

# 开心、安心、放心

## ——山西小麦主产区夏收见闻

新华社太原6月19日电（记者王怡静 许雄）正午的太阳将金灿灿的麦粒晒得温热。山西省运城市闻喜县户头庄村村民杨超杰蹲下身来，抓起一把麦粒，拾起一颗，用力一咬，“嘎嘣”一声：“嗯，这麦子已经晒得差不多了。”

杨超杰家种了6亩小麦，几天前刚收完，总共收了四五千斤。趁着天气晴好，将麦秸筛出来后，杨超杰将麦子晾晒在了户头庄村村委会的院子里，给院里铺上一张金灿灿的“小麦毯子”。

掐一把麦穗放在掌心，两手轻轻揉搓，呼一口气吹掉麦壳，把麦粒放进嘴里咀嚼，阳光、土壤的味道借着原生态的麦香一股脑儿地涌进身体，沁人心脾。素有“山西粮仓”之称的运城市，小麦种植面积和总产量均占山西全省的一半以上。夏收时节，行走在这里的田间地头，记者感受到了农民丰收的开心、晒粮有保障的安心、抢收进度的放心。

“麦子收完以后可以直接晾在自家

的院子里和家门口。我家总共11亩地，亩产能到七八百斤。”闻喜县辛村村村民杨克尊笑呵呵地对记者说。

闻喜县农业农村局负责人郭武生说，麦子成熟了，不仅要收好，也要晾好。为此，闻喜县提出，各乡镇政府、村委会打开大门，给村民提供晾晒粮食的场地。

今年夏收期间，天气不稳定。夏收开始后，山西全省组织3000余名干部、专家在田间地头开展夏收服务工作，调配各类收割机1.5万台，尤其是精准跨区调

度履带式收割机，保证小麦及时抢收。在运城等地，出现了“挑灯夜战”“龙口夺粮”的场景。

“今年小麦成熟晚，但预计6月20号以前我这承包的2400亩小麦就能收完了。”运城市夏县王学家庭农场负责人谷王学对记者说，“6月10号左右麦子刚成熟的时候，天气预报说有雨，我们是昼夜不停抢收，生怕麦子烂在地里。经过1周高效率的抢收，现在的进度很快，不需要昼夜赶工了。这一轮小麦收完以后，我们就会种上玉米。”

拨禾轮翻卷，收割机扬起金色的粉尘，机声隆隆中，不一会儿，田地里就只剩下了一茬一茬的麦秸。

“足蒸暑土气，背灼炎天光。力尽不知热，但惜夏日长”。1200多年前，白居易有感于农民劳作的辛苦，在《观刈麦》中以这样的诗句描述夏日农民收获的场景。科技发展，日新月异，现如今麦田里一辆辆大型农机代替人工劳作，大部分的农民都不需要挥着镰刀在烈日下劳作，收获效率大大提高。

运城市夏县的农机手李新荣对记者说：“今年出租农机能赚个三四万块钱。开农机累是累点，但又有收入，又能帮乡里乡亲们解决收麦子的难题，即便累我也挺高兴。前段时间各县抢收小麦，我也到处帮忙，这会儿就差零星几个村没收完了。”

据山西省农业农村厅数据，截至6月18日，全省已收获小麦685.41万亩，收获进度达82.9%。



在山西省运城市闻喜县，收割机正在进行收获作业。新华社 王怡静 摄

# 美味粽子小心吃

晋中市第一人民医院消化科 李晓妮

## 作者简介

李晓妮，晋中市第一人民医院消化科主治医师。曾在“青年导师杯消化道早癌&超声擂台赛”山西中部赛个人赛中荣获二等奖；“山西首届消化内镜医护一体降本增效技能大赛”中荣获三等奖；擅长消化系统常见病及疑难危重病例的诊断、治疗，可熟练掌握胃肠镜检查以及内镜下的相关治疗：内镜下食管胃静脉曲张硬化治疗术、异物取出术、胃肠道息肉切除术等。

端午到，粽子香。片片粽叶，包裹的不仅是佳节的仪式感，更是对美好生活的祈愿。一枚粽子，不论是甜是咸，朋友、家人间的情谊就是最好的馅料，家人闲坐，灯火可亲，就是世间最大的幸福。

但要注意，粽子虽好吃，里面小小的枣核却有可能惹出大麻烦，它会在食道里“横行霸道”。每年临近端午，都会出现误

吞枣核的情况。

前几日已经陆续有患者因为误吞食枣核来我院就诊，在消化内镜中心行内镜下异物取出术。端午前一周每天几乎都会有4至6个患者吃粽子时卡枣核，其中一例患者甚至发生食管穿孔事件。所以接下来我们就说一说吃粽子引起食管异物这个事。

### 食管异物易发人群

1、老人：由于缺牙过多，或者假牙过松，食物咀嚼不全就勉强吞下，常见的异物有：鸡骨、鱼骨、鱼刺、假牙、枣核、未嚼细的肉团等。

2、小孩：小孩将硬币、小玩具等含在嘴里，在玩耍过程中不小心吞下。常见有：硬币、纽扣、纽扣电池、各种小玩具等。

### 食管异物的正确处理方式和程序

1、异物卡住时、首先要说明：喝醋、吃馒头、饭团以及拍背的方式不可取！千万别“硬咽”！这样只会使异物卡得更紧，枣核越挤越深，刺入黏膜内；拿醋来软化更不会有什效果，反而因为不及时处理，异物残留可造成局部及相邻器官感染，引发食管脓肿，食管穿孔，大血管腐蚀

破裂，纵隔脓肿等。尤其是食管靠近主动脉，万一累及主动脉，可引起大出血危及生命。

正确方法：如果刚吞下异物，感觉卡住，可以先往出咳一咳，看能不能把异物咳出来，或者用勺子压一下舌根，会有恶心的感觉和动作，使异物吐出来（仅限于刚吃完）。如果不行，这个时候就要禁食，到医院进行检查治疗。

2、立即到医院做相关检查及取出异物。食道造影和CT检查是诊断食管异物的重要手段，可以评估异物的位置、大小、形状、与周围组织的关系以及是否存在穿孔、气胸等并发症。因消化内镜操作简单，并发症少且费用少，已成为现今取食道异物的首选方法。

3、异物取出。无损伤的话一般无需进行后续的处理。吞下四五天之后取出异物，食管已穿孔、有伤口的情况需要禁

食几天，放置营养管，待伤口修复后再进食。如果穿孔严重，引起纵隔炎、纵隔脓肿时需要行闭式引流、抗炎等治疗，严重时可能需要外科手术修补。

### 如何预防食管异物的发生

古人说“食不言，寝不语”是有道理的。吃饭时切忌狼吞虎咽，尽量避免看电视、说话、大笑等容易分散注意力的动作，尽量细嚼慢咽。老年人进食枣和有核食物时，应在吃之前就将核剥离。尤其是戴假牙的老年人，因为口腔感觉相对迟钝，更容易误咽异物。

即使粽子安然通过食道，也不能过度食用。粽子一般用糯米制作，性状黏腻，一次性大量食用，会引起胃排空缓慢，引起腹胀及消化不良。

粽子属于碳水化合物，食用和加工过程中还会加糖，糖尿病患者也不宜过量食用，以免引起血糖波动。



名医话健康

主办单位：晋中市卫生健康委员会

第155期