

# 在病房几乎每天要走近80里路

## 瑞金医院护工阿姨吴春水“退休”了,病区特意举办欢送仪式

1994年,吴春水从安徽来沪打工,成为一名瑞金医院的护工。多年来,她尽心尽责地努力工作。瑞金医院胃肠外科三病区,主要收治的是胃、肠恶性肿瘤的患者,4位护工阿姨搭班负责整个病区。62张床位,一床一病人,术后病人身上有静脉导管、氧气管、导尿管、引流管,少则二三根,多则七八根。晚上,随叫随起的护工阿姨是睡不安宁的。吴阿姨说,在病房几乎每天要走近80里路,一天到晚两只脚都痛。护工阿姨们出夜班的当天,基本回家倒头就睡。

泡开水、喂饭、擦身、翻身,护工阿姨的工作忙碌又琐碎。病区护士长熊少洁说,24小时陪护在患者身旁的阿姨们,很能抓住患者病情的细节。引流管里的液体是暗红色还是鲜红色?病人的咳嗽声中是否带有喘鸣声?病人手术伤口处是否有异味?这些阿姨们都会时刻关注。

二十多年里,阿姨们随医生查房“偷师”学到不少。一看一听一闻,她们也能知道一二,并及时向值班护士汇报。有一天,在协助病人翻身的吴阿姨,闻到病人伤口处有异味,立即跑去对值班护士说,这个病人有点不对劲,你快去看看。医生接报后,为患者做了淀粉酶测试,



今年是护工吴春水在瑞金医院工作的第26年。这个月开始,她“退休”了。66岁的她在护工岗位默默无闻付出半辈子,除了病房中的医生、护士,很少有人知道她是谁,通常她的名字会被一个称呼取代——“阿姨”。她所工作的胃肠外科三病区不久前为她举行了个简单却隆重的“欢送仪式”,为她颁发了纪念杯,送上鲜花。这位平凡的护工阿姨,在岗位上兢兢业业,凭“实力”圈粉,赢得了医护人员和患者家属的尊重。

检查结果显示,病人手术后发生了早期瘘。一位女患者做了肿瘤切除手术,医生为她做了造口即人工肛门。虽然患者和家属接受了出院宣教,但回家后,面对造口袋中的污

秽物,还是手足无措。不得已,家属拨通了吴阿姨电话。吴阿姨说,“他们特地派车子到医院来接我,还把我送回来。”当时正在生病挂盐水的她,拔了针头就往患者家里赶。推开

门,哭作一团的一家人看着吴阿姨,仿佛看到了希望……毛里求斯留学生马尼斯说,医院里的医生护士固然不可缺少,但是我们也离不开护工阿姨。

因为吴阿姨的家在上海,通常春节期间都是她一人坚持在岗。今年,新冠疫情来袭,接替自己的同事回不了上海,即便动身回沪,还要依规隔离14天。吴阿姨一个人承担起整个病区的护工工作。就这样,从1月31日到4月16日,吴阿姨扛了70多天。吴阿姨的工作也得到了患者、医护人员的一致肯定。仅去年,吴阿姨便受到了各级各类表彰5次,患者每每写表扬信也忘不了夸赞她几句。

不过,吴阿姨说自己年龄大了,打算和老伴回老家了。不久前,她受邀参加了胃肠外科三病区例会。病区主任刘文韬感谢她在工勤岗位上做出的贡献。刘文韬说,在护工的岗位上,吴阿姨也一样见证了医院的发展和科室的变迁,看着年轻医生们从小医生逐渐成为青年骨干乃至专家。在她的身上,年轻医生们也看到了闪光点——认真做好自己岗位上的事,就是一件伟大的事。

本报记者 左妍 通讯员 周邦彦

### 新民随笔

## 不惧困难

杨玉红

随着电视剧《三十而已》大结局的播出,网友们吵翻了;部分网友认为三个女人的经历很励志,也有部分网友则认为这是一部打着“女性独立”旗帜的电视剧,担忧播出后会给很多家庭带来不好的影响。

