

杭州市富阳区新的社会阶层人士联谊会专栏

程明:工作与爱好两不误

张京

走进程明的“顶楼画室”，一派古色古香的氛围，就让人感到心一下子安静了下来。程明出生在富阳区场口镇青江村，老家在衢州。自小爱好书画，中途因为生计在书画爱好上不停歇歇，到了40多岁再次拿起画笔，和书画重续前缘。

但是谁也想不到一个拿画笔画画的人，竟然是一个做防水工程的老板。画画和防水工程，这两件完全不搭边的事他是怎么融合在一起的呢？近日，笔者走访了富阳区新联会会员程明，听听他是怎么说的。

画画路上有位老师忘不了

程明是个性格开朗、热爱体育、爱交朋友的人。画画是他的爱好，本职工作是房屋防水补漏。富阳书画界朋友戏称他是“画画人中防水最好，防水人中画画最好”。

说到对画画最初的启蒙，程明谈到，最初来自奶奶工作的制帘厂。他说：“那时还很小，我有空就去奶奶那玩，看到许多画师在竹帘和布上画屏风画。小孩好奇心都比较强，我当时看得猴煞，画画的兴趣之门从此被打开。”

程明的母亲是上海知青，当年下放期间认识他父亲，后来随父亲来到场口工作落户。程明的爸爸虽然是个电工，平时也爱好书画。上小学时，他看着爸爸画了一幅竹子画图，当时就有一种想画画的冲动。就这样，自小的耳濡目染，让程明爱上了画画。

在程明画画的路上，有位老师是他不能忘记的。1982年，程明初中刚毕业时，有一天，渔山的赵云林老师路过灵桥，程明的母亲

招待他吃中饭。他看到桌上放着笔墨纸张，便顺手画了两张兰竹。“我当时不在，傍晚回来妈妈说，赵先生来过了，还给你画了两张画。我看到画后非常激动，有种立马想学的冲动。”

第二天一早，程明就骑着脚踏车去渔山找赵老师。赵老师把他画的许多画拿出来给程明看，然后又画给他看。后来，程明又去找过几次赵老师，由于当时没有电话，赵老师又经常出门画画，很难碰到他。他不在的时候，程明就趴在他家老房子的窗台上，看里面挂的画。“赵老师尽管没教我多久，却是我走上书画之路的第一位老师。”程明说。

工作与爱好，他都没落下

初中毕业后，17岁的程明进入灵桥云母纸厂工作，一干就是18年。程明说：“当时，从打杂开始，烧锅炉、调浆、造纸、销售等，几乎每一样工序我都做过。当时，在厂下班没事的时候，我就按照《芥子园画谱》的学画方法，临摹里面的图画。工会领导看我喜欢书画，就把出黑板报的任务交给了我”。

在云母纸厂工作期间，主管单位杭州市轻工业局举行职工书画比赛，程明画的国画《兰竹图》参加比赛，居然获得了三等奖，这对他的鼓励很大。第三年，他的画又获得三等奖。这更加激发了他对画画的热情。由于当时没有书画培训班，所以程明画画基本靠自学。

1999年云母纸厂改制，程明开始自谋职业。一次偶然的机会，让程明成功踏入防水行业。程明说：“当时，我遇到省建筑设计研究院的一个朋友，叫我帮他推销混凝土外加剂材料。我在推销过程中经常接触土建老板，从他们那里得知，房屋漏水问题是个比较困惑的难题，于是我就买书来看，向相关工



程明说：“赵老师尽管没教我多久，却是我走上书画之路的第一位老师。”程明说。

程明坦言，成功进入防水行业也归功于他认真、细致、积极向上，以及爱交朋友的生活态度。而防水工程第一次接下大单子，就是富阳高尔夫球场的防水工程。尔后，程明先后接下如世纪大厦、万方大厦、恩波经典等防水工程。“由于我把画画时候认真细致的态度用到做防水工程，所以我的工程客户都很满意，很多单子都是老客户介绍给我。”程明说。

