

情趣·健康桥

白头翁

| 王金大 文 |

除了麻雀，白头翁是我见到最多的鸟。

8月上半月在充山疗养院疗养，在房间向外眺望，湖景山色尽入眼帘。一只白头翁从湖边的枫杨树上飞来，落到前楼楼台上，探头探脑四处张望，然后，叽里呱啦地叫唤着。长着同样面孔，穿着同样花色衣裳，操着同样调门的白头翁，于是成群结队地飞了过来，扑啦啦落满了楼台。我搞不清它们谁与谁的关系，也听不懂说的什么，但可以看出它们之间是真诚相待友好相处的。

白头翁是喜欢热闹的鸟类。生活的地区非常广泛，据资料记载：“它的学名叫白头鹎，又名白头翁，我国台湾叫白头壳子，属雀形目鹎科小型鸟类，鸣禽，为冬季北方南迁的候鸟，平均寿命10—15年。常见于东亚、我国台湾、长江南部的大多地区。性活泼，不畏人。食昆虫、种子和水果，属杂食性鸟类。雄性胸部灰色较深，枕部白色极为清晰醒目，雌鸟浅淡些。”

清晨，我被叽里呱啦的叫声吵醒

了，打开手机，刚好5点。拉开窗帘，站在阳台上向前方望去，被眼前的一幕惊呆了！不知其数的白头翁，扇动翅膀，上下翻飞，在离湖不远的枫杨树上空落叶般翔舞。没有刻意安排，没有雷达导航，却互不碰撞。一会儿飞向湖面，一会儿又飞回到树林上空，叫唤声不绝于耳。在它们下面，数不清的蜻蜓也在飞翔，我不知道白头翁是冲着蜻蜓而来，还是在参加有意义的晨练？白头翁越聚越多，黑压压地在枫杨树上空盘旋。蜻蜓似乎有些害怕，总是想方设法躲避它们，也许白头翁们在进行一场狩猎？奇怪的是面对这么多的猎物，却未见它们捕捉一只蜻蜓，这难道是一场比拼飞翔技巧和能力的比赛？还是在举行白头翁世界特有的仪式？百思不解。

经多天的观察发现，白头翁的群体活动是有规律的，清晨和傍晚是它们集聚活动的时间段。在充山疗养院，白头翁总是在清晨第一缕曙光照耀前，用悦耳的叫声把我从睡梦中唤醒。我会在它们团队的欢快乐曲声

中起床，然后，在楼顶平台上晨练，享受清晨的好时光。傍晚，晚霞映照在湖面上，它们会边歌边舞，送走劳累了一天的太阳，我也会听着它们美妙的叫声在院中散步。然后，在它们窃窃私语中进入梦乡。

湖边那几棵老枫杨树，还真有些老牛护犊的模样。枝叶繁茂，宽大的树冠不仅能为鸟儿们遮风挡雨，而且是它们对付天敌的保护伞。那天，我坐在房间，隔着玻璃门看白头翁们在前面楼台蹦跳歌唱。突然，它们展开翅膀，惊恐地尖叫着扑向老枫杨树，扑啦啦地钻进枫杨树冠。我觉得好奇，走到阳台上张望，一只老鹰在充山上空翱翔，我明白了白头翁刚才惊慌失措的原因。

我家小院西南角有棵桂花树，院外是一大丛竹子。阳春三月，风和日丽，也是白头翁情窦初开的季节。院子里来了一对白头翁，不是在围墙上就是在电线上蹦来跳去，起初我没在意，看到它们老是往桂花树里钻，留心观察，发现茂密的枝叶下有个鸟

窝，窝里四只光溜溜的小鸟。那段时间，白头翁觅食非常辛苦，既要填饱自己肚皮，还要抚养儿女。流浪猫来院里，白头翁都会发出尖锐的叫声，我会帮助把猫赶跑，让它们安心抚育后代。

今年，我在院子花盆里种了黄瓜。由于肥料充足，瓜藤爬得老长，藤上开满了喇叭状的黄花，雌花后部是嫩嫩的瓜纽，我期待着品尝自己种植的绿色蔬菜。去老家陪伴父母，也没忘记交代家人施肥浇水。回来后去院里一看，黄瓜藤依然茂盛，只是见花不见瓜，仔细观察，黄瓜被啄食得不成样子。

那天，我无意中发现了秘密：一对白头翁站在围墙上，左瞧瞧，右瞧瞧，互相嘀咕了几声，然后，“倏”地飞到黄瓜藤架上，脑袋滴溜溜地转了几下，没有发现危险，便放心大胆地啄食起黄瓜纽来。我没有去干扰它们享用这鲜嫩的美食，因为它们曾经是我的“邻居”，邻里之间应该互相照应，和睦相处。

