

母亲,怀抱温暖,抚育成长;护士,白衣天使,疗愈伤痛。当母爱的光辉与护士节的奉献精神交织在一起,我们迎来了一个特别时刻。5月12日,母亲节遇上护士节,记者走进身边可爱的她们,一起分享她们的艰辛付出和感动瞬间。

## 母亲节遇上护士节 致敬身边的“她”



程翠平正在整理记录当天的工作情况。 全媒体记者 黄友安 摄

### 程翠平:永不“缺席”的护士却是位总“缺席”的母亲

5月10日上午,刚刚忙完上午最后一位胃镜检查的病人,记录下工作情况后,程翠平颇有些害羞地走向记者,“不好意思,让你久等了。”

谦逊严谨、坚守负责是程翠平给人的第一印象。在内镜中心工作了27年的程翠平,一转眼,从懵懂青涩的小护士,到现在早已是“老资历”。谈起护士生涯中印象深刻的几件事,其实也都与她自己的母亲身份有关。

初为人母时,孩子经常生病,可是科室当时人手不够,三个护士中,两位即将退休。于是年轻的程翠平便默默

承担起科室里最繁重的活儿。天不亮就出门,天黑了才回家。“有次我孩子发烧,我爱人发了火,直接冲到了我科室,结果科室外挤满了病患,他找了半天才找到我,才真正理解了我的工作。”程翠平回忆。

2018年3月,西藏一市级医院为创三甲,要开展ERCP(胆总管结石)项目,安庆需要有经验的医护人员搭档前往西藏支援,此时程翠平的女儿还有3个月即将中考……2020年,新冠肺炎疫情暴发后,程翠平被抽调到迎宾馆发热门诊,40天三班倒,期间未回家一次,当时她女儿正是高三的关键时期……“工作来了必须上,我女儿很懂事,我家人也都支持我。我从西藏回来的那天,正好她参加体育中考,

现在回想起来,作为母亲,我可能很多时候都“缺席”了。”

某些时候,妈妈的身影可能“缺席”了,但更多时候,妈妈的爱一直从未离开。程翠平的女儿吴问婕受妈妈影响也踏进了学医的大门,如今正在皖南医学院读大三。“小学一放学我就去医院找妈妈,呆久了就对医院大楼的构造比较熟悉,最开心的就是能给一些来看病的爷爷奶奶指路,感觉自己还是挺有用的。学医也是渐渐受了妈妈的影响,如果我步伐快一点说不定还能和我妈一起上班,想想还是挺有意思的。”吴问婕调皮地和记者说道。

### 周媛:患者的满意就是最好的肯定

在医疗卫生服务体系中,乡镇卫生院是承上启下的枢纽,承担着维护基层百姓健康的重要职能。今年31岁的周媛就是望江县长岭卫生院一名普普通通的基层护士,上个月她刚刚休完产假回到自己熟悉的岗位,继续日复一日的忙碌。

在卫生院,周媛主要负责儿童健康体检和后勤工作,除了具备专业的护理技能,她还了解不同年龄段患儿的心理需求,对应采取不同的方式。“村里大多数都是留守儿童,因为与父母长期分开,有的孩子不与人交流,有的爷爷奶奶不懂健康知识。”为了稳定孩子的情绪,周媛每都是使出浑身解数,安抚、唱歌、讲故事……

长岭卫生院的特色专科是蛇伤专科,是望江县乃至安庆市唯一一个治疗蛇伤的乡镇卫生院,每年3月份是蛇咬

伤的高发期。2020年3月份的一天,周媛正值夜班,12点左右3个被蛇咬伤的病人搀扶着找到卫生院,其中还有个10岁左右邻县的小孩子。“家长一时着急,费用可能带的不够。我就和家长解释了救治患者都是先诊疗后付费,第二天再进行缴费都可以,救治为主。”经过细致周到的治疗,很快患者便出院了。几周后,当初被咬伤的小孩写来感谢信,稚嫩的笔迹清晰地写满真挚的话语。“患者经过治疗后,能给我们一个真诚的微笑,对我来说就很满足了。”周媛语气温柔且坚定。