在自谋职业的这些年里，程明疏远了书画，直到2010年他又重新捡回书画，向富阳书画界前辈讨教，与书画朋友往来，从中汲取营养。

我一辈子就做好两件事，一件是做好养家糊口的工作，一件是在业余时间热爱生活，画画、锻炼身体，保持积极向上的生活态度。”程明说。

小龙虾又惹祸了

富阳一男子吃了小龙虾后胸闷、全身肌肉酸痛…… 如何吃小龙虾？专家给你提点建议

入夏后，小龙虾市场就和天气一样迅速升温，十三香龙虾、麻辣小龙虾、龙虾泡面等做法光听名字就让“吃货”们垂涎欲滴。然而，小龙虾虽好吃，但不可随便乱吃。

吃完小龙虾后 因为身体不适进了医院

近日，富阳区第一人民医院内科门诊来了一位特殊的病人，23岁的小伙子小罗。原来，前天晚上他在运动房健身，健身结束之后约了几个朋友在路边摊吃了很多小龙虾，结果到半夜里就感觉四肢肌肉酸痛。当时小罗以为是运动造成的，第二天感觉肌肉酸痛加重了，全身无力，有严重的胸闷症状，透不过气，小便跟可乐一样，以为自己得了什么怪病，在家人陪伴下立即前来就诊。

富阳区第一人民医院全科病区住院医师陈斌在听了小罗的讲述后，立即给他做了血、尿、生化常规包括（急诊心肌酶谱）以及心电图等检查。检查结果正如陈斌医师所猜测的那样，小罗患上了横纹肌溶解症，其常见症状为：肌肉的疼痛、压痛、肿胀及无力等肌肉受累的情况，或伴有发热、全身乏力、尿色改变等情况，严重时会出现急性肾衰竭甚至有生命危险。

“大量的剧烈运动、肌肉压迫伤，中毒等情况可能会导致横纹肌溶解。虽然小罗是在健身房运动，但在与他的沟通中也了解到他的运动量远远没有达到剧烈的地步，小罗自己也说没有其他中毒可能，更加没有压迫伤

这种情况，通过分析，剩下的最大原因只有小龙虾了。”陈斌医师说，“一系列的检查结果也表明小罗身体有中毒症状，万幸的是小罗就诊及时，给予大量补液及对症治疗，小罗的病情得到明显好转，3天后就能出院了。”

小龙虾怎么吃？ 专家给你一点建议

为什么同样吃了小龙虾，有的人有事，有的人却没事呢？陈斌医师告诉笔者，小龙虾的干净与否及煮法是主要原因。

“在与小罗的交谈中，我了解到他那晚吃的小龙虾存在断钳、断腿的情况特别严重，这很明显是使用了洗虾粉后导致的。”陈斌医师说，“使用洗虾粉洗过的龙虾，烧好后会特别光鲜亮丽，但是有一点，小龙虾的虾钳特别容易掉。洗虾粉由于它强酸的性质，人体服用过多会导致代谢紊乱，虽然目前无证据证明洗虾粉能导致横纹肌溶解症，但是吃多了也是不好的。”

“此外，小龙虾的来源也是一大问题。小龙虾特别喜欢脏的地方，从那些污染区域里抓来的小龙虾本身存在毒性，重金属存积就是其中之一，吃了这些有毒的小龙虾会让人中毒，有一定几率导致横纹肌溶解症。并且绝大多数小龙虾体内存在寄生虫，吃了不煮熟煮透的小龙虾，就会导致寄生虫感染人，那也是很可怕的事情。”陈斌医师说，“所以在吃小龙虾时，去掉虾头之后发现腮是黑色的，那这只小龙虾基本上是从污染区域抓来的，我



的建议是不要吃。”

陈斌医师还表示，对于一些爱吃小龙虾的“吃货”，最好自行去正规菜场购买小龙虾，买回家之后在清水里放养24小时以上，表面洗刷干净，过后去掉虾线，去掉头部，100℃高温煮10分钟以上才可享用。“如果是去饭店吃，一定要选正规的饭店，做到不吃不熟龙虾。如果发现端上来的小龙虾有严重腥味，端上来的虾是直的、软的、有些发黑的，那一定是死虾，建议不要进食。”

最后，陈斌医师提醒，如果在吃小龙虾后有腹泻、肌肉酸痛、四肢无力，或者出现呼吸困难、小便颜色异常甚至无尿的情况，一定要及时到正规医院就诊。

张京