

心灵深处

老屋的槐树

□ 弥盈仓

老家院里有一棵老槐树,无人说得清它的由来:不知是父亲亲手栽种,还是修建院落之初,它便已扎根于此。唯有树干上纵横深陷的沟壑,如同刻满半生过往的皱纹,无声诉说着经年沧桑。

这座老院,是父母壮年时亲手平地起土修建而成。老槐树紧挨着院角的牲口棚,早年并不起眼,只是在岁月的浸润中,默默抽枝长叶,逐年繁茂。二十年前,家里翻新院落,拆掉了瓦房,没有了房屋遮挡,这棵槐树陡然显得高大起来,树冠足有两层楼之高,站在大门外就能看见。盛夏时节,树影浓荫如墨,洒洒洒满院清凉。它的根系肆意生长,跨过院墙扎进邻家土地,又长出一株同根槐树,两个树

冠交错相依,空间错落相融,远看就像是一棵树一样。

老槐树成了老家院落最鲜明的标识。后修葺院落时,我不仅保留了它,还特意在四周砌起砖砌围栏,让它稳稳成为院子的核心景观。彼时,我又在树下用磨盘支起了一方茶桌。每至夏日,亲友来时便坐在树下品茶聊天,别有一番风味。

寒来暑往,四季更迭。这棵长在院内的老槐树,渐渐招来了诸多非议与闲言。乡间流传俗语:“穷看碗,富看穿,槐树不栽庭院间。”

堂哥也曾多次提及坊间说法:“槐字由‘木’字和‘鬼’字组成,被视作不祥之木,会扰乱宅院风水。”

就连妻子也常有牢骚:“老槐树太大了,风一刮落叶满地,每次回来必须要先清扫院子;大树遮光夺肥,

树下园子里种的菜也长势不好。”

于是,移栽或是砍伐老槐树,渐渐被家人提上日程。

近些年城市绿化工程需要大量成材古树移植,可这棵槐树树干过粗,主干笔直度不够,不符合绿化树木选购标准,无人收购。老槐树彻底成了众人眼中的累赘。

不久后,这棵老树终究迎来了落幕的时刻。

这棵承载着几代人记忆的老槐树,即便要伐树清园,我也想为它留一份体面的仪式感。腊月择一晴天吉日,我在老槐树主干系上红绸,于树下焚香祈福,伴随着一阵鞭炮声响,电锯轰鸣,从此,老槐树离开了这片故土。

没有槐树的院子骤然宽敞开阔,可我的心底,却萦绕着一股挥之不去

的落寞与怅然。

从前的老槐树,是小院最鲜活的底色,每一根枝条都自带生机。往日槐树下,阖家团圆,父母安康,岁月安然。日暮时分,父亲赶着牲口从田间回来,阳光透过枝叶,斑驳碎影洒在他的身上。母亲坐在树下,低头做着针线活儿,小猫依偎在她的脚旁。农家小院烟火袅袅,孩子的嬉笑声与树上的鸟鸣声交织在一起,拼凑出一幅田园生活最美的画卷。

一棵老槐树,串联起漫漫时光,记录着寻常烟火,更见证着故土乡村的日新月异。它如同一位默默相守的故人,阅尽小院烟火,看淡尘世纷扰。它悄然落幕,不过向岁月证明,于这座小院,于我们全家,它曾热烈生长,真诚相伴,认认真真来过,于我而言,永远无可替代。

健康之友

“老来瘦”别大意,或许暗藏肌少症

□ 张建新 栗雅婷

随着年龄增长,肌肉也会自然流失。专家提醒,如果家中老人出现洗脸毛巾拧不干、打不开矿泉水瓶盖等情况,要警惕或许是肌少症找上了门。

肌少症,是一种以骨骼肌质量、力量和功能的进行性和系统性丧失为特征的老年综合征。天津市天津医院康复医学科副主任医师李奇表示,肌少症常导致老年人身体力下降、行动受限,跌倒风险增加,生活质量下降,甚至还会增加死亡风险。

天津中医药大学第一附属医院老年病科副主任医师杨玉超表示,肌少症的发生机制非常复杂,最主要的是年龄因素,年龄越大,发病率越高。此外,蛋白质和维生素D等营养素摄入不足、活动减少、慢性疾病、遗传等也是导致肌少症的危险因素。

肌少症的发生往往悄无声息,但也会留下蛛丝马迹。杨玉超说,老年人身上有以下三种情况出现时,需要及时行肌少症筛查:患有多种慢性疾病,如慢性心力衰竭、慢性肺病、糖尿病、慢性肾病、结缔组织病、结核菌感染及其他慢性消耗