“养儿才知父母恩”,初为人母的周媛感受到了养育孩子的不易和艰辛。“上班后女儿白天都是跟着外婆,身份有了转变,在工作中碰见孩子会不由自主的把他们当成自己的小孩来哄,碰见自己带着孩子的妈妈也更能体会到她们的不容易,能多帮一点就帮一点。特别感谢我的妈妈,让我能更加安心的平衡工作和家庭之间的关系。”

5月12日晚上,记者看到周媛在朋友圈晒出的和妈妈一起享用烛光晚餐的照片并配文:“妈妈忙活了大半辈子,没体验过什么叫‘烛光晚餐’,这个母亲节在家下厨,点上蜡烛,带老妈感受下浪漫。”自己作为新手妈妈,第一次过母亲节,又恰逢护士节,周媛的爱人也送上了鲜花和蛋糕。“妈妈和护士这两个身份都是我一生的荣耀,我很珍惜。希望所有的孩子都能感受到母亲的爱,希望所有的护士都能得到患者的尊重。”周媛有些腼腆地说道。

全媒体记者 许娟 通讯员 高庆宁 王辉

## 太湖:精栽梧桐树 引得金凤栖

本报讯 近年来,太湖县北中镇加大“双招双引”工作力度,让太湖返乡创业人才各尽所能、大展其长,为北中“工业小镇”发展奠定了坚实基础。

通过举办一系列活动,北中镇跨省引才支持企业稳工稳产,并在上海浦东、浙江舟山、福建泉州等地设立了流动党支部+招商办,开启太湖返乡创业“引才大战”,详细推介太湖县区位优势、产业布局、人才政策等。今年以来,该镇开展外出“双招双引”活动3次,举办太湖返乡创业座谈会2次、观摩会1次,达成投资意向协议3个,完成招商项目落地2个。

北中镇加快太湖返乡创业园建设,并为企业大力开展技能培训、实名制帮扶等活动,让返乡创业青年、

就业青年搭上了成才“快车”、帮扶“直通车”。今年以来,该镇累计培训各类技能人才300人次,为返乡青年提供就业岗位160个,帮扶脱贫人口96人。目前,太湖返乡创业园正在建设,计划今年9月交付使用,将为太湖返乡创业搭建更好平台,提供更优营商环境。

北中镇坚持以太湖返乡创业为桥梁和纽带,充分发挥科技型骨干企业引领支撑作用,帮助轩宇能源、申禾智能等公司成功申报县规上企业、全国高新技术企业,进一步提升了企业的综合竞争能力。同时,广泛收集企业意见建议,帮助企业解决用工、物流、资金等问题,助力企业发展。

(全媒体记者 罗少坤 通讯员 吴承钺)

## 宿松:擦亮文明底色 弘扬时代新风

本报讯 宿松县九姑乡努力培育文明乡风、良好家风、淳朴民风,不断凝聚乡村治理向心力,激发乡村振兴内生动力。

九姑乡采取党员带头讲、科干岗位讲、村干部入户讲等多种形式,持续宣讲宣讲党的二十大精神,将课堂搬到党员群众“家门口”。同时,组织理论宣讲志愿服务队开展内容丰富、形式多样的宣讲宣传活动,展示优秀传统文化美德、优良民俗民情。去年以来,共开展乡风文明类宣讲30余场次,覆盖2000余人。

该乡结合“我们的节日”活动,在春节、元宵、端午等节日节点,广泛开展好媳妇、好婆婆、星级文明户、美丽庭院等评选活动,凝聚文明新风正能量,以培育良好家教家风

助推文明乡风。

九姑乡大力弘扬中华优秀传统文化,在春节期间开展写对联送温暖活动,让年味从笔尖走向群众心间。举行“大地欢歌 美好安徽”2024年安徽省“村晚”,串联本地传统文化和特色习俗,丰富群众精神文化生活。今年以来,共开展乡村村晚、“送戏下乡”、好家风建设等群众性文艺活动20余场次,受众15万人次。