众生·人民路

怀念姚荷生先生

| 邓君曙 文 |

不久前在当当网上买到了云南人民出版社2018年重新出版的《水摆夷风土记》，作者姚荷生。书名和作者都很熟悉。上世纪60年代初，我就读于南京医学院医学系（南医大前身），姚先生为我班讲过遗传基因的课。平时《医用生物学》，是由一位戴眼镜的女讲师授课的，那天令人奇怪的是来了好几个老师。只见一位身材魁梧的长者，被几位老师簇拥着走进教室。后来，同学们才知道这位长者就是姚荷生教授，他是南医统战部部长、教务处长。这是我第一次和他见面。这堂课讲得非常精彩，至今我还记得他在讲人类46条染色体时，用南京灵谷寺灵谷塔之中螺旋式扶梯来比喻染色体内部两条呈螺旋状结构的染色丝，通俗形象，易于理解。

姚荷生先生1938年清华大学（当时并入西南联大）生物系毕业后，

留该校农业研究所工作。同年12月，受邀参加云南省建设厅组织的“边疆实业考察团”赴西双版纳。调查组在西双版纳的车里（今景洪）、佛海（今勐海）、南峇三县作了两个月的调查就匆匆返回昆明。而姚荷生却对这里淳朴好客的傣族（原称水摆夷）人民着了迷，不顾同事的劝说，毅然独自留下。其间“往返各地，投宿夷家，衣其服，甘其食，听传说于乡老，问民俗于土酋，耳目所及，笔之于书，日积月累，居然成帙”（该书《自叙》），写成《水摆夷风土记》一书，于1948年在上海大东书局出版。此书一面世，就得到我国著名社会学家和民族学家费孝通教授的重视，赞誉姚荷生先生是当今进行少数民族社会调查，特别是对傣族历史文化研究的第一人。

1971年我在镇江地区医院（江滨医院）内科工作。有一次到大市口大

西路上的家老菜饭馆午餐，突然看到一位着旧中式棉袄的长者，这不是姚先生吗，我立即过去，恭敬地轻声叫了一声：姚处长。姚先生迷茫地抬起头，微笑着望了我几眼，我并不奢望他能认识我，他的学生太多了，我只是想表达一下内心对这位有士大夫风骨的老师敬仰……这是我最后一次与他

见面。我买的那本《水摆夷风土记》的扉页上有几行字：“姚荷生（1915—1998），江苏省丹徒县人，1938年毕业于清华大学生物系，并留该校农业研究所工作。著名医学家、人类学家。”简约得连相片都没有。

今年是姚先生诞生106年，谨以此文表示学生深深的怀念！

贝壳口腔术业有专攻
——4颗植体就能恢复半口缺牙

缺牙对于老年人来说算得上是较为普遍的事情，从缺一颗牙到缺多颗牙，最后导致半口、全口无牙的案例不在少数，为了让更多锡城缺牙老人早日种上好牙，贝壳口腔全城征集半口/全口种牙案例，并推出诸多种牙福利。

一日重建半口/全口牙
费用更省、时间更短

种植牙稳固美观，咀嚼功能强，但对于半口、全口缺牙的患者来说，想做种植牙却要面临两大问题：一是由于缺牙时间长且颗数多，牙槽骨可能已经萎缩，种牙难度大；二是从植入种植体到戴牙、用牙至少需要3-6月以上的等待期，对本就已经咀嚼困难、迫切需要改善的患者内心来说有点焦虑和无奈。

有着种植牙丰富经验的贝壳口腔在这方面有着引以傲娇的特长。贝壳口腔的种植主任张亚亮说：“半口、全口缺牙患者适合选择‘超微创半口/全口种植’，患者若在本院就诊，采用该方法仅需4或6颗种植体就能修复半口牙，更重要的是种完牙当天就能吃东西。”

无需翻瓣、缝合 创口仅米粒大
传统的种植牙需要切开牙龈，拔

除残根缝合，等牙槽骨长好以后，才能再次切开牙龈植入种植体，因为怕多次切开牙龈会很疼，导致很多人一拖再拖不敢种牙。

贝壳口腔的“超微创半口/全口种植”，无需翻瓣、缝合，仅米粒大小的创口，便可植入种植体，比拔牙的创口还小。种牙前，会通过口腔CBCT对患者牙槽骨的高度、宽度、厚度及密度等进行三维立体扫描，获得准确的数据。

贝壳口腔为每一颗种植牙负责

俗话说“三分治七分养”，种植牙作为使用频次高、年限长的“必需品”，术后保养也很重要。市场上有些小机构推出的低价种植牙往往没有包含术后维护，等种植牙出了问题再修复费时耗力。所以种牙一定要找有资质、规模大、成立时间长、口碑好的大型口腔医院。

贝壳口腔为无锡本土口腔医院，是社区化口腔连锁机构，能让患者享受全数字化医疗体验，与此同时建立完善材料质保及术后维护体系。当患者种植牙修复完成后不仅会按时提醒患者定期到医院进行必要的维护和保养，真正为无锡市民提供完整的植牙全程贴心跟踪服务。贝壳口腔为每一颗牙齿负责。（小卜）



生命在于运动

插画

戎锋