幸福加倍过湘年

2026年春节特别报道

长沙晚报
2026年2月24日 星期二
责编/范亚湘 首席美编/王斌 校读/李乐

春风吹起

彭湘

我要去山坡上看第一抹新绿、第一只蜜蜂，还有飘浮的云。春风一定是藏在山坡的转角处，等到她苏醒的时候，便跳跃出来，绽放她的俏皮和美好。

故乡也是家乡，只是不过三十公里的往返。水泥路上开车很快，在一匝匝绿树中穿梭，走过一段山间的路，两旁的藤蔓植物在黑暗中都卖力地向着天空前行。一角山隅也是铺天盖地的植物，它们在找着缝隙生长，聚成森林，聚成绿海。春风在它们头顶盘旋，春天的树是万物中最蓬勃的生命，大地的颜色在黄与绿中交织反复。

春天的欢喜，也许是来自温暖的春风，还有绰约的春景。从冬天过来，春天熬过了冷风，穿过封闭的门窗，终于获得自由。饱满的叶片在春天是最好的点缀，自然的风给大地带来温度。春天的花，在我记忆中，黄色如米粒的迎春花，是最好的注脚。就如梭罗说过的："即使是可怜的愤世嫉俗的人，和最忧郁的人，也能在任何自然物体中找到最甜蜜、最温柔、最纯真、最激励人心的陪伴……每一根细小的松针都带着同情展开和膨胀，成为我的朋友。"我不知道文字是不是可以串起阅读生命的记忆，给我在春日带来欢喜和畅。

在春天的风里，我怀想那清澈湖畔的孤独者梭罗，离群索居，沉醉一片湖、一座木屋。他在清澈的湖水中观望世界的喧嚣，触摸垂入湖水的枝干，不知树木的躯体里血液是否在流动。春天，在风中行走，在绿意苍翠的林间走动，沿河而过的山林，都带来几分自然的欢愉，它们的自由在春天的开始荡漾成丰富的颜色。

春风的欢喜，在于自由地追逐一阵风、一片云，和随意在山川大地驻足。就如早些年的一个春日，去西安古城，我登上了坚实的城墙，走在开阔的城墙上，眺望万家灯火，在那些灯火下生活的人，他们的喜怒哀乐都构成了世界的昨天和明天。我站在城墙上，感受春天的温暖，她浸润到躯干的每一个细胞，与城墙上垛口的一朵小黄花重叠在一起，还有无限生长的藤状灌木，都让我们在春天复苏了一季的拘束。向着阳光，向着天空出走。栖落在墙砖上不知名的鹞子还是什么鸟，在天空中盘旋，它们也与这段古老的城墙融合了，在春风的抚慰里各自都在卖力地绽放。

春风吹起，麻雀和翠鸟落在家门口的银杏树上，树叶还没萌发，干枯一样的树枝和麻雀一样的褐色，土生土长的颜色让树和鸟融合，鸟儿又飞快地逃窜，飞向更辽阔的天空。树依然在守望，守望大地的枯荣，太阳的东升西落，还有四季中最欢喜的春天。

短笛

赶年场

邱凤姣

我从未赶过场，一直向往那种热腾腾的烟火气和原汁原味的乡村年味。家住小城附近的朋友说，他们那儿赶场还是北宋年间传下来的，每到赶场日，河水小城段的两岸人山人海。想去体验，那天可是马年前的最后一场山村盛会，又称赶年场。

那天真是个好日子。立春后，连续几天寒雨连绵，到赶场这天碧空如洗，暖阳当空，田野尚未返青，俨然是初春的朗润，满眼淡蓝。河流在阳光下晃着一川碎金。拂过车窗的柳枝已经爆了嫩芽，如雏鸟的喙啄着淡黄的阳光。山谷间淌着一河清浅的水，与水一同蜿蜒的公路指向山里山外。车流不息，不少进山的外地车辆，在这爬山过桥的乡村公路上风驰电掣一般。那是从他乡赶回老家过年的游子。

