

# 地震工作者从海城辉煌的顶峰跌落了



钱刚 著  
当代中国出版社友情推荐

1976年7月28日的唐山大地震,相当于400枚广岛原子弹在距地面16公里的地壳中猛然爆炸,强烈的震撼中这座百万人口的城市顷刻间被夷为平地。作者经过10年的不懈追踪访谈,缜密的整理和分析,全景式记录了当时的情况,反思了人类究竟该如何与自然相处的终极问题。

[上期回顾]

地震后,当唐山地区各种传染病和发病率日趋上升,已接近暴发程度的时候,中央抗震救灾领导小组正采取紧急对策。据文件记载,当时从全国调集21个防疫队,共1300人;调来消毒药240吨,杀虫药176吨,各种喷雾器3100多个;调来军用防化消洒车31辆;调来喷药飞机4架……唐山奇迹般地推开了瘟疫。

报告文学

位于北京三里河中国科学院院内的中华人民共和国国家地震局所在的办公楼,1976年7月28日凌晨3时42分,和全北京所有的建筑物一样,发生了猛烈的震撼。办公桌上的茶杯落在地,摔得粉碎;窗户的碎玻璃也如冰雹飞落,“哗啦啦”响声一片。楼道里回荡着“嗡嗡”的人的声响。地震之魔在袭击这个世界的同时,也没有忘记小小地捉弄一下它的老对手。

局长刘英勇被惊醒了。他家厨房的煤气炉被震翻在地。慌乱中,他披了件外衣,趿拉着鞋,就往宿舍楼下奔。他住在离办公楼不远的一座四层楼上,他以从未有过的速度直奔办公室。“震中呢?震中在哪里?!”他喊出的第一句话,和所有前来询问的人的第一句话一样。

当时在值班室的高旭报告:北京附近几个地震台的测震仪,有的被震翻,有的记录出格。外地台的报告尚未收到。

4时30分,兰州、南京、昆明等十个台报来测震数据,其中给出震级的仅六个台,有的定八级以上,有的定七级以下,极为悬殊。至于震中,大都只能确定在“北京附近”。

“震中究竟在哪里?”“七·二八”凌晨,国家地震局的各个角落都回荡着这个声音。电话铃声急促不断,交换台的红绿灯眨着眼似的闪烁。长途台、市内台纷纷呼叫国家地震局。全中国都在询问震中,全中国都在寻找震中。没办法。慌乱的办事机构,落后的通讯反馈系统。强

震发生整整一个小时了,国家地震局还不知道震中在哪儿。5点整,国家地震局做出决定,地震地质大队、地球物理研究所、北京市地震队和国家地震局机关,兵分四路,立即开赴东西南北四个方向,在200公里范围内寻找震中。

当震中基本确定的时候,国家地震局根据不完全的各台站报告汇总,初步确定震级为7.5级。新华社在第一条消息中公布的就是这一震级。事实上时隔不久,各台站都报告震测结果后,“7.8级”,这一经过核准的震级数据已产生。但是人们顾不上更正了。北京正一片混乱。

如果人们发现,在唐山地震一两年前,甚至早在那台地震之后,有关地震的许多文件中便已多次提到过“唐山”这个地名,那么,对国家地震局的简单的怨愤,也许会变成深沉的疑问:中国的地震预报在世界上并不落后,那么,最终未能预报“七·二八”大震的症结何在?也许一切都应追溯到那台地震。

1966年3月8日,邢台发生6.8级强烈地震后,在周恩来总理的指示下,一大批从事地质学、地球物理学研究的科学工作者和大学生赶赴灾区。在前所未见的惨不忍睹的废墟、尸体、鲜血面前,他们第一次强烈感受到,一次未能预报的地震是怎样危及千千万万人,甚至震撼了一个国家。国务院总理周恩来乘坐直升机赶到邢台。当他站在一个木箱上,向灾民们发表讲话,勉励他们重建家园、战胜灾害之后,神情严

峻地来到科学工作者中间。

周恩来“这次地震,代价极大,必须找出规律,总结经验”,“希望在你们这一代能解决地震预报问题”。他交给他们的任务是:“要为保卫大城市、大水库、电力枢纽、铁路干线做出贡献。”

地震预报工作就在邢台匆匆上马。一切都是那样简单幼稚:科学工作者们到各个村子里,广泛搜集地震前兆,从动物异常、有感小震直到井水变化……像寻找仙草神药似的寻找“预报方法”。“方法”二字成了口头禅,连炊事员卖饭时都要问一问:“同志!找到方法了没有?”

