

宁波市卫生健康委员会 宁波都市报系 联合推出

# 九旬老人回忆 “两次难产后， 妻子终于在 华美医院生下长子”

自本报推出“70年甬医路”之“寻访甬医记忆”活动以来，收到了来自社会各界的报料、投稿。当90岁的陆文泉老先生看到4月12日见报的《永丰路上的这幢大楼 承载着70年甬医记忆》这篇报道时，激动得几天没有休息好，60多年前的往事一幕幕在眼前回放。1954年7月13日，陆文泉的长子陆中星在华美医院出生，这是妻子三次怀孕后顺利生产的第一个孩子。



陆文泉老人反复翻看4月12日的《宁波晚报》。

## 舟车劳顿来到华美顺利生产

妻子第三次怀孕后，他们托一位许姓朋友想想办法，宁波有没有大医院能够不再让悲剧重演？“当时，我是第一次听说华美医院。打听回来后说孕妇要提前一个月到医院检查，许叔叔帮我们安排好了在医院附近一位朋友家中长住，一家人马上出发。”1954年6月，陆文泉一行先坐车到余姚的车站，黄包车将他们拉到了码头，经过两三个小时的航行，他们在宁波姚江畔下船。

时至今日，陆文泉还记得华美医院老大楼的模样：“‘门’型的四层高楼气派极了，从没见过这么高的建筑。”医生接诊后，为产妇做了检查。鉴于之前两次难产，医生要求她每天到院检查。

1954年7月13日，正在上班的陆文泉接到了一个电话，妻子生了，是个男孩！“欢天喜地啊，真是太高兴了！”讲到这里，90岁的老人一脸兴奋，仿佛这一幕就在昨天。

他和丈母娘赶到医院，在病房里看到了虚弱的妻子和正在酣睡的孩子。“这次我生得很快，可是儿子生下来没有动静，我当时很害怕，就看着医生拎起他的小脚，在后背轻轻一拍，我和儿子都哭了……”

一周后，母子俩顺利出院，回到了老家，这事传开了。说起来，陆家还是当地第一户到华美这样的大医院生孩子的人家。有了这次经历，1956年陆文泉的长女陆中苏也生在了华美。

## 孙辈从医反哺社会

转眼到了1960年，陆文泉妻子再次怀孕。朋友施医生在慈溪县人民医院（现慈溪市人民医院）妇产科工作，她劝夫妻俩，院里的医生都是科班出身，技术也很好，没必要路途颠簸再去华美了。于是，两个女儿相继在慈溪出生。

为了将这份医者仁心继续传递，一家人中已经出了三位医生。在爷爷的引导下，大孙女陆云成为一名医生，现在是慈溪市宗汉街道社区卫生服务中心的一名主治医师；外孙龚晔晟从宁波大学医学院毕业，现任慈溪市中医医院医务科长；外孙女胡一枝考取浙江中医药大学本硕连读，毕业后成为慈溪市人民医院妇产科医生。

如今，一大家子几十口人，让人艳羡不已。“我们这一家能够有今天，真的离不开这些医护人员。当年如果没有兰雅谷先生和社会各界名人政要的慷慨解囊，说不定我们家后继无人了。”陆文泉感慨。

记者 陆麒雯 通讯员 陈琼

## 年轻产妇先后生下两个死婴

近日，记者在慈溪市区陆文泉家中见到了老先生，他声音洪亮，思路清晰，看报读字都不需要戴眼镜。“那个年代的女人生小孩，真的是一只脚在棺材里一只脚在棺材外，一点都不夸张！”

1950年，21岁的陆文泉和妻子完婚，第二年秋的一天，正在上班的陆文泉得知妻子即将临盆，匆匆请来接生婆，和所有准爸爸一样，焦急地等在门口。

小半天过去了，妻子痛苦的喊声终于变小了，只听到接生婆说着“出来了出来了”，却迟迟没有传来婴儿的啼哭声。不一会儿，陆文泉的丈母娘抹着眼泪出来告知，大人没事，生了个女孩儿，可是没救过来。一家子都被悲伤的气氛笼罩，陆文泉安慰妻子，只要养好身体，孩子一定会再有的。

很快，1953年春天，妻子再次临盆。当时，几里地外已经成立了长河联合诊所，一家人将产妇急急匆匆送进了诊所。此时，正在余姚开会的陆文泉毫不知情，中午休息时他遇到了刚刚赶来的一位同事，噩耗传来：妻子刚刚生下一名男婴，依旧没能活下来。失魂落魄的陆文泉一点心思都没了，都不知道自己是怎回家的。

