

讲红十字好故事 传人道正能量
“红十字感动人物”爱心事迹展播

爱心一家人

——宁波江虎成一家三口 10 多年的爱心延续

十多年前，
感恩的女儿捐献遗体

2000年3月，弥留之际的女儿江敏，将遗体无偿捐献给医学事业。江敏成为宁波最年轻也是最早生前登记、后实现捐献的遗体捐献志愿者。

时间回到1998年。正值花样年华、25岁的江敏被查出罹患恶性神经母细胞瘤。面对疾病带来的贫困和生命威胁，年轻的江敏用折千纸鹤的方式转移注意力抵御病痛，顽强地与病魔抗争，乐观地直面现实、对待生活。

生命是美好的，年轻而坚强的生命更加折射出人性的光辉。《宁波晚报》一则《千纸鹤载她搏击苍穹》的报道，引起了社会各界的强烈反响，许多素不相识的热心市民纷纷向江敏一家伸出援手，“宁波爱心”上善若水，让江敏鼓起了面对乃至战胜疾病和死亡的信心和勇气。仅剩2个月生命的江敏在大家的关爱下，竟然奇迹般地坚持了2年，延续了700多天的生命时光。期间，江敏一直想着怎样回报社会、回报爱心、回报生命。心地善良的江敏经过深思熟虑，决定尽其所能——去世后捐献遗体，用于医学研究，以挽救更多的生命。她美好的想法和意愿，得到了父亲江虎成和母亲张吉英的理解与支持。

江敏在生命最后时刻所作出的美好抉择，为宁波这座爱心城市增添了关爱—感恩—捐献爱心接力的底色，为人道捐献增添了永不淡化的色彩，她的姓名、生卒年月和定格的笑容被镌刻在宁波市遗体捐献纪念陵园纪念墙上。遗体捐献纪念陵园，这座永远耸立不倒的人道标志，是用爱心铸就的不朽纪念碑，它不仅为捐献者家属提供了一个寄托哀思的平台，它还是“宁波市红十字青少年教育基地”。江敏美丽的笑容感动着宁波市民，感动了一届又一届前去瞻仰的青少年。

十多年后，
感恩的父母登记捐献遗体

2014年4月，江敏年迈的父母江虎成、张吉英决定像女儿一样捐献遗体、捐献器官，回报不能忘却的社会关爱。

父亲江虎成已是满头白发，母亲张吉英多年腿脚不便。二老说：“当年，我们含泪求助，没想到却得到了社会各界无数好心人的关心和援助，这一段经历，我们每每想起，内心的感激实在是没办法用语言来表达……”

张吉英说：“滴水之恩当涌泉相报。我们心中一直满怀感恩，所以当年阿敏决定要捐献遗体时，我们非常支持。阿敏走后这十多年，有个念头一直在我们心里，就是要跟女儿一样，捐献器官和遗体，为社会作点贡献。”江虎成说，“人的一辈子，走了带不走什么，留下眼角膜，可以让那些盲人重获光明；留下遗体，可以为医学事业做出贡献。”

十多年来，江虎成夫妇一直为“宁

波爱心”泽被女儿生命的最后光阴所感动，并在感动中慢慢理解和参悟了女儿的善举和感恩；十多年来，二老收集了200多份有关遗体、器官捐献等相关信息的报刊，他们认定女儿的爱心选择是高尚的、是睿智的。他们决定在有生之年，要登记成为遗体捐献和器官捐献志愿者，让女儿这份爱心延续下去。

按照二老的意愿，宁波市红十字会与遗体(角膜)捐献接受站工作人员一起上门，为他们办理了遗体(角膜)捐献登记手续。延续了十多年，一家人都成了人道捐献志愿者。

十多年来，
“宁波爱心”延绵不断

这个爱心一家人是充满爱心、满怀感恩之心的“宁波爱心”缩影。生命关爱

在宁波已逐步形成了社会风尚。目前，全市已登记遗体、角膜、器官捐献志愿者1857人，成功实施遗体捐献62例、器官捐献90例、角膜捐献110例，为保护人的生命与健康作出了积极贡献。

江虎成、张吉英老人说：“每年清明祭扫时，都会来到宁波遗体捐献纪念碑和纪念墙前，和女儿说说话。看到这么多的市民都跟她一样做出了同样的决定，我们十分骄傲，心中的想法更加坚定了。”

诗人席勒说：“爱能使伟大的灵魂变得更伟大。”江敏的父母希望实现捐献后，能和女儿一起定格在同一面纪念墙上，这样就可以和女儿在一起了。

爱心是可以跨越时空来传递的。十多年前，爱心女儿捐献遗体。十多年后，感恩父母沿着女儿的爱心轨迹，演绎了志愿捐献的又一场人道大戏。

救护知识

被困电梯内如何自救?