3月22日,邢台再次发生7.2级强烈地震,几天之后,3月26日,奇迹出现了。仿佛冥冥之中有个神灵被这群人的虔诚所打动,它竟慷慨地真把大地的秘密透露出来了。在灾区的科学工作者感到有一连串的小震,小车司机报告说在路上轧死了乱窜的老鼠……当小震平静时,人们根据刚刚总结出的“方法”——“小震密集→平静→大震”,感到有可能发生强余震。晚上8点多钟,收音机又受到奇怪的干扰。科学工作者们下决心发布“预报”。可当时他们连通过什么渠道发布都不知道:是要写报告呢?还是拍电报?他们中的朱传镇抓起电话向上级报告,话还没说完,23时19分,6级余震发生了!

不管怎么说,这是中国地震工作者第一次成功的内部试报。它发生在国务院总理发出庄严号召仅仅18天之

后!复杂的科学问题在一瞬间变得那样简单,人们的自信心成百倍地增长。他们觉得邢台的经验太宝贵了,那些“方法”太灵验了。“人类的历史,就是一个不断地由必然王国向自由王国发展的历史。”他们兴奋地背诵着毛泽东的这条语录,仿佛自己就要踏上自由王国的金色台阶。

真正的辉煌还在九年后的大海。人们不能不承认中国地震预报研究工作进展的神速。1975年2月4日,地震工作者发布的预报,使得辽宁省南部的100多万人撤离了他们的住宅和工作地点——仅仅在两个半小时之后,海城被7.3级强烈地震击中。在6个市、10个县的范围,城镇房屋毁坏508万平方米,农村房屋毁坏86.7万间,却仅有1328人死亡,占全地区人口的1.6%。

国外认为,成功地预报7级以上大震,这在世界历史上还是第一次。震后,美国、新西兰、日本、罗马尼亚、联邦德国等十多个国家的地震科学专家和国际学术组织的成员曾到海城考察。一位美国记者将海城地震的预报称之为“科学的奇迹”。

这是真正的奇迹!大震发生的当天上午,辽宁省革命委员会向全省,特别是鞍山、营口市发出做好防震工作的电话通报。下午,海城、营口召开研究对策的防震会议。于是,工厂停产,成千上万人被动员,甚至是被强令撤到滴水成冰的屋外。广场上停满了装着药品和食物的救援车辆。医疗队整装待发。连拖拉机也开

出了可能会倒塌的车棚。人们裹着大衣,在寒风里坐着等地震的到来。

这是真正的奇迹!地震发生前半小时,正在一个礼堂里参加军民联欢会的某野战军官兵和地方群众,接到紧急通知,于是联欢会临时中断,几千人安然撤出……

中国灾害史上奇特的一幕揭开了。暮色苍茫的辽南大地上,四处回响着“当当”的钟声,有线广播一遍遍发出严厉的警告,阻止快要冻僵的人返回自己的小屋。

营口市地震办公室主任曹显清,一个多次到邢台学习“方法”、对地震预报充满自信和热情、被人称为“曹地办”的小老头,仿佛在念叨似的,看着手表喃喃自语:“小震平静后,时间越长,震级越高。从中午平静到现在已经6个多小时了。7点震,就是7级,8点震,就是8级。”

7点36分,7.3级地震发生了!四面八方,一片尖声呼喊。人们不像在惊呼天灾的可怖,不像在庆幸自己的存活,倒像在欢呼地震工作者的神机妙算。海城,这是中国地震界的一枚金光闪闪的勋章。地震工作者来到海城地震现场,老百姓把他们奉若神明,视为救星。被这次成功的预报保存了生命的成千上万幸运的人们,欢呼着,夹道欢迎这些能够征服自然的英雄。彩旗、鼓乐、美酒……科学家们醉了。

那时地震工作者谁也没有想到,他们会从海城辉煌的顶峰,一下子跌落到唐山黑洞洞的深渊里去。

# 肠胃对食物的形状也是有要求的



马悦凌 著  
江苏文艺出版社友情推荐

温度无处不在,时时刻刻影响着我们的日常生活,但对于大多数人来说,它只是一个气象学上的概念。在这本书里,专家带我们踏上神奇的生命探索之旅,去发现温度对生老病死的决定性作用,去运用温度来保证健康、应对疾病、提高我们的生活质量。

