

# 龙口路——从溪水叮咚到庭院深深(上)

## 【 闻香书屋 】

□侯修圃

我这次走进龙口路已是深秋,马路和庭院里高大的树木染上艳丽的色彩。上午的阳光斜照,树上每片叶子黄绿斑驳,发出亮丽的霞光;爬墙虎像花地毯披在墙上,每片叶子在风中旋转,打着自己的旗语,让人看得魂牵梦绕。要不是马路上川流不息的车辆,还以为走进一个公园的长廊。新老楼房交错,高低错落有

致,有一种看山连绵起伏的感觉。

这条路,始建于德占时期。修龙山路时在现在小公园处修了挡水坝,夏日暴雨,山洪只能向东倾斜,经龙江路进入掖县路大沟,流入青岛河。但也有溪流进入龙口路原址,加之西面小丘陵(现龙口支路)的流水汇集,就有山溪叮咚,流水哗哗,如琴似弦,一路弹奏,进入青岛河的自然景观。秋冬干枯,杂草丛生,灌木郁郁,乱石交错。为了打通青岛口与上青岛村(迎宾馆一带)的交通,建了一条叫阿里拉街(青岛回归后改名龙口路),并在青岛河架了一座石桥,桥南是鱼山路,桥北就是龙口路。

仔细观察,这是一条东西交会的一条路。西面广西路、湖南路,东面龙华路、黄县路、张店路、龙江路等都是起止这条路,这条交通要道之功能是不言而喻的。西面是欧人区,东面多住有钱的商人或是大学高级知识分子。当然也不乏政府职员和高官。

1933年,在龙江路西侧,靠广西路修了一个东方市场。其规模比较大,有南、东、北三个门,进出方便;货物齐全,有百货店、文具店、杂货店、蔬菜店、书店、照相馆、饭店、咖啡室等80余家。方便附近居民购物和生活。据《冯沅君传》记载,鱼

山路26号甲,是山东大学第一公寓,1947年陆侃如和冯沅君夫妇入住这里。“每天早晨,两人去百步之遥的东方市场吃早点,相伴着去上班,结伴回家,夫妻形影不离。”可见这里成为山大师生的主要生活消费之地。

东方市场对面,曾是一片树林。是洋车夫候客的集中地。1935至1937年,老舍先生住在黄县路12号,离此很近,老舍先生经常与洋车夫交朋友,聊天,为老舍先生创作《骆驼祥子》提供了素材。现在东方市场已荡然无存,只有几株古老法国梧桐在诉说着过去的故事。

## 感冒了到底要不要忌口?

### 【 养生保健 】

□半岛全媒体记者 刘婷婷 整理

进入春季以来,冷暖寒湿模式不停切换,很多人在不知不觉中中了感冒的招。说到感冒不能不提忌口,有人感冒后特别强调这一点,除了开水和白粥啥都不碰,理由是感冒后人体消化功能减弱,进食滋补食物一方面会留邪,另一方面会加重胃肠负担影响气血加重病情,所以要吃得清淡。

但也有观点认为,感冒后免疫力下降,精神不济,这时候就需要饮食进补,所以有人提倡感冒时喝鸡汤。专家称,关于感冒忌口的问题要从几个方面来看:

一看病邪的性质。病邪的性质决定食物寒热的选择。热病用凉药,寒证用热药。在食物的选择上也遵从此理。

感受风热之邪,临床表现出发热、咽痛、黄痰、便干结、尿黄等一派热像的患者,就要忌辛辣、煎炸、油腻的食物。相反,如果是感受风寒之邪,临床表现出恶寒身痛、清涕、稀痰、尿清长等一派寒像的患者,则不宜吃生冷寒凉的食物,如瓜果、冰淇淋、酸奶等。

二看患者的体质。患者的体质决定了感冒后需不需要补和怎么补。体虚之人感冒,正气虚弱无力抗邪,那么扶正还是很重要的,要扶正就涉及到根据气血阴阳的不同进行调补。

三看食物的性味。食物与药物一样,都具有偏性,因此对于疾病存在着饮食禁忌的问题。一般说来,无论是风寒还是风热感冒,都忌食一切滋补油腻食物,风寒性感冒忌食寒凉食物。

具体来说,感冒期间,避免或忌多食鸡鸭鹅肉蛋、肥猪肉、羊牛狗肉、龟鳖、海鲜、醋、柿等食品。

## 小龙虾可放心吃

### 【 科普园地 】

□半岛全媒体记者 徐抒彦 整理

小龙虾好吃,但是它安全吗?很多人都有这样的忧虑,尤其现在卫生问题这么严重,吃什么都需要警惕。很多人对小龙虾都有误解,对此也传出了很多谣言,然后越传越不靠谱,让很多喜欢小龙虾的朋友们却步。然而事实是什么样的呢?