我们要去的是重重青山之中的小城。小城是一座有着近千年县治史的古镇，商贸自古繁荣，黑茶、坛子菜、擂茶原料全省有名。河水拖蓝千年，小城赶场千年。如今过年时节又逢集，我第一次奔赴集市，又将遇见些什么呢？

走进小城，却是一座寻常小镇。耀眼阳光下，只见新楼旧楼林立，大店小铺错杂，与我居住的小镇同一个模样。车至一座桥头，望见一河碧水。桥上人声叽喳，男女老少慢步前行，几辆小车在人流中蜗牛般缓缓移动。桥头右侧，用彩色条纹篷布搭着一个摊位，是卖服装鞋帽的。顺着这个摊位往河岸看过去，全是服装鞋帽一类。朋友说，这一边是赶场服装一条街，对岸才是卖其他的，与这座桥相对的另一座桥，全是卖鸡鸭鹅的。朋友还介绍，农历逢一是综合大集，农历逢八是牲畜专场，他家就是逢八在这里买猪仔回家喂养。

车无法往前，便拐个弯，停在一个陌生小区，我们步行回到桥上，加入了赶场大队伍。被人群挟裹着从桥的另一头下来，我一眼看中桥墩处一位中年妇女的本地干红辣椒。一个有破洞的纤维袋装满枣红尖椒，凑近了，闻到一股辛辣的香味，这是山土辣椒特有的味道。我正要买，朋友大笑：你才进场就急着买，看你等下怎么背得动，前头好东西多的是。

小城集市丰富，一点不假。临近过年，平常山货加上年货，河畔一条街挤了个水泄不通。腊货、坛子菜、刚出土的沙参、热腾腾的擂茶、一堆堆草药、各种篾货、锄头扁担耙子铲子、大红灯笼、春联儿……目光所到之处，全是噗噗地冒着乡土气息的物品。一个竖着"理发八元"白底红字标牌的临时大棚里，坐满了老年顾客。一个竹篮子吸引了几个穿校服的小学生，竹篮子里酣睡着三只毛色不同的胖小狗。卖狗的大婶笑眯眯地说："这是正宗的中华田园犬呢，对主人最忠诚了，三十元一只。"几个孩子摸摸小狗，摊摊小手，表示没钱。大人们都笑了。

我蹲在一个老妇人的坛子菜前，一项一项地辨认。各种坛子菜紧紧挤在透明的瓶子罐子坛子中，紫的、白的、青的，依然带着蔬菜的清冽。拧开一瓶米白中夹杂着丝丝莹绿的坛子菜，浓郁的腌香裹着微酸扑面而来。我知道这是鲜爽可口的儿菜，拿一瓶塞进了背包。

一家挂着红灯笼的小店门前，围着挤弄不开的人。从人缝里瞧过去，原来是一位眼镜先生在泼墨挥毫写春联。不时有人拿着晾干了墨迹的春联喜滋滋离开。后来的人手里拿着折叠的红纸，踮着脚仰着头喊："请帮我也写一副！"原来是镇上有位字写得好的退休老师，来集市上免费为大家写春联。虽然网上有五花八门的春联随自己选择，可是那些机器写出来的字，哪里比得上眼镜老师亲自书写的染着墨香的春联呢？

在密集的地摊间，不时看到小簸箕里摆放着一把把老茶叶，这是做擂茶必不可少的原料之一。我找了一个中年妇女的擂茶摊子，要了一碗咸香味的热擂茶。"一日三餐饭，两钵擂茶"，这种以本地茶、芝麻、花生加生姜、紫苏等擂制而成的特色饮品，不仅是一张地方产业的名片，更是小城饮食的灵魂。新春佳节，小城谁家不做擂茶呢？一元一大把的老茶叶青凌凌的，将被本地人悉数收入篮中。