随着社会的发展，高层建筑越来越多，作为特种设备之一的电梯给人们带来方便的同时，也常出现意外。那么，被困电梯内该如何自救呢？

一般电梯故障的情况有两种：一是突然停止运行；二是失去控制急速下坠。人被困电梯后，最重要的是在最短的时间内与外界取得联系，寻求救援。一旦被困电梯内，请大家做好以下几点：

1. 乘客被困后，最好的方法就是按下电梯内部的紧急呼叫按钮，这个按钮会跟值班室或者监视中心连接，如果呼叫有回应，你要做的就是等待救援。

2. 如果你的报警没有引起值班人员注意，或者呼叫按钮失灵了，你最好用手机拨打报警电话求救。目前，许多电梯内都配置了手机信号发射装置，可在电梯内

正常拨打电话。

3. 如果适逢停电，或手机在电梯内没有信号，请务必保持镇静并保留体力等待救援，可大声向外面呼喊，以期引起过往行人的注意。

4. 切忌强行扒门，因为电梯在出现故障时，门的回路有时会失灵，这时电梯可能会异常启动。如果强行扒门，容易造成人身伤害。另外，电梯停运时无法得知身处楼层位置，盲目扒开电梯门，会有坠入电梯井的危险。

5. 遇到电梯急速坠落时，请将背部紧靠电梯，膝盖弯曲，双脚稍稍往外，这样能最大限度缓冲，避免对人体造成过大的冲击。此外，不要盲目从天窗爬出，在轿厢门暂时无法打开的情况下，应由专业救援人员协助，断电停机后，才可以从天窗逃出。

林文星

生活百科

春天上火 来份“降火餐”

春为一年之始，人体阳气长而阴气消，此时若气血不畅，很容易上火。别看上火不是大病，可就是折腾得人寝食难安。快来看看权威专家开出的“降火菜单”。

降火菜——白菜。白菜可益胃生津、滋阴润燥、清泻肺热、通便利肠，是很好的降火菜。白菜可以与百合、山药一起清炒，能清肺火，有助防治呼吸系统疾病。

降火肉——鸭肉。中医认为，鸭肉性寒，有养胃补肾、消水肿、止热痢、消毒热、止咳化痰等功效。营养学研究表明，鸭肉的蛋白质含量高于一般畜肉，而且其中的脂肪酸主要是不饱和脂肪酸，适宜三高人群食用。但最好少吃烤鸭、烧鸭等。

降火汤——马蹄茅根萝卜汤。很多人习惯饭前或饭后喝汤，我们不妨做一份降火汤——马蹄茅根萝卜汤。将马蹄、白萝卜洗净、去皮，与鲜茅根、瘦肉、生姜一起熬制，加少许盐调味。这款汤有清热解毒、生津止

渴、润肠通便作用，但身体虚寒、大便溏泻者不宜饮用。

降火粥——山药糯米粥。中医认为，粥具有药膳的辅助治疗作用。推荐一款山药糯米粥，将山药去皮洗净，切片备用；马蹄削去外皮，切成丁；糯米淘洗干净，用冷水浸泡半小时；大枣洗净备用。锅中加入冷水，放入上述食材，先用大火煮开，再用小火慢炖约1个小时即可。

降火茶——三花茶。工作间歇，泡上一杯降火茶，有助清热解暑。推荐一款三花茶：取金银花10克，菊花10克，茉莉花3克，沸水冲泡。这款茶香气浓郁，可提神醒脑、宁神静思，有疏风清热、养肝明目的作用。

降水果——梨。梨能止咳化痰、养阴生津、滋润肺胃，主治咽干口燥、声音嘶哑、大便干结等，春季食用可以去火。不过梨性寒凉，脾胃虚寒所致的大便稀薄、外感风寒而致的咳嗽痰白者忌用。

新华

百姓故事

他留光明在人间

章洪钢学雷锋日的特殊馈赠

3月4日晚上10点多，18岁少年章洪钢在绍兴市上虞区人民医院离世。3月5日上午8点多，温州医科大学眼库的医生专程赶到上虞区道墟镇江协村，为章洪钢做眼角膜摘除手术。

