

芬芳
一叶

应急救护培训

□尹画

去年年底,在朋友圈看到一则痛心消息,一位出版社编辑,因心梗意外离世了,年仅46岁。我很震惊,不敢相信,因为几天前我还和他在网上说过话。

那天晚上,脑子里一直盘旋着他的名字,为未曾谋面但真切在人世间也有过一点交集的他落下眼泪。我自问自己,假如他倒在我的身边,我能救活他吗?除了慌乱地打电话给120,我还能做什么?我会胸外按压吗?我会人工呼吸吗?我知道怎么使用AED吗?又或者,我知道哪里有AED吗?答案都是一个字:否。

那晚,我便做了决定,去参加应急救护培训。若未来遭遇“万一”之境,至少能在第一时间为生命争取到多一点生存的机会。

培训班有十多位学员,坐在我前面的男生,扭头问我:“你为什么来参加培训?”

“因为一个认识的人突然走了。”我说。“你呢?”我也反问他。

他说:“和你一样的原因,因为一个同学突然走了。”我看了一下,大约20多岁的模样,那么他的同学也是这样的年龄吧?我不再多问,他也不再多问,空气中流动着沉重而死寂的气息。

培训分理论和实践两部分,历时六个小时,实践部分即现场场景演练。

心肺复苏是应急救护培训的重要内容之一,培训室准备了模拟假人,躺在地上,我们以跪姿来给假人做心肺复苏。在确认环境安全,做好自我防护的前提下,先来判断患者的意识及反应,检查呼吸,发现病人无反应后,立即呼救,请身边人拨打120及就近去取得AED。如今,AED布满全市各地,使用网络地图输入AED就可以找到最近的安放点。给患者做胸外按压,需以100~120次/分钟的频率,垂直向下按压30下,再检查病人口中是否有异物,打开气道,口对口做两次人工呼吸,此后循环做胸外按压和人工呼吸总共5次,直到AED取来,打开AED电源,按照语音提示来进一步操作。

当天,有几个学员胸外按压手势不对,力度也不够,老师就一遍遍让他们重复演练。自己演练后才明白按压30下已经很累,何况还要循环做5次。那一刻,终于明白了医生背后的努力和辛苦,救死扶伤不是一句口号,而是实实在在付出了很多。

培训课中,我们还学习了气道异物梗阻的现场救护,以及创伤救护中的止血和包扎。光包扎就有螺旋返折法包扎伤肢、三角巾大悬带悬吊伤肢、三角巾头顶帽式包扎、“8”字包扎踝关节等不同的包扎方法。当然,光靠课堂上几个小时显然无法做到熟练,还需要在课下观看视频,继续演练,直到动作完全规范为止。

一天培训结束了,心踏实了许多。参加应急救护培训,既是为了提高自救和互救能力,也是为了增强内心的安全感。假使应急救护培训能够普及到每个人,人人学会这些技术,那些令人扼腕叹息的遗憾一定会减少很多吧。

春天的小水塘

紫琅
诗会

渐长的塘水,予我深情
风在翡翠的山上吹
予我自然的肌理
和一群人喝着油菜花酿的蜜
这样醉,予我宽恕
整个春天,我寄身之处
是这些风景和这些写诗的人
一束柔和的光
吐出黑蓝蝴蝶和红蜘蛛
它们相安无事又互相争抢
落在一棵香樟叶上或阳台盆景上
风在玩累的时候便停了
我小时候在老家不看这些
玩家家。那时
村庄很小,你很小,你的笑
像你家门前我打水漂的
小水塘,又清又浅
鸟在上面飞过,你追着我说
小水塘的鱼是留给我
长大了钓的



春水春山

刘志

只缘深在今世中

□马国福

所谓缘分,就是不同的心灵栖息在同一时空彼此欣赏、包容、共鸣、契合,不同的心脏澎湃共同的回声:遇见你真好。正如张爱玲所说:于千万人之中,遇见你要遇见的人。于千万年之中,时间无涯的荒野里,没有早一步,也没有迟一步,遇上了也只能轻轻地说一句:“你也在这里吗?”