"朱村新集社前墟，有买鸡豚有买鱼。"我也像古诗里描写的那样，买了不少货物：新鲜的冬笋、结着红果的地茶、醇香的水酒、小巧的竹筛、火红尖椒、粗壮沙参……我提着抱着背着大包小包，在人群中兴奋地左冲右突。一个时尚的年轻女子迎面走来，肩上背着袋子，两手提着腊货和坛子菜，同样巧妙地避开人群的碰触。她的眼睛里像撞进了细碎的阳光，尽是止不住的欢喜。满街赶场人，满街流淌的市井烟火，满街飘逸的浓浓年味……

家乐汇

龙文辉

和谐的家庭，原不该刻板沉闷。一家人长期生活在一起，门窗紧闭，你看着我，我望着你，撬口不开，白天挣钱，晚上睡觉，风情物事概不沾边，纯粹熬日子，还有什么快乐可言。就像鱼缸长期不换水，迟早会浑浊变味。

妻向来性情随和，偶尔也会玩点幽默。下午场麻将鏖战正酣，才4点来钟的样子，牌刚码上手，妻郑重声明，打完这手就收工。牌友正在兴头上，说还早，再打几手。妻原则性超强，表示非收兵不可。众不解：又没啥大事，急什么咯？打完最后那张牌，妻推牌起身，说没法子，我得回家去"喂猪"。

众愕然：你刚说什么来着，喂猪？对头！我家那头笨"猪"可得好好养着，每月几千元的收益，按行市喂一头顶得几十头。有人先反应过来，立马笑得稀里哗啦。说：亏你想得出，有名堂，即便找了个笨老公，也不该这样子损人啵。

有人附议，说你家那位可真不笨好吧，还蛮精明能干的。妻故作委屈状，坦言那只是表象，在家里，看着莫气躁，袜子翻起穿，内裤前后分不清，反着套上去不算稀奇，还经常找不着换洗的衣物，你说，这样的老公，傻不傻，笨不笨？

玩笑归玩笑，话题扯开了，几个堂客你一句，我一句，各自把家里男人那些"典型事迹"倒腾出来，活灵活现地数落一番。老年活动麻将室一下乐翻了天，俨然在开故事会。

有人将故事当笑话在传，听闻，我只是笑，不言语、不掺和，心想，相比别人家男人，我貌似还行，并不落下风，某些方面好像还略胜一筹。比如隔壁家老张，看着像少根筋，炒菜，连盐都放不准，咸得要死，根本吃不得。我算是顶好的，无非偶尔会把陈醋当成酱油，但勉强还能下得去口。

小时候，一根扛肩上当枪棒使的竹竿不见了，我会将书桌抽屉翻个底朝天，外婆严重怀疑我脑壳有问题。可我不这么认为：我蠢，但只要我妈喜欢，就不用不劳众人劳心费神。

妻开门进屋，我还在伏案写字，低头招呼一声：就回来哒？看我一副埋头苦练、学无止境的样子，她随口应道：嗯咯，今儿个手气不行，想想还不如早点回家"喂猪"。明知这话里有话，可好男不跟女斗，都懒得搭理她。

平日里，咱老龙家风清气正，尤其民主风盛，老少平等，大凡调侃打趣，玩笑幽默都不介意，一家子和和美美，有说有笑，横直好玩，无所谓，谁都不会较真。是故，在这样的家里，我大抵是乐意成为一只"特立独行的猪"的。毕竟，我相信，谁都讨厌呆板无趣的生活。

孙女活泼调皮，跟样学样，常爱和爷爷掰扯。我喊她"伢崽"，她叫我"爷崽"，没大没小，往往把俺老人家逗得欢乐开怀。有时我也会装出一脸严肃，教孙女要学会懂礼貌，可人类幼崽，童言无忌，说，你喊我伢崽，我干嘛就不可以叫你爷崽？哎，这可如何是好——"秀才碰到兵，有理讲不清"。

