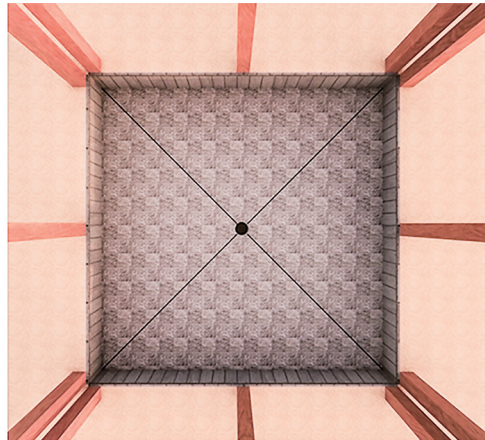


贴壁砖、勾“美缝”、瓦当似秦始皇陵……

专家揭秘甘肃礼县四角坪遗址



这是甘肃礼县四角坪遗址中部夯土台基中心的半地穴空间及甘肃考古工作者绘制的复原图。



筒瓦

瓦当

排水构件



回纹地砖



板瓦

这是甘肃礼县四角坪遗址出土的部分建筑材料。

新华社电(记者 郎兵兵)多位国内考古专家近日在“秦人故里”甘肃省陇南市礼县实地调查初步判断,当地四角坪遗址是国内罕见的秦代大型礼制性建筑群。

礼县一带商周时称“西垂”,是早期秦文化发祥地,也是秦国最早都邑所在地。20世纪90年代礼县大堡子山因发现秦公墓而闻名天下。2019年位于礼县县城东北2.5公里处、与大堡子山遥相呼应的四格子山顶发现一座近9000平方米的大型建筑群遗址——四角坪遗址,再度引发考古学界广泛关注。

经过近4年考古发掘工作,四角坪遗址“真容”渐显。记者跟随考古专家

来到四角坪遗址,只见整个遗址坐落在被“削平”的山顶平台之上,呈现出中心对称的空间分布格局。

四角坪遗址考古队领队、甘肃省文物考古研究所副研究员侯红伟介绍,四角坪遗址已发掘部分主要由中部大型夯土台基、四周的附属建筑以及四角曲尺形附属建筑组成,整个建筑群层级分明、秩序井然。整体呈现出以中部大型夯土台基为中心的对称格局。考古人员通过解剖土层发现,整个台基由34层夯土夯筑而成,每层厚7至8厘米。

走进遗址,密密麻麻的鹅卵石砌成的散水如同条条小径,古朴精美的云纹瓦当、绳纹板瓦、回纹地砖满地散落。

“这些云纹瓦当和秦始皇帝陵园外城东门遗址出土的瓦当基本一致,说明该遗址和秦始皇帝陵园修建年代相近。”秦始皇帝陵博物院院长李岗说,根据这些出土建筑材料的制作工艺和纹饰,可以初步认定四角坪遗址为秦代一处高等级礼制性建筑遗迹。

中部夯土台基的中心发现一处神秘的半地穴空间。它的地面铺素砖,四壁贴壁砖并用铁钉固定,各砖缝之间还用特殊材料专门做了“美缝”处理。种种迹象表明此处可能是一个“水池”,但中间被一口竖井状大坑破坏。

侯红伟认为,秦人尚水德,而这处蓄水装置恰好坐落于整个建筑遗址的中

心,推测此处空间乃至整个建筑群很可能是秦人祭祀“水德”的场所。

北京大学中文系教授李零、北京大学考古文博学院教授徐怡涛等人表示,尽管具体祭祀对象尚待进一步考古发掘揭秘,但多数专家形成一个共识,四角坪遗址是国内罕见的秦代大型礼制性建筑群。

陕西省考古研究院研究员田亚岐说,“国之大事,在祀与戎”,我国古代历来重视祭祀。从红山文化遗址、四角坪遗址,到汉代明堂辟雍,再到明清太庙、天坛,许多祭祀建筑的规制、设计一脉相承,生动展现了中华文明的连续性。

中医文化

“眼跳预视灾财?”,小心是面肌痉挛

茂名市人民医院中医科 黄颖

今年大热的电影中,《消失的她》绝对占有一席之地,除了扣人心弦的情节,剧中男主情绪紧张时眼部、面部肌肉不停地跳动也让人印象深刻。提及此,有人会想到俗语“左眼跳财,右眼跳灾”“左眼跳跳,好事要发生”,于是对于突然出现的眼肌跳动不少人选择一笑而过,不予理会。但如果是持续的眼肌或者面肌抽搐性跳动,经休息后症状也无法缓解,要小心,这有可能是面肌痉挛。