美酒是时间的玫瑰,每一个酒杯都是花园,而那些飞翔的酒分子就是玫瑰暗香涌动时的细小脚步。得好友来如对月,有奇书读胜观花,琴心剑胆终不悔,卓然不群是君家。“得”是缘分,“有”是福分,在人生的得与有中,两个酒杯碰到一起,是缘的升华,是情的共鸣,是一颗心去渡另一颗心,将彼此的真诚、性情、交出去,欣赏彼此渡往彼岸。多个酒杯靠在一起,是神会、是风景、是缘分共同体,如加固一道液体长城,守住杯中江山,彼此辉映。四季轮回,风霜雪雨,无论你在哪里,总有一杯温热的酒等待你归位入座。

缘分是有密码的,这密码是一个人的格局、性情、修为、审美。总有一个在你生命的驿站等着你,等着你风一程雨一程,风雨兼程又一程,共赴柳暗花明又一村的光明之境,这样的人是你值得托付一生的人。总有一款酒或者几款酒适合你,有的酒是一见倾心的山

河故人,是精神知己,唯有它懂得你肺腑城池里的风烟该如何升起,又该如何恬静归去。有的酒是诤友,虽不多言,总是恰到好处的提醒你该如何放达,该如何收敛。有的酒是熟人,常常照面,你懂我懂,只是情感停留在日常的层面,不会涉及精神深处光亮与酸痛。

酒之缘,是五谷经历火与时间考验后灵魂出窍的神会;是寻找灵魂相近的人后的同频共振。旷世知音钟子期,生天成佛谢灵运。今世结缘,一路同频,无论甘苦,不问归期,风一程雨一程,风雨兼程共赴天涯路。美好如斯,你我共鸣,笑也罢泪也罢,举杯邀月歌一曲缘分分赋。

杯中乾坤大,善饮者,性格简单,酒杯中能看见人格。当然,我这句话不是对酒鬼酒徒而言。性情相投的人在那酒桌相遇,你懂我,我懂你,彼此投缘,一个眼神一个手势,将那份性情一饮而尽。无需多言,干脆利落,不拖泥带水,用一杯酒里的火焰让友情升腾,用一杯酒里的闪电照亮内心那份灰暗。五六好友一起,我的好你懂,我的坏你也懂,江河湖海一统,彼此照面知心,不在乎权势地位,皆因人格相近、脾性同频。可豪饮,可小酌,酒可好可差,菜可精可粗,因为懂得,所以喜悦。不因酒菜之贵贱而坏了氛围,皆因气场

相投,棱角相合而天长地久。彼此身上不贴世俗标签,一切皆因为懂,懂你的内涵、脾性、嗜好、特长、缺点、劣势,也懂你的一切的一,一切。我不是和你的酒量匹配,而是和你的人格匹配。多好!我不是和你这尊肉身而对饮,我只是欣赏你肉身深处那颗不羁、放达、豪气的灵魂在对饮。

万物静观皆自得,四时佳兴与人同。今世有缘,我们一起共赴人间好风光,采撷生命里的那份美好。只缘身在今世中,只缘深在今世中。我和你相对,左手明月,右手山河,在一杯酒清澈的波澜中,花开花落宠辱不惊,云卷云舒去留无意,我知道,无论我们的时空距离有多遥远,无论这河流奔向何方,你和我还会在下一个酒瓶渡口相遇,彼此会心一笑,说:今世还要一起走,干杯吧,朋友。干杯吧,朋友。

日本茶道里讲“一期一会”,意思是把人生中的每一次相遇,珍重当作最后一次来对待,这是庄重,更是虔诚。我的朋友,我的知音,来,让我们用今世缘的诗意,珍惜每一次不经意的相遇,让所有的美好诗意天成,如坐春风。

桃李春风一杯酒,江湖夜雨十年灯。山河辽阔,彼此相悦,举一杯今世缘,守着人间烟火,为国运兴盛而干杯,为美好人间祝福。有缘人,愿你春风得意,愿你福缘流长。

窗内

□文彦

早上五点多,护士推着治疗车来抽血,车轮与地面磕磕绊绊,将人自梦境中拔出。迷怔怔伸出臂膀,护士指尖微凉,一阵刺痛,意识完全回转人间。抽完血,平躺,一动不动,瞪着空白天花板,忆及梦之生动,心底荒凉。