在电视剧的大结局里,在许幻山因为蓝色烟花爆炸事故而进监狱后,顾佳冷静地反思自己在婚姻生活中的错误,承担丈夫留下来的烂摊子,卖房还债,最后带着父亲和儿子去

茶山重新开启人生之路;王漫妮认清自己需要什么,放弃小镇安稳的生活选择,拒绝了梁正贤的复合请求,拒绝高薪岗位,最终选择出国留学;钟晓芹和陈屿成功复婚,钟晓芹还拿着写作赚来的钱给婆婆买好房子,和陈屿过上甜蜜的小日子。

三个女人遭遇了自己最惧怕的挫折和困难,战胜自我,走出人生低谷,各自美丽。这部剧真的会影响很多人的现实生活吗?未必!我们则从三个女人的经历中看到了一种人生态度:不惧困难,认识自我,活出自己的精彩。

我们在前进的道路上,总会遇到种种挫折、障碍、甚至是让自己一时难以忍受的痛苦。一些人会不自主地选择退缩、躲避,一些意志坚定的人会保持高昂的斗志,在困难和挫折中寻找、把握提升自我的机会。随着年龄的增长,越来越多人会发现,个人的成长、生命的精彩往往就是自己在迎难而上、克服障碍的过程中收获的一个个小惊喜。

不惧困难的同时,我们还要清醒地认识自我。鬼谷子说:“故知之始己,自知而后知人也。”意思是想要了解他人,就必须先从了解自己开始,了解自己以后才能了解他人。世上最重要的事就是认识自我,用简单的心境,对待复杂的人生,方能淡看得失,从容入世。

最后,非常喜欢剧中“而已”两个字。“而已”起到修饰作用,意为如此、罢了,仿佛一束光照进了我们的生活。30岁会怎样?40岁又如何?这只是一个新起点,每一天都是全新的一天,每一天都要微笑面对、全力以赴。

## 英仙座流星雨今晚将如约而至

爱好者最好在开阔地带躺着欣赏

本报讯(记者 郢阳)今年的8月,是天文发烧友的盛宴。欣赏完“十五的月亮十四圆”后,颇负盛名的英仙座流星雨也将在今晚如约而至。

有“圣洛朗的眼泪”之称的英仙座流星雨,是每年暑期“天空剧场”的保留节目。它与象限仪座流星雨和双子座流星雨一道,并称北半球三大流星雨。

据介绍,英仙座流星雨的活跃期是7月17日至8月24日,本年度预报极大为

12日21时许,ZHR(天顶每小时出现率)约在80-120之间。

观测流星雨需要选择开阔、没有光污染及平坦安全的地点,天气当然希望是晴空万里。汤海明提醒大家,观测流星雨最好的工具是肉眼。仰头观测可能坚持不了多久,带一个躺椅或是平躺着欣赏是个不错的选择。有人总对流星雨存在误解,以为会像烟花那般密集出现。事实上,即便是达到极大值时,流星也可能几分钟才出现一颗。

## 白鲸姐妹花“小白”“小灰”完成陆上适应练习 在冰岛克列特维克海湾重回大海

本报讯(记者 陆梓华)离开上海一年多后,长风海洋世界曾经的白鲸明星姐妹花“小白”和“小灰”,终于回到了大海怀抱!海洋生物基金会在其官网宣布,“小白”和“小灰”已完成了在白鲸保护区的陆上适应练习,日前来到了冰岛克列特维克海湾。