"我时常回到童年，用一片童心来思考问题，很多烦恼就变得易解。"这话是王小波说的，我记得。

万家灯火

图虫供图

画里三匹马

陈惠芳

那是一匹马停了下来
时间凝固
那是一匹马一闪而过
时间飞快

便有万紫千红
三生万物，便有七彩
三匹马，红黑白

从无声到有声
用心灵聆听
暂时关闭眼睛
用眼睛聆听
暂时关闭耳朵

将春天踏成交响乐和小夜曲
或快，或慢
或前，或后
或左，或右
三匹马

三生万物，万马奔腾
三匹马，奔腾
两匹马，奔腾
一匹马，奔腾

再松手，马从宣纸上奔腾了下来
一松手，马奔腾到了宣纸上
仿佛，画家是一个操盘手

萧相诗会

制图/王斌

年货五花八门，小心老人孩子发生误食

出现意外后切勿自行催吐、洗胃，要尽快送医并带上误食产品包装

长沙晚报全媒体记者 杨蔚然 通讯员 谢佳玲 罗志勇

春节期间，不少家庭堆满了年货。在这些五花八门的零食及保健品中，有些是眼神不好的老人、不懂事的孩子容易混淆误食的。春节期间，湖南航天医院急诊科就收治了几名误食患者，其中有把"羊奶皂粉"当做"羊奶粉"冲泡并喝下的老人，还有把食品包装内的干燥剂当"调料包"食用的孩子，带来了意想不到的健康风险。如果吃错了东西能不能靠大量喝水解毒？正确的操作步骤是怎样的？误食后一定要洗胃吗？湖南航天医院急诊内科主任医师胡海燕进行了答疑。

78岁老人误把羊奶皂粉当"羊奶粉"

近日，78岁的刘爹爹冲泡并喝下了一杯"羊奶粉"，随后便出现上吐下泻、头痛胸闷的症状，被紧急送往湖南航天医院救治。医生询问并检查后发现，原来是老人误将"羊奶皂粉"当成了可食用的羊奶粉。所幸送医及时，经过对症处理，刘爹爹不适症状目前已逐步缓解。这起惊险的误食事件，给每个家庭敲响了安全警钟。

胡海燕介绍，刘爹爹喝下的羊奶皂粉，因包装上印有醒目的"羊奶""粉"等字样，老人误以为是可食用的羊奶粉，冲泡饮用后很快出现不适。

目前，市场上有不少用食品名命名的非食用性产品，初看让人感觉就是食品，而且包装设计花哨，容易让人混淆。尤其对眼神不好的老人、还不懂事的儿童来说，极易将它们误作食品食用。

胡海燕表示，各医院急诊、门诊中，这类误食事件并不少见。尤其是节假日期间，亲朋好友团聚，家中购有各种食物，误食风险就藏在我们身边。一旦发现家人有误食的症状，及时、正确的急救处理尤为关键。

4岁孩子把干燥剂当成了"调料包"

日常生活中，食品包装内的干燥剂极为常见。许多零食包装中，都会放入一小包干燥剂，以降低包装内湿度，防止食品吸潮变质。但这包不起眼的小东西，也可能带来意想不到的健康风险。

前几天，4岁的毛毛将包装内的干燥剂小袋误认为是"调料包"，与紫菜一起冲泡着吃。孩子妈妈介绍，吃下去后，毛毛直喊咽喉痛得厉害，随之而来的是剧烈的黏膜灼伤、水肿和胸闷、呼吸困难，家人连忙将他送到医院。经过开放气道、吸氧、抗炎、抗水肿、抗感染、祛痰等治疗过程，医护人员10余小时的抢救后，毛毛才转危为安。

干燥剂常被误认为是食品或药品，低龄儿童因好奇拆开包装易导致误食，高龄老人也可能因视力或认知问题将干燥剂当药品误服。误服干燥剂，轻者无毒无害，重者可能造成食道烧伤，甚至危及生命。