[上期回顾]

家中买菜、掌勺的人,一定要学会饮食保健的知识与方法。在买菜、买食物时,要根据季节、根据家人的身体状况,选择能让一家老小都能吃出健康的食物。尽量少买食品,多亲自动手加工食物,尽量烧出营养丰富又美味可口,并有利于消化吸收的一日三餐。要舍得在一日三餐上花时间、花精力。

健康宝典

几乎每一本育儿书中都提到3~4个月大小的婴儿。由于婴儿体内消化酶发育不完全,特别是淀粉酶很少,我们是不能给婴儿吃大米、面粉、玉米、小米、红薯、马铃薯、芋头等含淀粉较多的食物的。可听老人说,以前没有牛奶、奶粉的时候,如果再没有母乳或母乳不足,都是给婴儿喂米汤、面汤等,孩子不都长得挺好的,这一点好像与书中说的有些矛盾。

西医的营养学里有一种方法叫“要素饮食”,就是将各种营养食物打成粉状,它们在进入消化道后,即使在没有消化液的情况下,也能直接消化吸收,这在为重症、不能吃饭的病人配鼻饲营养液时会用到。这个要素饮食中提到,只要将食物打成粉状,就能直接消化、吸收。看来消化、吸收的关键是食物的形状,液体的、糊状的食物分子结构小,就可以直接通过消化道的粘膜上皮细胞进入血液循环。

在消化液中大家首先想到的是胃酸,它具有的酸性能帮助食物腐化、腐烂。再通过胃、肠收缩运动后将食物磨碎,变成细小的物质就能透过消化道粘膜进入血液。而当人体患重病或体质非常虚弱时,消化吸收的作用就明显减弱,就没有力量去收缩肌肉或收缩的力量明显减弱,这时吃进去的食物就很难磨碎。再加上各个器官功能都下降,该分泌的消化液如胃酸、肠液、胆汁等也明显减少,减弱了对食物的腐化、腐烂的程度,更不利于食物的变烂、变小、变细了。

讲到这,大家应该明白了什么是“胃为后天之本”的真正含义了吧。也就是说只有胃、肠功能正常,吃进去的食物才能变成血液,才能使血液充足,源源不断地供给身体的各个器官,使它们工作运转正常,人就健康少生病。而当胃肠的功能下降,将食物变成血液的能力也随之下降,血液生成减少,人体的各个脏器因能源供应的减少而不得不使它们应该做的工作放慢、减产,就造成了各脏器的功能减弱,该完成的任务打折扣。这时人体抵抗力下降,很容易生病。而当胃、肠功能彻底瘫痪,不能再生成血液时,也就是发生了断水、断电的情况时,各个脏器也只能停工了,停工的结果就是人面临死亡。

而如果胃肠的功能已明显减弱或几乎接近瘫痪时,我们往胃、肠输送液体的、糊状的细小颗粒,不就能直接消化、吸收了吗?不就能使这些营养物质直接进入血液,及时补足血液,反过来营养胃肠,让胃肠的功能恢复,不就能帮助虚弱的胃肠起死回生吗?而保住了胃肠这个最关键的后天之本,我们的生命和健康就能保住。想想孩子喂养的整个过程,其实就是这个道理。因为孩子生下来各个器官还没有发育成熟,分泌的各种消化酶很少,而孩子胃肠的肌肉又非常的薄弱,是没有力量去将食物磨碎的,所以孩子出生时只能喝母乳、牛奶。这些液体的食物不需要任何帮助就直接进入了血液,孩子长到3~4个月以后,吃的米粉、奶糕这种

粉状调和的糊状食物也可以直接进入血液。当孩子6个月以后,会增添煮烂的稀饭、面条,以及肉泥、鱼泥、菜泥,同样在进入了消化道后也可以顺利地吸收入血液。到了孩子8~9个月以后,胃肠逐渐发育,胃肠蠕动的力量增强了,分泌的消化酶也逐渐增多了,就可以吃一些烧烂的、剁碎的各种肉末、菜末及稀饭、软饭了。而到了孩子一岁多时,就可以适当地吃一些烧得烂烂的固体食物了。而吃固体食物的前提必须是孩子先天充足,很少生病,长得强壮,身体各项发育指标正常,血色素在正常范围内。