### 小龙虾重金属超标,是有毒食品?

小龙虾确实能够适应各种污染环境,但它也拥有良好的排出减毒机制,所以它的体内污染物含量并不一定超

标。小龙虾能把重金属转移到外壳,然后通过不断蜕皮把毒素转移出体内,这正是它可以耐受重金属污染的原因之一。目前研究显示,尽管小龙虾对重金属有一定的富集能力,但是大多集中在我们不爱吃的虾鳃,内脏和虾壳中,对于吃虾肉的我们来说,它让人重金属中毒的可能性较小。

### 洗虾粉中的“草酸”会导致“肌溶解”吗?

虽然洗虾粉由工业强酸“草酸”构成,但是草酸不会导致肌溶解的元凶。如果短时间内吃下大量草酸的话,草酸本身有腐蚀性,在进入血液之前就会对人的消化系统产生刺激,迅速导致呕吐恶心的反应。而目前肌溶解的病人并无此症状。

## 【 花卉养护 】

### 要想花开放,必须浇对水

□半岛全媒体记者 王一婷 整理

众所周知,植物生长离不开生命之源“水”。要想花儿开放,水必须要浇对。那么在家庭植物养护中,我们该如何正确浇水,哪些水能让植物长得更旺,让花儿更美呢?

1、晾晒水。自来水不能直接浇花,因为自来水中含有氯气,直接浇花会损伤花草的根系。而且凉自来水浇花,水温与土温相差过大,会损伤花草的小毛根。

做法:自来水要晾晒一天,散发氯气,提高水温,之后再浇花。

2、磁化水。被磁铁磁化了的的水,它在农业上早有应用。磁化水浇花可以让花草株高、根长、茎粗,用来育种可以提高发芽率,用来扦插可以促进生根。

做法:家庭简易磁化水制作是在水龙头上放块磁铁,让水流出来,

不过这样磁力比较弱。也可以直接去商场购买。

3、药片水。维生素C可以调节土壤酸碱平衡,为花草提供养分;阿司匹林可以防止黄叶,消毒杀菌防烂根;维生素B可以让植株健壮、叶片浓绿。

做法:浇水时取一个小药片,碾碎后放在水里,摇晃均匀后浇花。

4、鱼缸水。内含不少鱼的排泄物,含有丰富的氮元素和微量元素,用来浇花能为花草补充营养。

做法:鱼缸水肥力较弱,不用发酵,可以直接浇花。

5、复合水。复合水中含有氮磷钾肥,养分含量高,可以平衡施肥,满足花草不同的生长需求。而且大部分复合肥可溶于水,用后会绿油油、蹭蹭长。

做法:浇水前水中扔十几粒复合肥,等复合肥完全溶解后即可浇花。

### 常春藤的养护方法

□半岛全媒体记者 刘晓林 整理

现在花卉越来越多地进入我们的生活,很多居民想养花,但是不知道具体的方法。本报为居民梳理了常春藤的栽植、浇水和施肥方法,家中有常春藤或者对常春藤感兴趣的居民可根据本报整理的方法尝试一下。

常春藤喜温暖、湿润,忌酷暑、较耐寒、忌强光,适宜疏松、肥沃的土壤。在养护常春藤时,我们需要注意一下三个方面。

#### 1、栽植

栽培常春藤可用泥瓦盆、塑料盆、瓷盆和陶制盆。盆的口径以14~18厘米为宜。盆土可用园土、泥炭土

和沙以2:2:1的比例配置的培养土。每盆宜栽植3~5株小苗。

#### 2、浇水

春季恢复生长后,要经常保持盆土湿润稍偏干,盆土干了即浇透水。夏季高温时期,常春藤生长缓慢,除做好遮阳工作外,还要经常给盆株及周围喷水;入秋凉爽后,可正常浇水,秋末气温下降,要逐渐减少浇水量;冬季保持盆土偏干即可。

#### 3、施肥

5~9月是常春藤的生长期,夏季高温时生长缓慢,秋季为其生长旺盛期。生长期内,可每月施1次以氮肥为主的稀薄液肥;生长旺盛期,可每20天左右施肥1次。要注意的是,施肥虽以氮肥为主,但不宜施肥过多,否则容易疯长。

## 【 厨艺展示 】

### 苦瓜香肠

本期大厨:栾建云 金口路社区



□半岛全媒体记者 高晓飞 整理

苦瓜虽苦,但它味苦性凉爽口不腻,近些年来,科学研究发现苦瓜含有类似胰岛素的物质,有明显降低血糖作用,是糖尿病患者理想疗效食品。今天半岛记者带您走进金口路社区居民栾建云家中,看看她是如何将苦瓜荤吃的。

用料:猪肉馅300克,苦瓜两根,生

抽、香油、姜、葱、盐、淀粉、香菜末,适量白砂糖。

制作步骤:1、将猪肉洗净绞成肉馅,苦瓜洗净用筷子将瓢抠出,放进盐水过一下;2、将肉馅加料酒、生抽、香油、糖、姜、葱、盐调好,将肉馅灌进苦瓜里;3、上锅蒸15分钟即可,出锅后切成段装盘,也可以用湿淀粉勾芡撒上香菜末,淋入香油浇上。