性疾病等;没有刻意减肥,6个月内体重却不知不觉地下降超过5%;出现消瘦、虚弱、四肢纤细无力、易跌倒、行走困难等现象。

不过,肌少症并非衰老的必然结果,通过科学的干预,可以有效延缓甚至逆转肌少症的进程。

李奇说,抗阻训练+功能训练+有氧运动三者结合的综合运动处方,是非常有效的肌少症干预手段。充足的蛋白质摄入和能量供给,也是必要的营养支持。今年4月,国家卫生健康委发布《成人肌少症营养指南》建议,65岁及以上老年人的蛋白质推荐摄入量每天每公斤体重为1.17g。针对肾功能正常的肌少症人群,建议蛋白质摄入量为每天每公斤体重1.2-1.5g,以满足肌肉合成代谢需求。

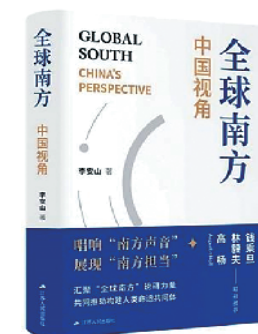
此外,蛋白质的质量与三餐均衡分配对于保护骨骼肌十分重要,应多食用优质蛋白,并且均匀分配到三餐里。

“肌少症越早预防越好,增强个体肌肉含量及肌肉力量,应该在中青年时期就开始做好肌肉储备,良好的肌肉储备将是一个步入老年后的重要财富。”杨玉超说。

(据新华社电)

书林撷英

《全球南方:中国视角》



李安山 著

江苏人民出版社出版。

本书追溯了全球南方从地理概念演变为政治力量的历程,剖析其在全球体系中的坐标,为理解这一影响国际格局的关键议题提供了理论参考。

《材料艺术》



邱志杰 著

清华大学出版社出版。

材料艺术是当代艺术创作中不可或缺的重要领域。本书系统讲解材料特点、工艺及艺术史案例,强调深入研究材料的社会文化属性,鼓励创造性地探索材料世界。

科学新知

研究称南极可能正从全球变暖“缓冲器”变为“放大器”

□ 梁有昶 齐紫剑

澳大利亚新南威尔士大学近日发布公报说,该校科研人员参与的一个国际研究团队发现,数十年来,南极海冰似乎对全球变暖具有一定的抵御能力,帮助减缓气候变化速度,但一系列海洋和大气变化使南极海冰在2015年后突然急剧减少,这种系统性转变可能会加速全球变暖。

公报说,多年来,当北极海冰随着全球变暖不断减少时,南极海冰却

似乎能保持稳定,海冰面积甚至在21世纪头10年的后期一度扩大。然而,南极海冰在2015年后突然急剧减少,并在2023年降至历史最低点。该研究团队发现,多种气候进程相互作用使南大洋进入了一种新的状态,引发南极海冰的突然急剧减少——首先,温室气体排放和臭氧空洞加强了环绕南极的风力,这些风将温暖而高盐度的海水带到海面,随后释放了其中储存的热量,这又形成一个“反馈循环”,使南极长期处于低海冰状态。

南大洋的海水呈分层结构,其中较冷、较淡的海水位于表层,而较暖、较咸的海水位于下层,这原本像一个“盖子”,将热量封存在深海。但最新研究显示,这一道屏障已经减弱。研究团队通过分析海洋数据并使用高分辨率模型发现,南极周边较暖的深层海水正上升至更接近海面的区域,能直接融化海冰。海冰减少会破坏洋流系统稳定性,使全球变暖速度远超预期。

研究人员表示,目前还无法确定这种变化究竟只是暂时现象,还是一

个新常态的开始。虽然气候模型早已预测,在全球变暖背景下南极海冰会减少,但并未准确预测到如今变化发生的时间、速度以及区域复杂性。未来变化将取决于变暖程度、风力状况等多种因素的相互作用。

论文第一作者、英国南安普敦大学研究员、澳大利亚新南威尔士大学访问研究员阿迪蒂亚·纳拉亚南说,南极如今可能正从全球变暖“缓冲器”转变为“放大器”。

(据新华社电)

文化漫谈

怎么“为”

□ 于文岗

孟子答齐宣王问时直言:“故王之不王,不为也,非不能也。”许多事迟迟难成,根源往往不在能力所限,而在主观不为。孟子的观点十分鲜明,若以“无力为之”掩饰“不愿为之”,便混淆了是非。对于这个话题,我曾听过两句颇有见地的话,至今牢记,可为破解怎么“为”提供启示。

第一句话是:“凡说‘没时间’‘顾不上’的,你把它列为‘第一大事’‘第一重要’试试?”随着社会的进一步发

展,老旧小区设施老化、管网淤堵、居住环境破败等长期悬而未决的民生难题,逐步被各地列为民生大事,不再推诿拖延,而是统筹规划、多方联动,推进整体改造升级,万千民居从“忧居”变身“优居”。这虽然只是起步,却印证了解决民生难题,全在愿不愿用心去为。和平年代,民生无小事,幼有所育、学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居、弱有所扶,本就是理应在置顶的“第一大事”,可在“七有”在实践中仍有短板、难题,因病致贫、老人孩子失养失育等求助信息不时见诸网

络,究竟是力有不逮,还是未真正列为“重要”“大事”?