西医称胃、肠,中医称脾胃。不管是胃、肠还是脾胃都是指消化和吸收。所以不论是从西医还是从中医上讲,调整的原则都是一样的,就是胃、肠喜欢什么,你就给它什么;胃、肠不喜欢什么,你就不要做什么。

胃、肠喜欢什么?胃、肠喜欢进来的食物有利于消化,喜欢你的细嚼慢咽。这样就能减轻它的工作量,不至于把它累坏了。所以在食物的选择上要选易消化,温度适宜、不烫不凉、可口的食物,那些过硬、过烫、过冷、过辣、过粘以及油炸、腌制的食物就要少吃。

胃、肠喜欢定时定量,有规律的进食。定时定量可以保证胃、肠不会饿得“咕咕”叫,也不会撑得胀胀的,以致增加胃、肠的负担。你看所有的长寿老人,饮食是极有规律的,从不暴饮暴食,总是定时吃饭,定时睡觉,胃、肠在很

有规律地工作。婴幼儿的喂养也是完全可以做到定时、定量,有规律的。还有尽量少吃零食,如果除了三餐外动不动就吃零食,不论吃什么,胃肠就得工作,就会让胃、肠休息的时间变少了,容易产生疲劳。所以爱吃零食的孩子多数也长不好,容易营养不良。爱吃零食的习惯多是家长传给孩子的,家长爱吃零食,孩子从小就跟着吃了。所以要想孩子少吃零食,家长首先自己就要控制。如果要吃,最好也将吃零食的时间固定,这样总比随时吃要强一些。

胃、肠喜欢好心情。大家都有生气吃不下饭的时候,大人、孩子都是一样,吃饭时大人不要教训孩子,平时也尽量营造轻松、愉快的家庭氛围,大人、孩子的心情放松、舒畅,也是利于消化、吸收的一个重要方面。

胃、肠怕寒凉的食物。那有些有胃肠毛病的人都知道,当胃肠不适或胃痛的时候,抱个热水袋焐一会就会舒服些。所以胃肠不好的人脸色都是发黄、发暗的,说明体内寒重,吃进去的食物偏冷,这时就不能再吃寒凉的食物。

这个寒凉除了指食物本身的温度外,还有食物的属性,就像你把香蕉加热了吃,它就是寒性的食物,吃多了影响消化、吸收,只能匆匆排出体外,这就是吃多了香蕉会腹泻的原因。所以尽量少吃寒凉性质的食物,多吃性平、性温的食物。胃肠不好的尽量少吃水果,水果生冷,多数都是寒凉性质,伤胃肠。冰棍、雪糕也要少吃,孩子最好

是不吃。如果要吃也只能在夏天天热的时候吃,每天最多不能超过两根。有的人会说为什么外国人大量喝冷水、大量吃冷饮,人家怎么没事,还长得那么强壮?你怎么看到了他们喝冰水、吃冷饮,可你注意到他们的饮食结构了吗?与我们相同吗?人家大量吃肉、黄油和奶酪,吃进去那么多高能量、高热量的东西,再喝冰水、吃冷饮,正好起到中和、平衡的作用。而我们中国人的饮食普遍清淡,能量、热量本身不足,这时你再喝冰水、吃冷饮,就不是起平衡的作用,而是起到破坏的作用了。

胃、肠喜欢适度的按摩。当吃饭后有胃胀、不消化的症状时,在腹部来回上下轻轻按摩或沿着肚脐做顺时针和逆时针的绕圈按摩,都会觉得胃、肠不舒服的症状有所减轻。所以对胃、肠消化功能不好的孩子或大人,经常按摩腹部也是很重要的。按摩腹部最好在晚上临睡前,帮助胃、肠的消化和吸收,也有利于睡眠。给孩子按摩时动作要轻、慢,孩子的腹部肌肉薄,力量大了会直接伤到肠子,所以家长的动作一定要轻。先顺时针按摩20~30圈,再逆时针按摩20~30圈。不要按反了,因为顺时针按摩是泻法,逆时针按摩是补法,先泻后补效果好。

胃、肠需要保暖。衣服穿少了,或是冻着了,也会胃痛。所以白天的穿衣服和晚上的盖被子都很重要。特别是孩子,既不能让孩子热着,也不能让孩子冻着,这需要家长仔细观察,掌握适度就可以了。