在小白鲸抵达冰岛的近一年多时间里,来自海洋生物基金会和上海长风海洋世界的专家和兽医团队始终在海湾附近的一个陆上训练中心,陪伴白鲸姐妹熟悉环

境,帮助他们增加鲸脂以适应亚北极区冰冷的海水,并识别即将在陌生海域遇到的动植物。海洋生物基金会负责人安迪·布尔表示,已经进行的白鲸姐妹回家准备工作一切顺利,从训练中心转运至适应池,意味着它们距离真正“回家”只有“一步之遥”。适应池和大海连通,同为纯自然环境。这也是“小白”和“小灰”自2011年以后,第一次回到有海浪起伏、有海藻飘摇、更有海洋生物朋友做伴的蔚蓝色的家。

## 民航局单日发出3份“熔断指令”

本报讯(驻京记者 潘子璇)记者今天从民航局获悉,8月11日,民航局单日发出三份“熔断指令”,分别对阿联酋阿提哈德航空公司 EY862 航班、中国东方航空公司 MU212 航班、斯里兰卡航空公司 UL866 航班采取熔断措施。

三家航企8月17日之前的航班可以继续执行,如期间触发熔断机制,熔断时间将予以累加计算。

## 上海昨新增4例境外输入病例

本报讯(记者 郢阳)8月11日0-24时,通过口岸联防联控机制,报告4例境外输入性新冠肺炎确诊病例。

8月11日0-24时,无新增本地新冠肺炎确诊病例。

又讯 国家卫生健康委员会12日通报,8月11日0-24时,31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团报告新增新冠肺炎确诊病例25例,其中境外输入病例16例(广东6例,上海4例,内蒙古1例,浙江1例,福建1例,山东1例,四川1例,陕西1例),本土病例9例(均在新疆);无新增死亡病例;新增疑似病例1例,为境外输入病例(在上海)。

## “农家翻译”用方言讲小康故事

松江区石湖荡镇老人学文化学时政不吃力

本报讯(首席记者 王蔚)81岁的谢晋泉老伯是松江区石湖荡镇东港村的村民,他还有一个身份——“农家翻译”。如今,全镇有26名“农家翻译”活跃在乡村的各远程教育收视点,职责是把石湖荡镇社区学校开设的各类课程,以及时政新闻、惠民惠农政策等,用松江方言“翻译”出来讲给老年学员们听。这几天,镇里又在物色新的志愿者,争取扩大队伍,每个村至少配备一名“农家翻译”。

石湖荡镇60岁以上的老年人共有8806人,占户籍人口的61.3%,高龄文盲老人多达七成以上,他们中很少有人能完全听懂普通话,平时大家更愿意用浓浓的乡音聊家长里短。镇社区学校的远程收视班已办了

多年,内容有农业科普、生活休闲、卫生保健、烹饪营养、文明礼仪等,还会时常传播一些国家大事、上海新闻和社会新风。作为优秀学员的谢晋泉老伯发现,班上有好几位老人听课很吃力。远程教育都是普通话教学,一堂课下来,老人们不要说记笔记了,很多地方听都听不明白。于是,曾经当过初中数学教师的谢晋泉,自告奋勇当起了辅导员。“每天的课是9时10分开始的,到现在我都是骑电瓶车去上课的,7时多就到了,可以和大家一起温习一下前一次课的内容。课后,我还会把记的笔记再用松江话复述给大家听。如果我也有搞不懂的地方,就回去翻书查资料,等下一次上课时再跟大家交流。”

谢老伯说。

“农家翻译”还有一项任务是协助大家写作业。虽然听课的都是60岁以上的老人,但班级里有要求,希望大家经常写写学习心得。有的老人写得不通顺,“农家翻译”就逐篇帮着修改。有的老人不会写文章,这也没关系,可以口述出来让“农家翻译”帮他们“译”成文章。学校还会每年出一本集子,汇编每位学员一学年里的最佳作业。新中村的蒋阿婆已是耄耋之年,不会用电脑,她的作业是“农家翻译”帮她打印的。当蒋阿婆看到自己的作业被印成了书,心里别提有多高兴了,一有邻居来串门或有小辈来探望,就把作业集拿出来展示。