第二句话是:“用可能达到——跳跳脚够得着的最高标准,做好每一项工作,办好每一件事。”此言有三重深意,划清“不为”与“不能”的边界。其一,制定规划时,是否“画大饼”,以“能达到”为目标?其二,在“能达到”的基础上,是否制定了需要“跳跳脚”的最高标准?其三,到了具体推进环节,是否真的用了“跳跳脚”之力,把好事办好?

北宋范仲淹主持新政,以“先天

下之忧而忧”的担当,针对民生痛楚推行均田赋、减徭役、兴学校等举措,即使遭遇重重阻挠,仍尽力推动改革落地,虽最终失败,却为后世治理留下宝贵经验,其“跳跳脚”而为之的执着,远比“躺平”躲事避责更值得称道。

“为”与“不为”,往往不在于能力大小,而是对态度与担当的考验。民生无小事,枝叶总关情。唯有摒弃“不能”的推脱,以“第一大事”“跳跳脚”全力攻坚,方能破解一些尚待解决的民生之痛,不负民众期待。

(摘自《人民日报》)

郸城县域胸痛联盟跨院协作成功救治急性心梗患者

本报讯(记者徐松通讯员肖帆)急性心肌梗死发病急、病情重,黄金救治时间窗口极短。近日,郸城县依托县域胸痛联盟一体化救治体系,实现郸城县人民医院与郸城县中医院跨院高效联动,以远超国家标准的救治效率,成功挽救了一名急性心肌梗死患者的生命。

患者为40岁男性,有20余年高血压病史、10年糖尿病病史,日常血压、血糖控制不佳。5月20日16时9分,患者突发持续性胸闷伴头痛,症状无法得到缓解,随即被紧急送往

郸城县人民医院。

当日17时38分,患者被确诊为急性ST段抬高型下壁心肌梗死。郸城县人民医院医护人员于17时40分给予患者口服急救药物,稳定其生命体征。该院因介入导管室满负荷,无法立即进行手术,遂启动县域胸痛联盟协同救治机制,于17时58分完成跨院对接,将患者的病史、检查结果及实时救治情况共享至郸城县中医院胸痛中心,同步启动紧急转诊。

郸城县中医院胸痛中心迅速响应,介入团队就位,做好术前准备。18

时28分,患者顺利转运至该院。针对患者的头痛症状,为排除脑出血风险、保障手术安全,该院通过胸痛中心“绿色通道”快速完成头颅CT检查,确认无手术禁忌。18时37分,患者直接进入介入导管室。18时45分开始实施冠状动脉造影术,18时54分成功疏通闭塞血管,患者心肌供血恢复。

此次救治时间仅用时26分钟,远超国家胸痛中心90分钟的标准,极大保留了患者的心肌功能,有效规避了心衰、猝死等风险。目前,患者生命体征平稳,恢复良好。

此次成功救治,充分体现了郸城县域胸痛联盟一体化救治体系的高效性。该体系通过整合县域医疗资源,搭建全域联动、快速响应的救治网络,有效破解了信息不通、转诊不畅、救治脱节等难题,提升了县域急危重症救治水平。

下一步,郸城县中医院胸痛中心将持续依托县域胸痛联盟一体化救治体系,精进急救技术,优化救治流程,深化跨院协作,以专业团队和高效协作,全力守护辖区群众生命安全和身体健康。⑫12

项城市城市管理局招标代理机构选聘公告

为规范我局工程建设项目的招标代理机构选定工作,拟建立优质稳定的招标代理服务库。现公开选聘1家招标代理机构,由其完成“择优选定3家年度定点入库招标代理公司”的招标工作。报名资格要求:具有独立法人资格,营业执照经营范围包含招标代理相关内容;信用良好,无失信及重大违法记录;熟悉本地招投标流程,具备同类入库项目

经验;本项目不接受联合体投标,禁止转包分包。选定方式:采用综合评分法,择优确定1家中标代理机构。自公告发布之日起3个工作日内,递交报名资料,逾期不予受理。

联系人:邓力文。联系电话:0394-7700956。报名地址:项城市城市管理局二楼208室。
项城市城市管理局
2026年5月26日

国家金融监督管理总局
周口监管分局公告

下列金融机构经国家金融监督管理总局周口监管分局批准更址,换发《金融许可证》,现予以公告:

机构名称:中国工商银行股份有限公司鹿邑支行
原机构住所:河南省周口市鹿邑县城武平路与紫气大道交叉口北30米路东

现机构住所:河南省周口市鹿邑县紫气大道与仙源路交叉口西南角
电话号码:0394-7221401

批准日期:1980年3月1日

邮政编码:477200

机构编号:B0001S341160009

流水号:01155730

业务范围:经国务院银行保险监督管理机构批准并经上级授权的业务

发证日期:2026年5月22日

发证机关:国家金融监督管理总局周口监管分局

邮政编码:466000