手术完成后，医生向章洪钢的遗体深鞠躬。医生说，章洪钢捐献的眼角膜，至少可以让两人重见光明。

18年前，章洪钢出生在上虞区道墟镇江协村一个农民家庭。在他7岁时，父母发现他“与众不同”。“主要是行走问题，不会跑，比一般孩子走得都要慢。”浙江省儿童医院诊断结果是，他患上进行性肌营养不良。虽然，章洪钢的父母花光积蓄，但他的病仍不见好转。今年2月24日，因为感冒引起肺部感染，他住进上虞区人民医院重症监护室。

章洪钢住院期间，曹娥江畔爱心潮涌。上虞区人民医院重症监护室护士章萍在微信朋友圈发“求助帖”，142名爱心人士捐出1.6万余元爱心款；上虞区道墟镇的闰土小学六(一)班，在班主任老师任蓉的发起下，42名师生捐出5936元“零用钱”；在上虞区红十字会，有不少爱心人士慷慨解囊，3000多元定向捐给章洪钢……社会各界对章洪钢的支持和帮助，让章洪钢和他的父母感动不已。

根据章洪钢和父母的要求，3月1日上午，上虞区红十字会秘书长杨冬娥等工作人员专程赶到上虞区人民医院，为章洪钢办理器官捐献登记手续。3月4日，就在杨冬娥决定将首笔捐款送到医院时，她接到章洪钢父亲章定富的电话——他们决定放弃治疗，不需要捐款了，请把这笔捐款留给更需要的人。

3月4日晚上，章洪钢安详地走了。章定富立即把这一消息告诉杨冬娥。随后，杨冬娥联系了温州医科大学眼库的工作人员。3月5日上午，章洪钢实现了眼角膜捐献。

章定富说，儿子虽然走了，但想到他的眼角膜可以继续看这个世界，也是一种慰藉。

杨冬娥

癫痫患者路上发病

红十字志愿者当街救人

3月2日上午10时30分，杭州一名癫痫患者发作，晕倒在路上不省人事。距离事发地200米远的江干区彭埠街道社区卫生服务中心医师巫慧英接到电话后，紧急赶往现场抢救。

作为红十字现场救护员的巫慧英，马上对患者进行现场检查：患者意识障碍、心跳呼吸正常，口吐白沫，初步诊断为“癫痫”发作。“癫痫”患者病发时，由于意识丧失，极易咬伤舌头。在这危急时刻，巫慧英不顾手被咬的风险，立即清除患者口部的分泌物，半蹲在地上，托住患者的头部转向一侧，保持患者呼吸顺畅，避免出现分泌物误吸，并时刻关注着患者的生命体征。就这样过了近半小时，等到120急救车赶来后，她的胳膊已经麻木得抬不起来。

由于及时、准确的院前急救和相关处置，目前患者已经脱离生命危险，病情稳定。

提起“当街救人”的事迹，巫慧英说：“有能力帮助别人是一种幸福。”

除了全科医师的身份，巫慧英还是江干区新杭州人红十字志愿服务队队员、红十字现场救护员。多年来，在关爱新杭州人、关爱留守儿童、五水共治等红十

字志愿服务现场，都能看见她的身影。

每年春运，巫慧英都会到杭州火车东站开展“红十字送福送平安”活动，为南来北往的旅客送去矿泉水、春联、急救书籍等。她还积极参与马家港河综合整治行动，通过现场水质检测、发放宣传单、绘制五水共治宣传海报等形式，让市民们认识到保护环境的重要性。

然而，巫慧英最为看中的“头衔”是外来务工子弟的“红十字知心姐姐”。

为进一步加强外来务工子弟的身心健康教育，杭州市江干区红十字会定期为“小候鸟”们开展青春期知识、心理健康专题讲座，从生理心理变化、行为交往原则、人格发展、自我保护等方面，系统传授青春期这一特殊年龄段需要知道的注意事项。作为红十字志愿者，巫慧英的课最受同学们



欢迎。同学们专心听讲、积极举手、主动提问，课堂上不时传出掌声、欢笑声。课后，巫慧英经常被同学们围住：“你是我们的知心姐姐，能留个QQ吗，我还有些问题想请教您。”

这样的交流已经持续5年，虽然工作很忙，但遇到同学们的提问，巫慧英总是耐心细致地回答。她说：“能当孩子们的知心姐姐是我的荣幸。”

王晨