该乡加快美丽宜居自然村建设,今年来,新安前溪、国赛红岭、单岭上下楼、油坊苏屋已通过县级美丽宜居自然村建设评估验收,创建美丽庭院38户,全力营造干净舒适的美丽宜居环境。

(通讯员 宋航 全媒体记者 许娟)

## 防灾减灾进校园

5月10日上午,望江县凉泉乡联合县应急管理局和消防大队,走进凉泉中心小学,开展以“人人讲安全,个个会应急”为主题的防灾减灾知识宣传科普活动。

活动中,望江县消防大队的工作人员向孩子们讲解防震、防火、逃生避险等科普知识,普及灾情预判常识及灾情发生后正确的逃生方法,同时开展地震疏散演练,有效提高了师生们防灾减灾意识和应急避险自救能力。

通讯员 李国栋 摄



## 女性患上阴道炎 这些护理要点要做好

黄小霞

女性很容易患上阴道炎,但你不要觉得这是小事,从而忽视了阴道炎的护理,否则疾病是很容易会复发的,为了避免此种情况发生,那么以下这些护理要点你一定要做好。

### 一、适当运动

不可长时间久坐,尤其是办公室女性,否则既会使得下肢血液循环不顺畅,也会使得盆腔因反复充血从而引起盆腔疾病,还会使得下身因一直处于不透气的状态导致病菌滋生从而引起感染及炎症,因而建议患者最好坐一会儿便起来活动一下,平时还可选择一些如瑜伽、散步等运动强度较小的运动项目。

### 二、调整心态

不要觉得阴道炎是让人难以启齿的疾病,只有你能正确的对待疾病,才能鼓舞自己并树立和增强治疗的信心,才能提高护理的依从性从而积极配合护理工作,才能因此而提升治疗的效果并改善生活质量,因而建议患者一定要重视自己心态的调整,让自己放松下来,不要理会别人的目光,多接触一些新鲜食物,转移自己的注意力,让自己的压力不要那么大。

### 三、合理饮食

一要重视饮食原则,最好根据自身的营养状况,制定科学的饮食计划,然后合理搭配膳食结构,注意膳食的多样化,营养、均衡、清淡饮食,低盐、低糖、低脂饮食,同时还要注意不可挑食、偏食或节食。

二要多吃以下食物,一方面要多吃如柚子等具有降火作用的水果、如肉桂等具有对抗感染作用的调料、如牛奶或蛋类等富含蛋白质的食物、如新鲜蔬菜和水果等富含维生素的食物、如薯类或全麦糙米等富含碳水化合物的食物,另一方面要多喝以下饮品,例如水、含有双歧杆菌的酸奶以及具有清热祛湿功效的猪肝马鞭草、具有健脾、祛湿、止带功效的莲子白果饮等。

三要少吃或不吃以下食物,一方面要少吃或不吃如雪糕等冰冷的食物、如糖果或蛋糕等的高糖食物、如牛肉或羊肉等的挥发性食物、如鱼虾或鸡头等腥发类食物、如橘子或桂圆等容易上火的食物、如辣椒或大蒜等辛辣刺激性食物、如油条或肥肉等的油炸或油腻食物、如冬瓜或西瓜等会助增湿气的食物,另一方面要少喝以下饮品,例如咖啡、浓茶、浓缩果汁、碳酸饮料等。

### 四、注意卫生

一是若要在经期洗澡,则最好选择淋浴,尽量避免盆浴,另外还要避免阴道用药。

二是经期一定要使用合格的卫生用品,不能乱用卫生纸,同时也要做好经期卫生,勤换卫生棉。

三是勤换、勤洗、勤晒内裤,且洗内裤的盆及肥皂应专人专用,并避免与其它衣物混在一起。

四是掌握正确的清洗外阴及肛门的顺序,先清洗外阴,再清洗肛门,有利于降低交叉感染发生的几率。

五是保持外阴的清洁,最好在每天睡前用温开水清洗外阴并换内裤,但要注意的,一方面要避免反复冲洗阴道,另一方面要避免长期使用洗液清洗外阴,此外还要在这个时间用药,因为此时患者不会活动,所以药物不会流出来,也不会影响药物的效果,如若白天用药的话,会在活动时因药物融化而流出来从而影响治疗的效果。