胡海燕表示，因误食干燥剂引发的意外事件，在急诊内科也不少见，很多人都不知道怎样正确处理。

市面上常用的食品干燥剂，包括生石灰干燥剂、氯化钙干燥剂、硅胶干燥剂、三氧化二铁干燥剂等。家长要教孩子识别干燥剂，懂得干燥剂有害，不能食用，不能接触到眼睛、口鼻、皮肤，更不能放入水中。每次打开物品时，特别是拿给孩子吃的零食，都要仔细检查，看是否含有干燥剂。如果存在干燥剂，应立即丢弃，避免遗留在孩子能触及的地方。在选购商品时，尽量选择不含危险成分的干燥剂（如硅胶干燥剂），并优先考虑有防拆设计的产品。

发生误食后不能自行催吐或洗胃

如果发生误食，第一时间怎么做？胡海燕给出了四条急救建议：

一是立刻停止吞咽，及时清除口腔内的残留物质，避免继续摄入；

二是切勿自行催吐、洗胃，尤其是误食皂粉这类碱性物质，催吐和洗胃可能造成二次灼伤食道、咽喉，还可能引发吸入性肺炎，加重身体损伤；

三是立即拨打120急救电话，尽快送往最近的医院急诊科就诊；

四是记得带上误食的产品包装，方便医生快速判断成分、毒性，精准制定急救方案。

催吐和洗胃这两种方式，应严格遵循医生的专业指导来操作。比如误服时间较短且患者意识清醒，可尝试用手指刺激喉咙或舌根进行催吐，不过这一过程需要在医生监督下开展；而当误服量较大，或者催吐效果不理想时，尽快前往医院进行洗胃才是正确的选择。

有些人在误食后，习惯性大量喝水，认为可以冲洗掉毒素。胡海燕表示，在中毒初期且误服量较少的情况下，适量多喝水有助于稀释误食食物在体内的浓度，加速排毒进程。而在有些特定状况下，医生会指导使用特效解毒剂，严重中毒患者则可能需要进行血液净化治疗。

总之，不小心误食后，采取正确及时有效的急救措施至关重要，要以保障身体健康为核心原则，必要时及时求助专业医疗力量，将伤害降到最低。

非食品类用品与食品要分开存放

很多人会有疑惑，上述误食者刘爹爹为什么没有进行洗胃处理？胡海燕表示，并非所有误食的情况都适合洗胃，选错时机或盲目操作，会适得其反。

洗胃最佳时间，一般在误食后1小时内效果最好，若超过6小时，毒物成分大多已进入肠道，洗胃的意义并不大。

有些情况则不适合洗胃，比如误食强酸、强碱等腐蚀性物质，洗胃会加重消化道黏膜的损伤；误食者出现意识不清、抽搐、昏迷等情况，洗胃易引发窒息；本身有严重心脏病、食管静脉曲张、胃溃疡出血等基础疾病的人群，也不宜洗胃。

若经医生判断需要洗胃，洗胃后也会根据患者情况，给予保护胃黏膜、补液、解毒等后续治疗，并密切观察患者病情变化，确保其身体恢复。

胡海燕提醒，生活中，我们不仅要自己提高警惕，分辨清楚食品与非食品类产品，更要多提醒家中老人和孩子，看清产品名称和使用说明后再使用。同时，也建议大家将清洁剂、皂粉、消毒液等非食品类用品与食品分开存放，将其放在老人和孩子不易接触到的地方，从源头避免误食事件的发生。

"意外往往发生在疏忽之间，掌握正确的急救知识，做好日常防范，才能守护好家人的安全和健康。"胡海燕如是说。

腰酸腿软易抽筋？护肾强骨双管齐下

长沙晚报2月23日讯（通讯员 胡文孝 全媒体记者 徐媛）62岁的张阿姨近段时间频繁腰酸、腿软，夜间小腿抽筋常疼醒。她认为是肾不好、气血虚导致，但服用各种"补肾"药物后，症状却没有缓解。湖南中医药大学第一附属医院肾脏内科副主任医师汤毓介绍，张阿姨是糖尿病肾病患者，出现腰酸腿软、抽筋时，往往认为是肾不好导致。肾功能下降确实会造成气血不足，引发腰酸乏力，但她的症状持续加重，核心问题是合并了骨质疏松。