## 科普与健康

科普中国  
SCIENCE COMMUNICATION CHINA

宁波市科学技术协会与本报联合推出

# 小腿抽筋，到底是因为缺钙还是要长个？

很多人都有过这样的经历：深夜睡得正酣，小腿肌肉突然疯狂抽筋，疼到怀疑人生，还久久不能消除。更惨的，伸个懒腰都能抽筋……有人认为抽筋是因为缺钙，有人觉得是因为要长个。

## 抽筋是什么引起的？

抽筋其实就是肌肉痉挛。发作时，肌肉会不自主、无征兆地过度收缩，并伴随压榨样的疼痛，持续数秒或数十秒，抽筋部位甚至硬得像块石头。

肌肉为什么会无端痉挛呢？其实没有无缘无故的“痉挛”，引起抽筋的原因有很多，其中最为人所熟知的就是缺钙，不过抽筋的原因可不单单是缺钙。

人体内的电解质如钙、镁和钾对肌肉功能维持有一定的作用，如果缺失这些电解质，或是电解质失衡，就有可能导致抽筋。夏天出汗多，水分和电解质大量丢失，老年人钙质吸收能力减弱，都容易导致抽筋。

除了营养缺失，还有别的因素也会导致抽筋。

**寒冷刺激** 人在感到寒冷时，会刺激大脑会发出信号引起腿部肌肉强烈收缩和血管突然痉挛，促进产热，这也是为什么寒冷时会打寒战。

**睡姿不好** 长时间仰卧，厚重的被子压在脚面上，长时间俯卧，脚面抵在床上，这些都会导致小腿肌肉长时间处于被动放松状态，缺少供血，就会引起抽筋。

**特殊人群** 怀孕期间由于胎儿生长对孕妇血管和神经造成压力，造成下肢血液循环不良，导致抽筋。再者，孕妇容易体液紊乱，间接导致电解质失衡，所以怀孕期间需要适量补钙、镁等。

老年人运动神经元数量少，静止状态下抽筋也很常见。此外，老年人更容易发生心脑血管动脉硬化，血液循环不畅，下肢局部组织出现缺血缺氧，从而导致抽筋。

**运动过度** 运动过度，特别是无氧运动，会导致肌肉在短时间内持续收缩，产生大量代谢废物。

**服用某些药物** 服用某些利尿剂，会导致夜间抽筋的风险增高。

**某些疾病导致抽筋** 某些先天性疾病或神经损伤，如中风、癫痫、破伤风等，都会使肌肉失去神经的正常支配，从而发生痉挛抽筋。

## 抽筋表示正在长个子？

确实，青少年时期正在长个子，这时也最需要钙。如果抽筋，说明缺钙了，可能妨碍长个子。

但一般而言，女性17-19岁，男性18-20岁之后，骨骺线开始闭合，身高增长就会很慢，甚至停止，如果这个年龄段之后还抽筋，就要考虑是不是其他原因了。

## 抽筋时怎么快速缓解？

一般的抽筋数十秒或者几分钟就可以自行缓解。但如果实在受不了疼，有一个快速缓解的办法——拉伸，并且是朝肌肉收缩的相反方向用力拉伸，效果可谓立竿见影。

此外，热敷或轻度按摩，也能放松肌肉。

但如果经常没有理由地抽筋，就要及时去医院检查，以排除血管、神经或大脑的器质性病变。

## 如何预防腿抽筋？

**补钙** 多晒太阳，多补充含钙丰富的食物，如牛奶、豆制品、深绿色蔬菜。必要的时候，或者需钙量多的时候，可以吃钙片。

**驱寒保暖** 经常夜晚抽筋的朋友，可以在睡前用温热的水泡脚，但不要超过15分钟。

**按摩拉伸** 睡前按摩小腿肌肉，促进局部血液循环，也可以适当伸展一下肌肉。

**锻炼** 加强锻炼，改善血供。

## 科学素养800问

（判断题）夏天喝牛奶会上火。这个说法对吗？

答案：错

解释：很多人认为夏天喝牛奶会加重上火，其实这种说法没有一点科学依据。牛奶中富含优质蛋白质、维生素、脂肪、钙，是非常好的营养食品。

## 科普信息速递

国务院5月5日召开常务会议，力争今年年底前取消全国高速公路省界收费站。

我国科学家潘建伟等人将超导量子比特应用到量子随机行走研究中的成果近日发表在国际权威期刊《科学》上，将对通用量子计算研究产生重要影响。

王元卓 洪阳



宁波科普二维码 中国科普二维码

本文专家：黄佳，上海交通大学医学院医学博士