

庭院种菜——

# 春季种菜的准备工作

图文：本报特约撰稿人彩烟游士

猪年的春天就是不一样！到了三月份，有的年份已经是草长莺飞，有的年份莺虽没飞，但草长花开了。今年猪年很特别，到了七九河开八九雁来的季节，后院居然一朵花都没开放。都夏令时了，从加拿大吹来的北风，还像猪一样“嗷嗷嗷”地叫个不停。

虽然今年春来迟，但种春菜的准备工作应该紧锣密鼓地展开了。春季种菜的准备工作大致有五点。

1. 种子。到3月份的时候，蔬菜种子都收集或者购买得差不多了。根据我几十年的种菜经验，有的蔬菜种子很多年之后，出芽率还是相当的高。我有一包2011年菜友送给我的辣椒种子，去年（2018年）春天的发芽率在80%左右。我在2015年买的一包红菜苔种子，前两天在室内育苗，发芽率在90%以上。所以说，蔬菜种子只要放在冰箱或者冰柜里，可以用好几年。如果种菜经验不是很丰富，可以在早春取少量陈年种子试验一下，看种子的发芽率如何。如果种子保存的不好不发芽了，还可以及时购买。

2. 挖地。中国有句俗语，叫做春雨贵如油。这句话，其实是对中国北方的，不适合美国北方。美国北方冬天春天多雨，春天时难得有几天好天气。到了3月份，如果连着三四天不下雨，菜地一般可以翻地了。菜地整理好之后，只要不是下着大雨，就可以抽时间播种或移栽了。

3. 肥料。美国北方春天的菜地里没有什么蔬菜，这个时候是施基肥的最好季节。在翻地之前，撒点有机肥和化肥，翻地时一起混入土里。我今年用的有机肥是鸡粪，是去年买的。春天的时候，一些美国商店有鸡粪出售，我通常买几包放起来，夏天和秋天的时候使用。如果没有用完，可以留到第二年再用。只要保持鸡粪和化肥的干燥，这些肥料可以保存好几年的。很多城市有免费的马粪。如果自己有辆小卡车，每年



常用的农药。



鸡粪，很好的有机肥，做基肥。

拉一车马粪做基肥也相当的不错。

4. 农药。自己种菜最大的好处就是可以少用甚至不用农药。但是，自己种过菜的朋友都知道，种菜的过程就是和害虫斗争的过程，不开杀戒几乎是不可能的。我在后院菜地里用的农药，都是低毒或者无毒的。譬如说，杀粘粘虫，我用Sluggo；粘粘虫和西瓜虫一起杀，我用Sluggo Plus；杀叶子上的菜青虫，我用除虫菊酯；杀蚜虫，我用稀释的洗碗液。

5. 育苗。北方的春天短，所以育苗非常有用，可以延长种菜季节。只是育苗过程非常繁琐，所以一些春菜（如生菜、青菜、白菜、茼蒿）我就直播了。春莴

笋我每年都是育苗的。育苗的春莴笋比直播的春莴笋看起来更整齐，在网上显摆的时候，可以收获更多的点赞，更好地满足我的虚荣心。春季育苗最要注意的问题是光线问题。如果温度不是低得能冻死菜苗，一定要把菜苗放在太阳下晒苗。一直在室内长大的秧苗都是豆芽苗。豆芽苗是废苗，移栽到地里长不好的。

春季种菜的准备工作就绪之后，剩下的工作就是每天看天气预报了，有时候一天看好几次。等到春雪一融化，就可以迅速把春菜播种下去。到5月份，加州和南方的业余农民到了青黄不接的季节。那时候，我们北方农民就有吃不完的蔬菜了。

（←上接B6版）

## 医生怎么看？

肿瘤科医生怎么看替代疗法/偏方？

下面的话来自美国克利夫兰医学中心的乳腺肿瘤科主任Dr. Abraham。

“作为一名行医多年的肿瘤科医生，我已经听了很多以下的说法：

‘我买了一头奶牛，从此以后我要喝完全没有污染的牛奶。我彻底改变了饮食，只吃有机食物。’

‘我认为癌症治疗药物就是毒药，会杀死我的免疫系统。’

‘我们更相信自然疗法，由内而外地治愈癌症。是的，自然疗法确实很贵，但是可以救命啊，贵也要做。’

有些病人们从朋友那里或网络上听到看到一些有关癌症放疗化疗的可怕故事，有些甚至根本就是以讹传讹。出于各种原因，他们更愿意相信那些号称有效且安全的偏方。

尽管我一再告诉他们：‘你患的这种早期乳腺癌，超过90%的病人治疗效果都很好’或者‘有些药物不是化疗药物，是靶向药物，不会损害你的免疫系统’，这些都无济于事，我的逻辑思维根本说服不了他们。我能做的就这么多，行医多年，我早已学会了不去评判别人。我的责任就是告诉病人正确的可以选择的治疗方法，如果他们不听我的，我只能接受他们的选择。

不幸的是，在几个月或者几年后，我常常再次见到这些病人，他们花了成千几万美元，改变了生活方式，只吃有机食物，但是都没什么用，癌症已经转移或者出现了其它的对身体的负面影响。

事实上，很多号称‘纯天然的可以治愈癌症’的替代疗法是无效的，它们的背后是一整套的产业链，利用无助的病人的惶恐和焦虑来牟利。”

几乎所有的肿瘤科医生都碰到过这样的病人。

## 选择谁来做你的战友？

有些人会说那些偏方虽然无效但也没什么坏处。

就算没有副作用，那么，耽误治疗时机算什么呢？借刀杀人？见死不救？

怎样治疗癌症，甚至治还是不治，说到底，都是病人的决定。不仅需要体力和金钱，还需要一点智商。

医生们，看惯了生死，见多了人性，能做的事是帮助那些想要活下去、并且相信现代医学的癌症患者们，打一场生命保卫战。

对癌症患者及家属来说，抗癌无疑是一场硬战，核心问题是：你，选择谁来做你的战友？

（本文首载于微信公众号“同语轩”，本报经作者许可刊载，版权归属原作者。）