

19

为了去西藏



以一种更纯粹的方式去探视西藏

张毅中专毕业后,没有像父亲和姐姐一样,在安徽宿州老家当教师,他要当兵。

他当兵时有三个地方可以选择:北京、湖北、西藏。父母不同意他当兵,告诫他如果当兵,只能去北京,坚决不能去西藏。

可是,张毅当兵就是为了去西藏,他觉得歌曲中的西藏多么美好啊!

他在驻拉萨某部当过装甲步兵、通讯员、文书。后来他发现,部队大学生在地方特别受欢迎,就报考了陕西咸阳西藏民族学院。

在西藏有这样的说法:西藏大学是藏族人的北大,咸阳西藏民族学院是藏族人的清华,中央民族大学是藏族人的哈佛。

很快,张毅的组织能力和高情商就体现了出来。早在老家上中专的时候,他就是一名党员,部队生活经历更使他如虎添翼,他不但当上了经济系团支部书记,还当上了系学生会主席。2004年他大学毕业,同学们为他过25岁生日时,政法系学生会主席赵晓琴也在过生日,本来就情意绵绵的两个人惊喜地发现,两人竟然同年同月同日生!

部队大学生毕业后要被分配到西藏最艰苦的地方,那曲、阿里是西藏七个地区中最艰苦的两个地区。张毅来到阿里,被分配到噶尔县工作。到了阿里以后,他发现人们对阿里的传说基本属实:省一样大的面积,乡镇一样少的人口,搞着现代化建设,过着原始人的生活。

女友赵晓琴本在拉萨八一学

校上班,爱情的力量促使她放弃了拉萨的生活,追随张毅前往阿里。从拉萨出发,车才走到措勤地界,她就泪眼蒙眬了。高处是雪山,低处是戈壁,一望无际,寸草不生,哪里是尽头?哪里能生存?到了县城,她终于打通了张毅的电话,一听到张毅的声音,她就大哭不止。

两人终于在清澈蜿蜒的狮泉河畔牵手,艰苦的环境让他们更懂得珍惜,更知道生命的价值。2008年6月6日,赵晓琴在山东单县老家,生下了一对双胞胎女儿。两个天使般的女儿,跟张毅的父母生活在安徽宿州。

张毅家已经是四世同堂,耄耋之年的爷爷,退休在家的父母,聪明伶俐的女儿都生活在老家宿州,唯独顶梁柱张毅和妻子赵晓琴工作、生活在阿里。小两口把一双女儿的照片制作成一幅巨大的贴画,贴在客厅的墙上,一进家门就能看见。

30岁刚出头的张毅和赵晓琴,与众多的阿里同龄人一样,工作勤奋,朝气蓬勃,逐渐成为阿里干部队伍的中坚力量。张毅刚从阿里地委调到昆沙乡挂职锻炼,妻子在昆沙机场公安处担任主任职务。

偶尔,我在狮泉河镇的街道上碰见他们俩,打过招呼后,转过身去,看着他们渐行渐远的身影,我总觉得这两个人中间有些空旷,似乎缺些什么……

我认识的另一个人阿旺多吉,他给人一种寡言少语的感觉。

其实不然,这主要看他跟谁什么人在一起。比如,他跟妻子仇妮在一起时,就不大说话,只笑眯眯地看着妻子说个不停;他跟我说起家乡樟木,却滔滔不绝,总是意犹未尽的样子。

阿旺多吉的长相不同于藏族人,也不同于汉族人,个头不算高,指甲盖儿呈粉红色。30岁的他头发浓密,但白发不少。

原来,他是夏尔巴人,家在樟木口岸。因为家里只有他一个小孩,喇嘛是藏族人,就给他取了个藏族名字。阿旺多吉在藏语中是珍贵宝石、宝贝的意思。他从小在中国和尼泊尔交界的地方玩耍,结交了许多尼泊尔伙伴。平时,他喜欢吃米饭,不用筷子和勺子,而是抓着吃。他认为尼泊尔大米比内地大米细腻好吃。

(摘自《阿里 阿里》杜文娟 著)

长期伏案易眩晕,按按后脑压痛点

18

症状:眩晕。

偏方:在枕骨下寻找明显的压痛点,在压痛点用力揉搓,可起到立竿见影的效果。

前几天,我接诊了一个姓张的男性患者,他今年29岁,是电脑程序员。前一段时间,公司要赶编一个程序,他忙得团团转,经常连续四五个小时坐在电脑前。一天早上,他正准备起身取水,突然一阵眩晕,差点儿跌倒在地上,旁边的同事急忙扶他到沙发上休息。

躺了一会儿,他感觉好一些了,就继续工作,但只要转头、低头或者仰头时动作稍微快一点儿,就会有明显的眩晕感。动作慢或者颈部不活动时,则没有这种症状。他很着急,便请假来医院就诊。