### 五、其他方面

一是戒烟或减少抽烟,以免身体免疫力下降出现内分泌失调的情况导致病菌侵入从而引起炎症感染。

二是患病期间最好节制或不要进

行性生活,也不要大量使用广谱抗生素,以免引起阴道正常菌群失调。

三是若患者是由于长期口服避孕药而引起的阴道炎,建议患者最好立即停止服用避孕药并就医接受正规治疗。

四是若有外阴瘙痒情况,则一定要避免通过过度抓挠、摩擦、热水洗烫等方式止痒,此时建议立即就医检查并进行专业的治疗。

五是平时最好穿着宽松、柔软、舒适、透气性好的棉质内裤,且要注意内裤也不可过紧,以免因衣物紧身不透气使得出汗多的同时下身分泌物增加致使细菌生存繁殖从而引起阴道炎。

六是不要由于害羞等原因不去看医生而胡乱吃消炎药,以免导致疾病复发。

总之,女性患有阴道炎后还是应该高度重视的,要多了解并牢记上述的护理要点,之后积极做好相关的护理工作,如此才能在一定程度上避免疾病复发,同时也能增加治疗的效果。

(作者单位 安庆市中医医院)



## 望江:爱心直播助农增收

本报讯 5月12日,望江县鸦滩镇社群团购&直播货源选品基地迎来了一位特殊主播——脑瘫女孩黄蔚。

黄蔚是望江县鸦滩镇人,现为安庆市作家协会会员。她在两岁时被确诊患有脑瘫,从未踏入过校门,自小在外公的教导下识字,看电视学拼音,还用绳子把笔绑在手上练写字。无论多忙,她始终坚持写作,代表作诗词集有《子夜谈(黄蔚文选)》,代表作歌曲有《梨花愿》《秋天的叶》《念往昔》等。

黄蔚说:“能和一群热爱生活、热爱故土的人在一起共事,十分开心。公司同事耐心地指导我学习直播规则和技巧,我现在每天除了写作外,大部分精力都在了解基地内

农产品特点,构思直播话术,希望自己能在直播赛道上能取得成绩,帮助家乡农产品走出去。”

黄蔚努力奋斗、乐观向上的精神深深打动了基地负责人袁泽明,“黄蔚自强不息的精神值得我们每一位创业者学习,希望自己能带动更多的家乡父老通过直播等方式致富,为家乡的发展贡献自己的力量。”袁泽明说。

据了解,鸦滩镇社群团购&直播货源选品基地已推动该镇15个行政村产业发展公司同基地建立合作关系,截至目前已将全镇70余种特色农产品纳入电商平台销售,预计线上年销售额突破1200万元。

(全媒体记者 汪秀兵 通讯员 洪文兵)

## 当好电力“护考人”

本报讯 国网安庆供电公司自5月6日起连续多个工作日,组织技术业务骨干,对安庆二中、石化一中人民路校区、安庆十中三个考点进行现场勘查,将高中考保电的备自投装置和用电保障低压监测装置投入实施计划,确保在高中考前实现“双电源”全自动切换供电,为2024年高中考可靠供电加入“双保险”。

在“主电源故障后,备用电源自动投入,为考点实现不间断供电,供电可靠性将大大提高。”该公司高压运检一班副班长夏禹向学校相关负责人介绍说。

此次备自投装置和低压检测装置安装工程位于学校内部,为保证工程顺利开展,国网安庆供电公司开展专项工作,做好施工前的各项

准备工作,“大家在施工过程中,在确保安全的前提下,要极力减少对学生学习的影响。”国网安庆供电公司迎江分公司总经理汪伯康对工作人员一再叮嘱。

下一步,国网安庆供电公司将持续跟踪考点备自投及低压检测装置投入情况,同时,开展对辖区考点的电力线路、供电设备的专项巡视,排查隐患并及时消除缺陷,做实做细供电保障以及应急抢修工作,确保涉考线路及设备处于良好运行状态。(通讯员 夏静)

