都说年纪大了应该少吃油少吃糖,安丘市景芝镇前屯村李秀兰老人已经106岁,平时没什么爱好,但就是偏爱吃糖、喝茶,五天便能吃上半斤冰糖,平均一天就得一两冰糖,而这个习惯保持了十年。

老人的孩子说,老人这般长寿,应该归功于她吃得下,吃得有规律。

106岁的李秀兰老人:

无糖不欢 一吃十年

本报记者 李涛

老人特别喜欢吃冰糖,她身边总会摆着个塑料糖罐子,随吃随取。

90多岁还剥玉米

23日,从景芝镇上沿着一条水泥硬化路便能到达景芝镇前屯村,一路上到处都是收获的景象,金黄的玉米晾晒在水泥路上,满载花生的农用车排满了大路两侧,花生去壳机器不断轰鸣,鸡鸣狗吠一派浓郁的乡村气息让人向往不已。

李秀兰老人就生活在这个宁静的乡村。

李秀兰老人生于1905年1月20日,膝下有两儿两女,由于大儿子行动不便,李秀兰一直跟小儿子葛春友共同生活。家里三间泥瓦房,老人家住在最东边的房间里。阳光透过方格纸糊的窗子射进屋内,显得特别刺眼,满头银丝的老人端坐在火炕上,在阳光照射下显得格外慈祥。

今年62岁的葛春友告诉记者,父亲去世比较早,家里的事都由母亲操劳。老人家一生都闲不住,每个时代都经历了,辛苦劳作了一辈子。老人家90多岁时,还帮着家人做饭,秋收的时候还会帮着剥玉米。

如今,老人也有了重孙,可谓是四世同堂,大女儿已经80多岁。大儿子由于行动不便,照顾老人的事情就落到了葛春友夫妇二人身上。“老人拉扯我们一辈子也不容易,照顾老人是应该的,也该轮到老辈享福了。”葛春友如是说。

儿女孙辈都孝顺

在前往葛春友家的路上,前屯村的村支书就向记者介绍,称老人的子女都很孝顺,伺候的老人很舒坦。

葛春友告诉记者,老人家不能下炕已经十余年了。十多年前,老人坐在炕上一次下炕没有起来,慢慢地就不能下炕了。十多年来,老人都是在炕上过活的,吃喝拉撒全部在炕上解决。尽管一切都在炕上解决,但老人的床铺收拾得很利索。

葛春友告诉记者,老人虽然不能下炕,但体格很好,视力很好、头脑也很清晰,就是耳朵有点背,一年之中基本上不打针不吃药。平时天好的时候,葛春友夫妇就会把老人家抱到院子里太阳底下晒晒太阳。睡的是火炕,冬天烧火做饭,屋里一点也不会冷。

在大家交流过程中,老人不停地端详着每一个人,唯恐落下每一个环节。尽管听不清大家在说什么,老人还是很兴奋,不时插进一句话语,感谢党和政府记得她、照顾她,村支书不得不贴近老人家的耳朵大声跟她交谈。每次说完话,老人都会自言自语说老了耳朵聋了,什么也听不清了。

葛春友夫妇只有一个女儿,如今也已出嫁。二人种了一点地,除去农忙时间,葛春友基本上就在家照顾老人。妻子给老人清洗被褥衣物,给老人擦洗身子。

冰糖、清茶离不了

说起老人的饮食起居,葛春友的妻子显得很知足。“我们做什么饭,老人就跟着吃什么,从来不抱怨饭食不好,也不暴饮暴食,很好伺候。”

由于老人没有牙齿了,葛春友夫妇给老人做的最经常的饭食就是面条、稀饭和鸡蛋。谈起老太太这般长寿,葛春友夫妇笑了起来,也没什么特别的,要说有长寿秘籍就应该归功于老人吃得下、吃得有规律,再一个就是老人比较容易满足。

除去正常的饮食外,葛春友告诉记者,老人还有两个特别的嗜好:喝茶、吃糖。

在老人的身边,一个塑料瓶子中装满了冰糖,一直摆放在炕上。在记者逗留的近一个小时时间里,老人的嘴里一直含着冰糖,不断地用上下颚咀嚼糖块。

葛春友告诉记者,老人特别喜欢吃冰糖,这个习惯有十年了,现在一天平均能吃十几块冰糖。他每五天会赶一次集,每集就花五块钱买两包冰糖,带回家后再倒进老人装糖块的塑料瓶子里,老人想啥时候吃就自己动手拿,老人五天就能将两包吃完。这两包冰糖就得半斤多。

除此之外,老人还特别喜欢喝茶。葛春友称,都是庄户人家,平常就是给老人家喝清茶,老人差不多一天能喝一暖瓶热水。

Ford
感受卓凡