面肌痉挛不属于危重症疾病,但长时间的面部肌肉、表情异常会给生活、工作带来一定的阻碍,甚至影响社交活动,从而诱发抑郁、焦虑等情绪,故而大众对面肌痉挛仍需重视。

下面为大众科普一下面肌痉挛的相关知识:

什么是面肌痉挛

面肌痉挛俗称面肌抽搐,指面部肌肉(眼/口轮匝肌、表情肌)反复发作性、不自主的抽搐,多为单侧发病。在情绪紧张、面部肌肉受冷或频繁眨眼(自主运动频繁)时加重,严重时可能出现睁眼困难、口角歪斜。神经系统查体除面部肌肉抽动外未见阳性体征。

为什么会出现面肌痉挛

面肌痉挛具体病因未明,大多西医研究者认为颅窝的微血管压迫、蛛网膜黏连增厚、占位性病变或炎症反应导致的神经受压是形成面肌痉挛的重要因素。

根据面肌痉挛的临床症状表现,中医学者认为其属于“面风”“吊线风”“胞轮振跳”“痉证”范畴,“风邪”为其主要致病因素。

出现面肌痉挛怎么办

目前面肌痉挛的西医疗法主要有药物治疗、肉毒素治疗、手术治疗(如微血管减压术)等。中医则以中药、针灸、艾灸、推拿、拔罐等综合治疗为主。

如发现眼睑或面部肌肉出现不自主抽搐性跳动等这种类似面肌痉挛的症状,大众应尽早到正规医院完善影像、肌电图等相关检查以明确诊断。除了遵从医师的诊治,为提高疗效、防治并重,自己在家也可以配合使用以下方法:

1、脸部推拿按摩。取患侧面部,用大拇指或食指指腹紧贴皮肤,若是眼周肌肉抽动为主,按睛明穴→阳白穴→太阳穴、睛明穴→四白穴→太阳穴的顺序来回推按;若是脸部肌肉抽动为主,按迎香穴→颧髻穴→下关穴、地仓穴→颊车穴的顺序来回推按各5-10分钟,穴位处重点按压按摩。按摩手法宜轻缓,不宜操之过急,过久(取穴见图1)。

2、穴位艾灸治疗。艾灸可驱寒、温通经络、促进气血运行从而促进面肌痉挛恢复。若患者血压平稳,无高血压、糖尿病病史,且脸部皮肤无溃烂、脓肿等,舌苔偏淡白者可艾灸脸部局部穴位(取上面按摩穴位为主)。每次艾灸约20分钟,艾灸结束后宜喝适量温开水,可减轻因吸入艾条烟气而导致的咽喉部干痒症状。此外,需注意艾灸温度,脸部微温即可,以防烫伤。

3、避免冷风直吹面部。《黄帝内经》记载:“风者,百病之始也”“风盛则动”。风有“内风”“外风”之分。“外风”主要指自然界之风。有不少人到海边吹了整天海风后或者长时间对着空调风口、风扇



猛吹后出现面部肌肉痉挛,或脸部不自主抽动现象较前发作更频繁。由此可见面部禁风是预防和治疗面肌痉挛的重要条件之一。故平素出门可戴口罩、眼镜以避免自然界强风直吹脸部。此外,“寒为万物之源”“寒主收引”,寒邪入侵易导致人体气血经络收敛,筋脉、静脉挛缩而进一步发展成面肌痉挛,因此脸部保暖是预防和治疗面肌痉挛的另一个重要条件。患者宜用温水漱口、刷牙、洗脸,尤其入冬后气温较低更应避免凉水直接刺激面部。

4、调情养肝。《素问》:“诸风掉眩,皆属于肝”,或肝血不足,血虚生风;或肝肾阴虚而风动;或肝阳偏胜,肝阳上亢而化风;此皆属“内风”范畴。肝与情绪有关,想要调养肝脏,调控好自己的情绪是关键。“怒伤肝”,故



可见面肌痉挛的患者在情绪激动、紧张、忧思郁结时症状易加重。“阴平阳秘、精神乃治”保持情绪的平稳,是所有疾病治疗取得较好疗效的重要条件之一,故治疗期间患者需保持心情舒畅及睡眠充足。此外平日也可按压太冲穴(肝经原穴),合谷穴(面部疾病皆可用),达到平肝熄风、利湿通络止痛之效(取穴见图2、图3)。

5、多数轻中度面肌痉挛患者经治疗后基本可痊愈,病程长或病情进行性加重者易残留面瘫、眼睑下垂、听力障碍等后遗症。此病长期疗效欠佳,不要轻信旁人所谓的一次即可治愈的特效药,应坚持到正规医院进行科学性治疗,更不应该讳疾忌医。此外,饮食宜清淡,忌烟酒,少食用生冷、辛辣等刺激性较大的食品。