通俗来讲，肾脏就像身体的"维生素D加工厂"，肾功能下降后，"加工厂"效率变低，无法正常吸收钙，骨头里的钙就会慢慢流失、变"脆"，进而出现腰酸、腿软、抽筋的症状。很多糖尿病患者和张阿姨一样，只关注护肾控糖，却忽视了骨骼健康，不仅加重症状，还会增加骨折风险，而肾不好的人骨折后更难恢复。同时，长期吃降糖药、降压药也可能间接影响骨骼代谢，让骨质疏松来得更早。所以，频繁出现腰酸、腿软、夜间抽筋，别只关注肾功能好不好，一定要及时排查骨质疏松。

中医常说"肾主骨生髓""脾主运化"，简单说就是肾滋养骨头、脾吸收营养，两者配合，骨头才结实、肌肉才有劲。因此，中医调理的关键是补脾肾、补气血，让筋骨重新得到滋养。

汤毓提醒，腰酸、腿软、易抽筋，是糖尿病肾病和骨质疏松的"双重警报"，做好以下四点，症状就能慢慢缓解——

查清原因，不盲目调理。到医院查肾功能、钙磷、维生素D和骨密度，明确骨质疏松程度，让医生制定调理方案。

中医调理，温和养脾肾。在中医师指导下，平时可适当吃山药、黄芪、枸杞、杜仲，煲汤煮粥均可，能补脾肾、强筋骨；抽筋频繁者可温水泡脚后按摩小腿，别随便买补肾补钙保健品。

饮食兼顾三方。遵循"控糖、护肾、补骨"原则，少吃高盐、高糖、高蛋白食物；适量吃牛奶、豆制品、深绿色蔬菜补钙和维生素D，避免过量加重肾负担。

适度运动，规律作息。散散步、打太极拳即可，避免剧烈运动和弯腰负重；保证充足睡眠，规律控糖控压，减少对肾和骨骼的损伤。

同城通 分类信息
生活资讯全搜索 为您服务全天候
电话:0731-82205305
Q Q:800083498
微信:长沙同城通
刊登资讯不出门 手机平台服务您
公告类:60元/行 资讯类:50元/行 正文13字/行
标题限9字以内(占2行) 套红加收20% 套彩加收30%

公告声明

机动车专场拍卖公告

我公司定于2026年3月4日、6日、9日、11日、13日、16日、18日、20日、23日、25日、27日、30日9:30及14:30起以网络拍卖方式对一批机动车进行拍卖，网址为：www.paicheji.com拍车集。竞买人请在拍卖会开始前1小时完成拍车集用户注册认证并缴纳竞买保证金，逾期办理的将不保证其参拍资格。现场报名咨询及展示时间：2026年3月2日-3日、4-5日、7-8日、9-10日、11-12日、14-15日、16-17日、18-19日、21-22日、23-24日、25-26日、28-29日(9:00-17:00)。地点：中南汽车世界二手车市场N08栋等(各地车辆展示地点详见"拍车集"微信公众号)；咨询电话：13574101977、84167629。

湖南赛德拍卖有限公司

作废声明

湖南省绿林建设集团有限公司衡阳市雨母大道建设工程项目部技术专用章(4301021024 9264)，即日起声明作废。

印章注销声明

湖南烟村生态农牧科技股份有限公司名称变更后，原印章(含公章、财务章、合同章等所有以原公司名称刻制的印章)即日起注销。特此声明，不再使用。

催款通知

周凯致张羽(43010419640821 3092)的催款函：张羽于2014至2017年向周凯借款236万元，至2025年12月31日根据双方借款协议，张羽仍欠本息591万元及违约金，请即刻还债。