推子。上了年纪之后,她的眼睛一向混沌、灰暗,此刻却盈盈有光。爷爷已去世一年,奶奶一定是又想爷爷了。

爷爷虽是村里的中学教师,每天在课堂上滔滔不绝,但在其他场合却是地地道道的“社交恐惧症”患者。他最发愁的事就是去村里的理发店理发了。那里总是挤满了人,大家一边等候,一边谈天说地。爷爷去过一次就再不肯去了,任凭头发疯长。

没办法,奶奶托人买回来了这个铁家伙——剃头推子。奶奶特别聪明,看一看就会用了,随即便开始用它给爷爷剃头。别说,奶奶剃得还真不赖呢。

“比花钱剃得还帅呢!”刚剃了一个平头的爷爷在镜子前照了又照。从那以后,奶奶就成了爷爷的“御用理发师”。正常情况下,爷爷每半个月就要理一次头发。

有一天,奶奶正在睡午觉,爷

爷火急火燎地赶回来。“快给我理理发。”原来,爷爷曾教过的一个学生要带着女朋友回来看他了。奶奶听罢,立即开始给爷爷理发。

“这小子可聪明了,不过上学的时候可是真淘气啊!被我‘修理’了三年,终于考上了大学,现在在大城市工作了。听说他女朋友是当地的姑娘,人挺好。”爷爷兴高采烈地说着。

“你儿子找到了对象,也没见你这么高兴呀。”奶奶故作嗔怪地说着,手指在爷爷的头发间穿梭。

爷爷高兴时,奶奶给他剃头;爷爷不高兴时,奶奶也要给他剃头。

那年,爷爷报名参加了学校优秀教师的评选。笔试得了第一名后,还要准备参加课堂教学比赛。爷爷在业务上是一等一的高手,本来他是胜券在握的,可是因为突然感冒,嗓子哑了,所以最终没能参加课堂



资料片

教学比赛。爷爷因此特别沮丧,整天郁郁寡欢。

周末,爷爷又一个人缩在屋里睡觉。奶奶硬拉他起来,非要给他剃头。

奶奶一边剃一边说:“一切从‘头’开始!精神起来,为下回做准备。”爷爷的头发剪短了,脑袋也一下子清醒了,整个人又振作了起来……

我静静地看着奶奶。奶奶脸上带着一抹宁静、幸福的笑。“喀嚓喀嚓”,推子仿佛又在爷爷的头发间穿梭……



家住沧州市新华区运茂小区的陈瑞杰今年75岁。他当兵时就喜欢上了摄影,转业到地方后,这个爱好一直没有放下。

退休后,他每天拿着相机走街串巷,参加各类摄影活动。他不但拍摄了很多精美的图片,而且在省市级摄影比赛中多次获奖。

韦殿禄 摄



茶时光

崔新宇

奶奶有喝茶的习惯。奶奶喝茶在炕上喝。摆一张小炕桌,将茶壶拎上来,再来一只茶碗,足矣。她并非专为品味茶香而喝茶,而是在忙里忙外之余,偶尔坐下来喝一碗。

奶奶喜欢在冬天喝茶。吃完早饭,奶奶就提起那个白色印花茶壶,它是奶奶沏茶的专用器具。奶奶又从抽屉里拿出一个小茶盒,打开,倒进手心里一部分茶叶,再放入茶壶。炕沿下的煤炉上正烧着一壶滚烫的水。水倒进茶壶,茶叶就旋转了起来。奶奶并不急于喝,而是盖上盖子,将茶壶放进专用的茶壶圈里保温。几分钟后,等茶叶和水充分融合,奶奶才坐下来慢慢饮用。

看见奶奶喝茶,我便跑过去挤进奶奶怀里撒娇:“我给奶奶倒茶,我给奶奶倒茶!”奶奶笑,一边说“别

烫着”,一边抓住我的小手,跟我一起提起壶来,倒一碗热气蒸腾的茶水。茶倒进碗里的那一刻,雾一样的热气与茶香立刻充满了整个屋子。奶奶轻轻端起茶碗,吹掉上面的浮沫,嘬上一口,咂一下嘴,用鼻子深吸一口气,再缓缓吐出,一副很享受的样子。

我目不转睛地盯着奶奶:“奶奶,好喝吗?”奶奶便说:“你也喝一口。”于是,我试探着喝上一小口。开始时,我只觉得有点淡淡的苦;久了,就喝出来温润的甜,品出来沁心的香;再后来,我就不可阻挡地喜欢上了茶的味道。于是,奶奶喝茶,我在旁边看的情景,变成了祖孙俩一起喝。

阳光透过玻璃窗,照进屋子,照在炕上,棕黄色的桌面泛着橘黄的暖光。茶汤晶亮,偶尔会漂出一两朵

茉莉花,香气弥漫盈鼻。茉莉花茶那种香气,我喜欢极了。现在,尽管多了各种名目的红茶、绿茶、黑茶、白茶,我还是深爱茉莉花茶的香味。我对茶的第一份认知和喜爱就源于奶奶茶壶里那团浓烈的茉莉花香。

就这样,一老一少,一壶一碗,一人一口,茶碗里升腾的热气在阳光下半隐半透。如今想来,多像一幅温馨、和谐的油画。尤其在一个下雪的天气,外面雪花飘飘,室内茶香萦绕;外面寒风凛冽,室内红泥火炉。奶奶一边喝茶,一边给我讲那些古老的故事,这温暖的回忆成为我童年不可分割的一部分。

许多年过去了,奶奶已去世多年。和奶奶一起喝茶的日子早已成为过往,而那些冬天里温暖的画面,那些茶香满屋、亲情洋溢的日子,永远深深地印在我的记忆里。