

古树做伴 百岁老人安享晚年



今年102岁的王潼在皂荚树下乘凉

□本报记者 牛超 文/图

在城市的发展进程中,名木古树是见证世事沧桑巨变的活化石。每一棵古树都有它的故事,也有它存在的意义。而百岁老人,更是生活变化的亲历者和见证者。在新华区新新街街道谢庄村,有一位百岁老人,她家门口有一棵500年的皂荚树。百岁老人与百年古树相伴,这是怎样一幅场景?8月10日,记者来到该村。

眼下正是疫情防控的关键时期,村口设有疫情防控服务台,扫码、登记、测

体温的过程中,记者随口说起了此事。“顺着这条路一直走就到了,她天天在树下坐着,可好找。”服务台值班人员热情地说。

穿过一片农田,来到谢庄村一组。远远地就看到一棵粗大的树木下坐着一位老人。她就是王潼,今年102岁,头发雪白,穿着一件黑底带花短袖,戴着一副老花镜。她身后就是那棵有着500年历史的皂荚树,枝干遒劲,枝繁叶茂。老人气定神闲地沐浴在秋日暖阳里,古铜色的脸上被岁月深深地刻下一道道皱纹,犹如古皂荚树一般,饱经沧桑。

A 百年古树枝繁叶茂

这棵皂荚树树干直径有1米多,两个成年人手拉手才能勉强抱住。树身上有大小不等的几个洞。从洞口向里看,树身是空的。树的四周用石块围了一个直径三四米的花坛。树干上挂着新华区人民政府制作的红色“古树名木”牌匾,上面写着树龄500年、保护等级一级,下面还写有责任单位、责任人和管理单位。

王潼说,她19岁嫁过来时,这棵皂荚树就这么粗,当时树身并不空。“那时候,离这棵树不远的地方有一个红薯庵,红薯庵失火殃及这棵皂荚树,将其一根枝干烧死了。”所幸树活了下来,但树干逐渐中空。

60多岁的村民陈举铎说,他小时候也听爷爷说过。“这树洞大着呢。”他们小时候经常在这儿玩捉迷藏。

“以前树根都是裸露在外的,根系特别发达,并向四方伸展,这

边的地里都是它的根。后来也不知是我爷爷,还是我父亲用石块给它围了起来,树洞就被堵上了一些。当时,还有生产队,干活下雨时,我们还在里面躲过雨。”王潼的小儿子、今年58岁的蔡平川说,后来村里又重新加固了花坛。

“这是一棵雄皂荚树,不结果,只开花。”蔡平川说,每到开花时节,地上总是落一层花瓣。

由于皂荚树正好位于家门口,年轻时,王潼喜欢坐在树下干农活。现在老了,腿脚不便,可每天吃过饭,王潼仍习惯拄着拐杖,推着小推车到树下坐坐。

“有感情了,就像自己家人一样。”王潼说。

开门见树,人树和谐共生,树长寿,人也长寿。谢庄村委会副主任刘赛说,在谢庄村还有一位与王潼同龄的百岁老人。“有时,我们在村里巡逻时,还能见到她俩坐在这儿附近聊天呢。”

B 百岁老人精神矍铄

“松英,你咋来了?”王潼虽过百岁,但精神矍铄,思路清晰,视力也不错。当记者和谢庄村一组组长刘松英离她还有五六米远时,她便跟我们打起了招呼。

王潼说,她老家在湛河区北渡街道油坊头村,姊妹6人,她是老大。“姊妹们都不在了,就我还活着。”老人悠悠地说,她生有三儿三女,大儿子已经80多岁了。她现在是五世同堂。

“也没算过家里有多少人,去年,老人过生日,在外面请了十几桌,村里、街道上都来人了。新新街街道孝廉文化理事会还给我颁发了‘百岁寿星’的牌匾。”蔡平川说,老人生性要强,在他刚记事不久,父亲就去世了,是母亲把他们兄妹6人抚养大的。

“年轻时,我一个人一天能割两亩麦。有时候,村里人找孩子他爹去帮忙割麦,他爹都让我去,我比他爹割得快。”听到儿子在说

自己,老人插嘴道。

“奶奶性子直,有啥说啥,心里不存事。不高兴的事说了就忘,而且爱操心。”老人的孙子蔡永华说,他是奶奶养大的,奶奶对他们要求很严,出门、回来都要给她打招呼,否则她会不停地问。

蔡永华说,一次,他叔(蔡平川)在地里干活,因为太累,就让他给奶奶捎句话晚上不过来了,让老人早点休息。老人嘴上答应得很好,就是不关院门。看出老人还是不放心,蔡永华只得又去叫蔡平川亲自来打招呼,老人才关门睡觉。

说起老人的长寿秘诀,蔡平川说,这与老人的生活环境有关,周边树多,空气也好,而且老人胃口一直不错。

“除了不太爱喝小米稀饭,啥都吃。”蔡平川说,当天早上,老人还吃了4个小笼包和一碗绿豆稀饭,“她很早就没牙了,但并不耽误她吃肉”。

养生吧

肠道微生物代谢关乎长寿

英国《自然》杂志近日在线发表了一项医学研究发现:100岁以上的人会富集一组独特的肠道菌群,产生独特的胆汁酸,有可能抑制肠道病原体生长,从而促进长寿。这项研究比较了日本的百岁老人、年长个体和年轻人,提出了控制胆汁酸库可能具有健康益处。

人类肠道中的微生物群落会对健康产生影响,并随年龄发生变化。相

比百岁以下的老年人,百岁人瑞对与年龄相关的慢性病和感染较不易感。人们认为百岁老人的肠道细菌组成可能与他们极致的长寿有关,但其机制未明。

为探索微生物群结构和长寿的潜在关系,日本庆应义塾大学医学部本田贤也及其同事,此次研究了3组日本人群:160名百岁老人(年龄超过100岁),112名老年人(年龄在85—89岁

之间)和47名较年轻的人(年龄在21—55岁之间)。

研究人员发现,有一类肠道微生物能通过新的生物合成途径,产生特有的次级胆汁酸,而与老年人及年轻人相比,百岁老人体内的这类微生物更加丰富。团队鉴别出了一系列产生这类胆汁酸的微生物,绘制出了生产石胆酸的一种衍生物“isoalloLCA”的途径。

“isoalloLCA”已被证明对多种肠道病原体有抗菌作用。小鼠实验表明,“isoalloLCA”能抑制艰难梭菌生长,这种细菌会导致严重腹泻,特别是在经过抗生素治疗的人群身上。

研究团队认为,这项研究中发现的细菌株的胆汁酸代谢能力,或可用于控制胆汁酸库以利健康。但他们补充强调,未来还需要进一步的研究验证胆汁酸和长寿间的关联。(张梦然)