蒙眬睡去,“收陪客床了!”护工的大嗓门搅动空气,四面八方追将过来,挤压着,逼使人再次直面人生。

有人将窗帘拉开,一缕阳光斜入,搔首弄姿的春天缤纷于外。然而无论时间、季节或世间纷乱,皆不相干。一滴一滴输入血管中的药液、一张一张检查单、身体病痛,这些才是现实意义。

医生查房,一大群人,年老沉着的面孔、青春生动的容颜,近在咫尺。他们如同窗外的阳光,透过玻璃打量这具躯壳,研究正常与

万家
灯火

万

异常数据。起初每回都全力以赴,绷紧神经、竖起耳朵,不错过任何一个表情、任何一个语句,心情由此沉沉浮浮。时日久了,厌了,不闻不问,由他们来来去去,放弃抗争,一切交给天意。

大多数时光就这么静静倚在床头,看窗口的阳光从这边移到那边,感受药水缓缓融入身体。窗外有时晴有时雨,有时明有时暗,春日也快过去了。

岁
月
流
金

与“象鼻”有关的动物

□达少华

现在,一马平川的南通大地上有野生大象吗?答案肯定是没有。但是,1986年在海安双楼地下4米深处却发掘出了全新的动物化石,经研究证明是亚洲象的亚化石,说明6500年前南通市境域内的古海安地区生活着身体硕大的亚洲象。亚洲象最大的特点当然是具有力大无比、运动自如、堪比手脚的灵活的长鼻子。

无独有偶,南通还有两种生长着与象鼻形状相似的动物,当然要比大象小很多,只是“鼻子”的形状与大象鼻子的形状相类似,而且相似得居惟妙惟肖!那就是米象和鼩鼱(qujing),鼩鼱又名象鼩。

米象,是一种小得与大象无可比拟的小虫子,黑色,外壳有点硬,身长二三毫米,宽约1毫米。有一个向前伸、微向下弯的结构,在放大镜下观察颇像一只大大缩小了的象鼻子,这个象鼻子是不能动的。米象虽小,却与人们的生活密切相关:夏秋季节,人们食用的大米里会生出一些小虫子,其中就有这个米

象。别看它很小,却有着坚强的生命力!它们会在米袋里自然地出现。虽然和大米黑白相间,倒是难以拣尽,只要留下二三个,煮在饭里就非常的显眼,吃起来有点煞风景。多少年来,它们一直伴随着人们的生活。我也是如此,从少年到中年再到老年,现在年老眼花,视力不济,只好由小孙女帮忙。她拣起米象来准确快捷,几乎一个不漏!

小小的米象还居然上了书:陶国良先生主编的《南通方言词典》里就有:“米虫:米中生出的虫子,多指米象。”

为了对付米象等米虫,我在米袋中放入大蒜头、老姜、花椒,都没有多大的作用,米象在米袋里安之若素,泰然自若。办法只有一个:与小孙女一起拣米虫,这是最实在、最有效的方法。似乎小小的米象替我们创造了和谐的家庭环境,造就了含饴弄孙的天伦之乐,真是有点自嘲啊!

还有一个象鼻有关的动物叫作鼩鼱(qujing),它们的样子像老鼠,大小也与老

鼠相仿。但鼻端前伸,与米象不一样的是前伸的部分可以摆动。与大象的鼻子有相似之处,只是长度短得多,动作的幅度相对小得多,功能也不能与象鼻相比拟。

小小的鼩鼱却大有来头,早在白垩纪它们就出现在地球上,与恐龙同时代甚至还要早一点,恐龙灭绝了,鼩鼱却保留了下来。它的样子像老鼠,却比老鼠要凶猛得多。母鼩鼱的英文名称翻译成中文就是“泼妇”的意思,而且它们能向比自己体形大的老鼠进攻甚至分而食之。分类上老鼠属啮齿目,而鼩鼱属食虫目鼩鼱科鼩鼱属。新编首轮《南通市志》中记载了鼩鼱,这是一种杂食性的动物,以昆虫等小动物为食,甚至能以老鼠为食,也吃植物的茎叶和种子。

鼩鼱,也就是象鼩,这是它与大象有关联的另一个名称。

鼩鼱的视力较弱,却拥有发出超声波的功能。这使它们的感觉更加灵敏,生存的能力更强。所以它们能够从远古时代一直延续到现代,而且在与强大的鼠类的竞争中立于不败之地。