听了他的描述,我问他目前是否还有眩晕症状。张先生试着转了下头后,马上闭上眼睛,连说头晕。他问我这是因为过度疲劳引起的,要不要打营养剂补一补。我告诉他这不是问题的关键,他这是典型的颈性眩晕,要治疗很容易。

我让他背对我坐好,在他的双侧枕骨下缘按压,找到明显的压痛点后,在那里用力揉搓了数下,让他再转头活动,他试着转了几下,又仰头、低头了几次,告诉我眩晕感消失了。

我向张先生解释,中医对此病的治疗看上去神奇,其实道理并不难理解。中医经络学认为,人的枕骨下缘有少阳经、太阳经、督脉等多条经络通过,长期伏案工作,颈部长时间保持同一个姿势,会使气血流动不畅,从而导致枕骨附近的经络经气壅塞,一旦经络不通,就会引起眩晕。

从现代医学的角度看,在枕骨下缘有好几条颈肌连接于此,长时间伏案工作,颈肌长时间保持固定姿势,会使枕骨下缘的颈肌发生痉挛,甚至产生损伤、组织粘连,挤压并刺激局部神经感受器。患者在转头时,这种挤压会变得更加强烈,导致神经感受器发出明显的神经信号,传入枕骨附近的脊髓神经,再通过复杂的神经传导机制,干扰分布在颈动脉血管上的神经纤维,使颈动脉血管发生收缩,导致大脑缺血缺氧,这样就产生眩晕感了。

有些情况下,神经信号不会导致椎动脉血管收缩,而是直接上传至大脑神经中枢,神经中枢会误认为这是个眩晕的信号,便导致眩晕



症状发生。这种情况在临床上被称为颈性眩晕。

值得一提的是,很多人认为颈性眩晕是由颈椎骨质增生或者腰椎间盘突出引起的,需要照X光片或者CT、MRI,这其实是个误区。根据我的临床观察,颈性眩晕95%以上都与颈椎骨质增生或腰椎间盘突出没有关系,只是由于颈肌或其他软组织损伤导致的。

在枕骨下寻找到的压痛点,实际上就是颈肌痉挛或者出现组织粘连的地方,在此进行揉搓,能够起到迅速放松痉挛肌肉、解除粘连的效果,从而解除对局部神经感受器的挤压和刺激,自然能够达到立竿见影的效果。

张先生问枕骨下缘的压痛点在哪个位置,我告诉他,常见的位置在风池穴、风府穴,但因人而异,更多情况下它并不在某个固定穴位,每个患者的具体情况都不同,所以最好在枕骨下缘从左至右仔细寻找,只要在找到明显的压痛点后用力揉搓就能见效。

中医有句老话叫“治病无定穴”,意思是说有时治病不要拘泥于某个穴位,而要根据患者的具体情况,进行个体化治疗,治疗颈性眩晕就属于这种情况。

渐渐地,我和张先先生成了好朋友,他经常带同事、亲戚来找我看病。有一次他告诉我,前几天他和部门领导出外办公,领导在车上突然觉得头晕,他立即用了我说的方法进行应急处理,很快就让领导的头晕症状消失了。

(摘自《很老很老的老偏方,职场疲劳一扫光》朱晓平 著)

小偏方解决大问题

副刊

电话:65233687

职场资讯

订版热线:63232112 63232113 63232133

单位招聘

●深圳常年招公交司机 63310955

个人求职

- 会计师兼记账报税 15036730779
- 双赢会计师求兼职 13526935658
- 会计师兼记账报税 13949218310

劳务输出

- 信达办各国出国劳务 64853058
注册号:410305120022348
- 农力招各类出国劳务 63332891
注册号:410303120010313
- 海陆招各类出国劳务 64390263
证书编号:LT410020090028
- 威通招各类出国劳务 64917810
注册号:410300120043830
- 佳的招各类出国劳务 68612836
证书编号:Lw410020080002

交通资讯

订版热线:63232112 63232113 63232133

汽车租赁

- 广嘉汽租 64230197
广嘉新车 车全价优 64229951
要租车找广嘉 13698829222
- 好运汽租 60178888
车新价优包月优惠 18337980999
- 聚和汽租 64837955
- 笑笑汽租 64858818

- 万嘉汽租 64978111
- 舒达汽租 63269518
- 飞盛汽租 64882555

- 众翔汽租,新车价优 63396899
- 鑫华租大客及班车 13598160838

友情提示:本栏目仅为信息提供和使用的双方搭桥,信息内容的真实性、准确性以及由此产生的后果,由信息提供者负责。您使用这些信息时,请注意查验各种相关文件和手续。