

# 外婆的味道

■陆丽娟(财政所)

记忆中的外婆身上总是散发着一股迷人的香味。因为外公是国营单位的正式工人,生活条件比常年生活在农村的那些人要相对好些。冬季来临的时候,农村的天气是很干燥的,外婆喜欢涂抹一些雪花膏,可以缓解寒风对皮肤造成的伤害。那是外婆的味道,也是我对香味的特殊记忆,好香、好香!外婆比我大了整整4轮,我对这个香味有记忆的时候,外婆大概才50几岁,如今,外婆已经90多岁高龄了,依然钟爱她的雪花膏。

外婆的这个雪花膏,我一直不知道它叫什么名字,也一直没有仔细研究过它的出处,但它的外形及特有的香味一直深深地烙在了我的脑海深处。就在前几年,我在逛超市的时候,突然在一个日用品的货架上发现了它,居然还有一些小激动。事隔30多年,我依然还能一眼认出,那个熟悉的白色小瓷瓶,外加一个绿色的小铁盖,这不就是外婆喜欢的那个雪花膏吗?这应该是我儿时对这款雪花膏最初的记忆。这个雪花膏

在化妆品品牌层出不穷的今天依然还在销售,足以证明它可以存在的价值,其实它就是七十年代末期由上海家化生产,主要是以出口为主的护肤产品——上海友谊雪花膏。老上海的货,光洁的白瓷瓶配上果绿色的铁盖子,瓶身中央还有一个小小的拱形凹槽,上面贴着烫金商标。成分主要有纯净甘油、硬脂酸和香料等,膏体既香且白,能滋润皮肤,抵御风寒刺激。这是一款能滋润皮肤、抵御风寒刺激、四季皆宜的日用护肤品,更

重要的是它不含激素,对皮肤不会产生任何的副作用。值得一提的是,冬天还能当护手霜用。或许现在的年轻人不一定喜欢它,但上了年纪的人始终把它当作宝。

不知出于一种怎样的情感,我毫不犹豫地到货架上拿起它放在购物车上买了回去。回到家后我就急忙打开了,拿起小瓷瓶闻了闻,还是那个记忆中的香味。小时候,我会不定期地去外婆家小住。早上起床后,外婆洗完脸然后给我洗。洗完脸,外婆



会先给自己涂抹一些雪花膏,然后给我也涂一些……可能从那时起,我就对这款雪花膏产生了特殊的感情,我也把这种香味定义为外婆的味道。



## 冷空气来袭 请收下这份暖心小贴士

近日迎来了二十四节气中的“小寒”节气,时值二九、三九时期,冷空气活跃频繁,气温骤降可引起多种疾病,专家提醒,尤其重点人群需做好相应防护。

西,应要警惕,这些很可能是“中风”的表现,即使能好转,也可能再发作并加重,都应尽早到医院检查。

东风主任提醒,感冒容易引发心肌炎,因此感冒期间如果出现胸闷胸痛、心悸、气短等症状,很可能是发生了心血管疾病的前兆,应及时就医。

姿势极易造成腕关节肩关节的骨折。另一种常见的摔倒姿势就是屁股向后坐,对于年纪大一点的人来说,会导致髌骨骨折,包括股骨颈骨折及股骨粗隆间骨折,严重者甚至引起腰椎粉碎性骨折和骶尾骨骨折。

### 低温取暖防中毒

低温天气里取暖设备使用频率大大增加,如果没有正确使用燃气热水器、煤油取暖器等,有一氧化碳积聚可能。因此,使用这类的取暖设备一定要注意居室通风,不要再密闭的室内使用炭类或者煤气烧烤或加热工具,保持室内的通风,以防一氧化碳中毒。(公利医院)

### 言语不清防中风

公利医院急诊科郭东风主任表示,寒冷天气会令人体的血管收缩,痉挛,在冷空气骤然刺激下,机体会出现交感神经兴奋,造成血流加快、心率加快、血管的外围阻力增加,可能会导致血压升高或血管堵塞等。

### 做好“三件套” 牢记“五还要”

冬季也是呼吸道疾病多发时节,尤其对儿童、老年人来说是一另大考验。低温、寒冷刺激呼吸道,老慢支肺气肿更容易诱发。此外,每年的普通感冒、流行性感冒也在此时开始密集发病,再加上新冠疫情在国外流行、国内仍有散发病例,更加需要注意个人防护。

### 道路结冰防跌倒

低温易导致道路结冰,容易引起摔伤。所以平时注意减少外出,遇到结冰路面要像企鹅一样走路——双脚不停地小步向前走路,外八字是最好的。保证自身重心在脚下,步伐短,曳步走。

顺势滑:双手收回或平伸,顺着力量向前滑,顺势向前滑。

缩团滚:双手护住头面部,缩团,顺着力量向前或向后、向左、向右滚。用身体整个侧面来着地,增加受力面积,减轻摔伤的程度,尽量不要用手直接来支撑地面。

但如果遇到紧急情况,摔倒无法避免,来不及作缩团滚的动作时,双手着地比起髌部着地情况要好得多,因为髌部发生骨折时很容易危及生命。

### 诗歌欣赏

#### 我们心中的红太阳

■谭燠(绿洲四居)

听!  
我们有多少的回忆,  
歌声里充满深情厚意,  
浏阳河,湘潭县,  
心中想念毛主席。  
看!  
我们跨入古稀花甲,  
歌声里飞出无限欢笑,  
歌颂领袖歌颂党,  
人民幸福家乡好。  
听!  
高唱我和我的祖国,  
歌声里跳动母亲脉搏,  
如大海,似浪花,  
永远给我碧浪清波。  
看!  
一个不少实现小康,  
歌声里有我们的中国梦  
不忘初心,牢记使命,  
马不停蹄继续新征程。

## 全面推进“数字化转型”工作

为保障疫情期间安全就诊,缓解就诊等候时间,避免人员聚集。医疗付费“一件事”和“数字化转型”工作作为上海“一网通办”重点推进项目,同时也是上海市卫生健康委2021年重点工作之一。

为让高行居民享有医疗付费“一件事”建设成果,体验安全、便捷、免排队的无感支付,疫情期间也便于减少排队环节、降低风险,高行社区卫生服务中心党支部在门诊成

立了“党员志愿服务岗”,帮助就诊居民完成就诊新体验,当使用随申码或者电子医保凭证在窗口和自助挂号机上挂号后,可以在诊室直接完成收费;用智能手机在家就能轻松完成预约,利用候诊时间,通过微信扫码“智能问诊”,描述本次就诊需求,可以大大减少就诊等候时间。

数字化就诊新模式,要让社区患者完全接受还需要一个过程,在我们党员志愿者的努力下,中心的“无感支付”和精准预约工作取得了很大的进步。(社区卫生服务中心)



### 美图欣赏



### 继续开来

■李忠兵 摄

